

**T.C.**  
**MARMARA ÜNİVERSİTESİ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**OKUL ÖNCESİ DÖNEMDEKİ ÇOCUKLARDA ÇOCUK RUTİNLERİ,  
ÖZ-DÜZENLEME VE DIŞSALLAŞTIRMA DAVRANIŞ  
PROBLEMLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**Hacer MERTTÜRK YETEN**  
**(Yüksek Lisans Tezi)**

**İstanbul, 2024**

**T.C.**  
**MARMARA ÜNİVERSİTESİ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**OKUL ÖNCESİ DÖNEMDEKİ ÇOCUKLARDA ÇOCUK RUTİNLERİ,  
ÖZ-DÜZENLEME VE DIŞSALLAŞTIRMA DAVRANIŞ  
PROBLEMLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

EXPLORING THE LINK BETWEEN CHILD ROUTINES, SELF-REGULATION AND  
EXTERNALIZING BEHAVIORS OF PRE-SCHOOL CHILDREN

**Hacer MERTTÜRK YETEN**  
**(Yüksek Lisans Tezi)**

**Tez Danışmanı**  
**Prof. Dr. Müge YUKAY YÜKSEL**

**İstanbul, 2024**

**Tüm kullanım hakları  
M.Ü. Eğitim Bilimleri Enstitüsü'ne aittir.**

**© 2024**

## ETİK BEYANI

Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü Lisansüstü Tez Yazım Kılavuzuna uygun olarak hazırladığım çalışmamda;

- Sunduğum bilgileri, dokümanları ve verileri akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Çalışmamda yararlandığım eserlerin tamamına atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Elde ettiğim verilerde ve sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı bildirir, aksi bir durumda aleyhimde doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

22/02/2024

Hacer MERTTÜRK YETEN

## ÖZGEÇMİŞ

- 2011-2015 Özel Asfa Fen Lisesi
- 2015-2020 Boğaziçi Üniversitesi / Eğitim Fakültesi / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Lisans Programı
- 2020- 2024 Marmara Üniversitesi / Eğitim Bilimleri Enstitüsü / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı

## ÖNSÖZ

Bu tez çalışmasında, erken çocukluk döneminde çocuk rutinleri, öz-düzenleme becerileri ve dışsallaştırma problemleri incelenmiştir. Ülkemizde akademide çok az araştırılmış bir konu olan çocuk rutinlerinin ve araştırılan ilişkilere dair çıkarımların alana katkı sağlamasını ve ışık tutmasını umut ediyorum. Her bir çocuğun hak ettiği ilgiyi, alakayı, sevgiyi görmesini, ihtiyacı olan eğitimi almasını diliyorum.

Öncelikle tez sürecimi kolaylaştıran, vakit ayıran, ne zaman ihtiyacım olsa akademik ve manevi rehberliğini esirgemeyen kıymetli danışmanım Prof. Dr. Müge Yukay Yüksel'e teşekkürlerimi sunarım.

Tartışmaktan, fikirlerini almaktan ve rehberliğinden çok memnuniyet duyduğum, tezime sahip çıkmamı sağlayan Dr. Saliha Büşra Selman-Adıyaman hocam, iyi ki tanışmışız, sonsuz teşekkürler.

Tez sürecimdeki desteği ve fedakarlığı için kıymetli kayınvalideme, küçüklükten beri bana ışık olan ablalarım, bugüne kadarki emekleri, destekleri ve verdikleri eğitim için biricik annem ve canım babama, hepinize çok teşekkür ederim.

Kıymetli eşim, can yoldaşım, hayatımın her alanını kolaylaştırdığın, güzelleştirdiğin, sabrın ve anlayışın için minnettarım.

Bu tezi tamamlamanın zorlu yolculuğu sırasında hayatımıza bir neşe ve ilham ışığı olarak giren canım oğlum Zâhid, hayatıma kattığın tüm güzellikler, neşe ve mutluluk için minnettarım.

Bu çalışma TÜBİTAK 2210-Yurt İçi Yüksek Lisans Burs Programı tarafından desteklenmiştir.

## ÖZET

Bu çalışma, 4-6 yaş çocuklarında çocuk rutinleri, öz-düzenleme becerileri ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkiye ışık tutmaktadır. Ayrıca, bu üç değişkenin demografik faktörlere bağlı olarak nasıl değişiklik gösterdiği araştırılmış ve değerlendirilmiştir. Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini 4-6 yaş aralığında çocuğu olan 143 anne ve çocuğu oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak araştırmacılar tarafından hazırlanmış Demografik Bilgi Formu, Çocuk Rutinleri Anketi, Öz-düzenleme Becerileri Ölçeği Anne Formu ve Eyberg Çocuk Davranış Envanteri kullanılmıştır.

Araştırma sonucunda 150 katılımcıdan elde edilen verilerin analizi IBM SPSS Statistics 22 ve Yapısal Eşitlik Modellemesi (YEM) ile doğrulayıcı faktör analizi (DFA) için AMOS v21 programında uygun istatistiksel yöntemler ile değerlendirilmiştir. Araştırmada demografik sorular, Çocuk Rutinleri Anketi (ÇRA), Öz düzenleme Becerileri Ölçeği (ÖDBÖ) ve Eyberg Çocuk Davranış Envanteri ölçeklerinin DFA yapılarak ölçeklerin geçerlilikleri incelenmiştir. Ardından güvenirlik analizleri yapılarak Cronbach Alpha katsayıları hesaplanarak kullanılan bu ölçeklerin geçerli ve güvenilir olduğu saptanmıştır. İki grup ortalamalarının karşılaştırılması için Bağımsız Grup T Test ve ikiden fazla grup ortalamasının karşılaştırılması için Tek Yön ANOVA testi uygulanmıştır.

Araştırmanın bulgularına göre çocuk rutinleri, öz-düzenleme ile pozitif, dışsallaştırma davranış problemleri ile negatif ilişkili bulunurken, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri pozitif ilişkili bulunmuştur. Bulgular, günlük rutinelere sahip olmanın çocukların davranışsal problemlerini şekillendirmedeki önemini ve öz-düzenleme becerilerine katkısını ortaya koymuştur. Okul öncesi dönem çocukları için bu çoklu yönleri anlamak ve ele almak, çocukların sosyo-duygusal gelişimleri için müdahale ve programların geliştirilmesi hususundaki önemi mevcut literatür bağlamında değerlendirilmiş, araştırmacı ve uygulamacılara yönelik öneriler sunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Çocuk Rutinleri, Öz-düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemleri, Okul Öncesi

## ABSTRACT

This study sheds light on the relationship between child routines, self-regulation, and externalizing behavior problems in children aged 4-6. How these three variables change in relation to demographic factors has been investigated and evaluated also. A relational screening model was employed in the research. The study sample consisted of 143 mother and children dyads aged 4-6. The data collection tools used in the study were the Child Routines Questionnaire, Self-Regulation Skills Scale (Mother Form), Eyberg Child Behavior Inventory, and Demographic Information Form prepared by the researcher.

The data obtained from 143 participants were analyzed using appropriate statistical methods in IBM SPSS Statistics 22 and Structural Equation Modeling (SEM) with confirmatory factor analysis (CFA) in AMOS v21. In the study, the validity of the scales was examined by conducting CFA on demographic questions, Child Routines Questionnaire (CRQ), Self-Regulation Skills Scale (SRSS), and Eyberg Child Behavior Inventory. Subsequently, reliability analyses were conducted, and the validity and reliability of these scales were confirmed by calculating Cronbach's Alpha coefficients. Independent Sample T Test was applied for the comparison of two group means, and One-Way ANOVA test was used for the comparison of means for more than two groups.

According to the findings of the research, child routines were positively associated with self-regulation and negatively associated with externalizing behavior problems. Contrary to general expectations, self-regulation and externalizing behavior problems were found to be positively correlated. The results highlight the importance of having daily routines in shaping children's behavioral problems and contributing to self-regulation skills. Understanding and addressing these multiple aspects for preschool children have been evaluated in the context of the existing literature. Recommendations for researchers and practitioners have been provided, emphasizing the importance of intervention and program development for the socio-emotional development of preschool children.

**Keywords:** Child Routines, Self-regulation, Externalizing Problems, Pre-school Children

# İÇİNDEKİLER

ETİK BEYANI .....	iv
ÖZGEÇMİŞ.....	v
ÖNSÖZ .....	vi
ÖZET .....	vii
ABSTRACT .....	viii
TABLolar LİSTESİ .....	xii
ŞEKİLLER LİSTESİ .....	xiii
<b>BÖLÜM I: GİRİŞ.....</b>	<b>1</b>
1.1. Problem Durumu .....	1
1.2. Araştırmanın Amacı .....	6
1.2.1. Problem Cümlesi .....	6
1.2.1.1. Alt Problemler .....	6
1.3. Araştırmanın Önemi .....	7
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	9
1.5. Araştırmanın Varsayımları .....	9
1.6. Araştırma Tanımları ve Kısaltmalar.....	9
<b>BÖLÜM II: ALANYAZIN.....</b>	<b>10</b>
2.1. Çocuk Rutinleri.....	10
2.1.1. Tanımı ve Özellikleri.....	10
2.1.2. Rutinler ve Çocuk Gelişimi Üzerindeki Etkisi .....	11
2.1.3. Kuramsal Çerçeve .....	13
2.2. Öz-düzenleme.....	13
2.2.1. Alt Boyutları.....	14
2.2.2. Kuramsal Çerçeve .....	15
2.2.3. Öz-düzenlemenin Gelişimi .....	15
2.3. Öz-düzenleme ve Çocuk Rutinleri .....	16
2.4. Dışsallaştırma Davranış Problemleri.....	17
2.5. Öz-Düzenleme ve Dışsallaştırma Davranış Problemleri .....	18
2.6. Dışsallaştırma Davranış Problemleri ve Çocuk Rutinleri.....	19
<b>BÖLÜM III: YÖNTEM .....</b>	<b>21</b>

3.1. Araştırma Modeli.....	21
3.2. Evren ve Örneklem .....	21
3.3. Veri Toplama Araçları.....	23
3.3.1. Demografik Bilgi Formu .....	23
3.3.2. Çocuk Rutinleri Anketi.....	23
3.3.3. Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği .....	24
3.3.4. Eyberg Çocuk Davranış Envanteri.....	24
3.3.5. Ölçeklere İlişkin Güvenilirlik Analizi.....	25
3.3.6. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme Becerileri, Dışsallaştırma Davranış Problemleri Ölçeklerinin Doğrulayıcı Faktör Analizleri (DFA).....	26
3.3.6.1. Çocuk Rutinleri Anketi'ne İlişkin Doğrulayıcı Faktör Analizi.....	26
3.3.6.2. Eyberg Çocuk Davranış Envanteri'ne İlişkin Doğrulayıcı Faktör Analizi.....	29
3.3.6.3. Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği'ne İlişkin Doğrulayıcı Faktör Analizi.....	31
3.4. Verilerin Toplanması .....	32
3.5. Verilerin Analizi.....	33
<b>BÖLÜM IV: BULGULAR VE YORUMLAR.....</b>	<b>34</b>
4.1 Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme ve Dışsallaştırma Davranış Problemleri Ölçeklerine İlişkin Bulgular .....	34
4.2. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi .....	35
4.2.1. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Cinsiyete Göre İncelenmesi .....	35
4.2.2. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Çocuk Yaşına Göre İncelenmesi .....	37
4.2.3. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Evdeki Kişi Sayısına Göre İncelenmesi.....	37
4.2.4. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Çocukların Anaokulu/Kreşe Gitme Durumuna Göre İncelenmesi.....	38
4.2.7. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Anne ve Babanın Eğitim Durumuna Göre İncelenmesi.....	40
4.2.8. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Hane Halkı Gelir Durumuna Göre İncelenmesi.....	46
4.4. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme Becerileri ve Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Aralarındaki İlişkilere Yönelik Bulgular .....	48
4.4.1. Günlük Yaşam Rutinleri, Öz-Düzenleme ve Dışsallaştırma Davranış Problemleri Arasındaki İlişkinin YEM İle İncelenmesi.....	48

4.4.2. Aktivite Rutinleri, Öz-Düzenleme ve Dışsallaştırma Davranış Problemleri Arasındaki İlişkinin YEM ile İncelenmesi .....	50
4.4.3. Disiplin Rutinleri, Öz-Düzenleme ve Dışsallaştırma Davranış Problemleri Arasındaki İlişkinin YEM İle İncelenmesi .....	52
4.4.4. Çocuk Rutinlerinin Öz-Düzenleme Becerileri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi.....	54
4.4.5. Çocuk Rutinlerinin Dışsallaştırma Davranış Problemleri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi.....	55
<b>BÖLÜM V: SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER .....</b>	<b>57</b>
5.1. Sonuçlar ve Tartışma .....	57
5.1.1. Araştırma Değişkenlerinin Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine İlişkin Tartışma.....	57
5.1.1.1. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Çocukların Cinsiyetine Göre İncelenmesine Yönelik Tartışma.....	57
5.1.1.2. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Çocukların Yaşına Göre İncelenmesine Yönelik Tartışma.....	58
5.1.1.3. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Evdeki Birey Sayısına Göre İncelenmesine Yönelik Tartışma.....	59
5.1.1.4. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Çocukların Anaokulu/Kreşe Gitme Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Tartışma .....	59
5.1.1.5. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Anne ve Babanın Eğitim Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Tartışma .....	60
5.1.1.6. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Hane Halkı Gelir Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Tartışma .....	61
5.1.2. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme ve Dışsallaştırma Davranış Problemleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Tartışma.....	62
5.1.2.1. Çocuk Rutinleri ve Öz-Düzenleme Arasındaki İlişki .....	62
5.1.2.2. Çocuk Rutinleri ve Dışsallaştırma Davranış Problemleri Arasındaki İlişki.....	63
5.1.2.3. Öz-Düzenleme ve Dışsallaştırma Davranış Problemleri Arasındaki İlişki.....	64
5.2. Öneriler .....	65
5.2.1. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler.....	65
5.2.2. Araştırmacılara Yönelik Öneriler .....	66
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>67</b>
<b>EKLER .....</b>	<b>80</b>

## TABLULAR LİSTESİ

Tablo 1. Araştırmaya katılan katılımcıların tanımlayıcı bilgilerinin incelenmesi.....	21
Tablo 2. Ölçeklere ilişkin güvenilirlik analizi sonuçları.....	25
Tablo 3. ÇRA günlük yaşam boyutuna ilişkin model uyum iyiliği indeksleri.....	27
Tablo 4. ÇRA aktivite boyutuna ilişkin model uyum iyiliği indeksleri .....	28
Tablo 5. ÇRA disiplin boyutuna ilişkin model uyum iyiliği indeksleri.....	29
Tablo 6. EÇDE'ye ilişkin model uyum iyiliği indeksleri .....	30
Tablo 7. ÖDBÖ'ye ilişkin model uyum iyiliği indeksleri .....	32
Tablo 8. Ölçeklere ve alt boyutlarına ilişkin tanımlayıcı istatistiklerin incelenmesi .....	34
Tablo 9. Çocuğun cinsiyetine göre katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların bağımsız grup t-test sonuçları.....	36
Tablo 10. Çocuk yaşı ile ölçek puanları arasındaki ilişkinin korelasyon analiziyle incelenmesi.....	37
Tablo 11. Evdeki birey sayısı ile ölçek puanları arasındaki ilişkinin korelasyon analiziyle incelenmesi.....	38
Tablo 12. Çocuğun anaokulu/kreşe gitme durumuna göre bağımsız grup t-test sonuçları .....	38
Tablo 13. Annenin eğitim durumuna göre ölçeklerden elde edilen puanların tek yönlü ANOVA sonuçları.....	40
Tablo 14. Babanın eğitim durumuna göre ölçeklerden elde edilen puanların tek yönlü ANOVA sonuçları.....	43
Tablo 15. Hane halkının gelir durumuna göre ölçeklerden elde edilen puanların tek yönlü ANOVA sonuçları .....	46
Tablo 16. Günlük yaşam rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkinin yem ile incelenmesi .....	50
Tablo 17. Aktivite rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkinin yem ile incelenmesi .....	52
Tablo 18. Disiplin rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkinin yem ile incelenmesi .....	54
Tablo 19: Çocuk rutinlerinin öz-düzenleme becerileri üzerindeki etkisinin incelenmesi	55
Tablo 20: Çocuk rutinlerinin dışsallaştırma davranış problemleri üzerindeki etkisinin incelenmesi.....	56

## ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. ÇRA günlük yaşam boyutuna ilişkin doğrulayıcı faktör analizi path diyagramı .....	26
Şekil 2. ÇRA aktivite boyutuna ilişkin doğrulayıcı faktör analizi path diyagramı.....	27
Şekil 3. ÇRA disiplin boyutuna ilişkin doğrulayıcı faktör analizi path diyagramı.....	28
Şekil 4. EÇDE'ye ilişkin doğrulayıcı faktör analizi path diyagramı .....	30
Şekil 5. ÖDBÖ'ye ilişkin doğrulayıcı faktör analizi path diyagramı.....	31
Şekil 6. Günlük yaşam rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkinin yem ile incelenmesi .....	49
Şekil 7. Aktivite rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkinin yem ile incelenmesi .....	51
Şekil 8. Disiplin rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkinin yem ile incelenmesi .....	53
Şekil 9. Çocuk rutinlerinin öz düzenleme becerileri üzerindeki etkisinin incelenmesi	
Şekil 10: Çocuk rutinlerinin dışsallaştırma davranış problemleri üzerindeki etkisinin incelenmesi.....	55

# BÖLÜM I: GİRİŞ

## 1.1. Problem Durumu

Uyum sağlama becerisi, insanların günlük hayatlarında yaşamlarını sürdürmelerini sağlayan temel bir beceridir. Çocukluktan itibaren çevresiyle, yakın ve uzak sosyal halkalarıyla etkileşim halinde olan insan değişikliklere ve zorlayıcı durumlara uyum gösterdiği veya gösteremediği ölçüde problem yaşayacaktır. Bu problemler sosyalliğin başladığı, çocuğun bireyselleştiği iki yaşından itibaren kendini gösterebilir. Uyumsuz davranışlar, içselleştirme (iç dünyasına, kendine yönelik) veya dışsallaştırma (dış dünyaya, çevresine yönelik) davranış problemleri olarak ortaya çıkar. Kişinin kendisinin ve çevresinin yaşamını zorlaştırdığı dışsallaştırma davranış problemleri, zarar verici, agresif, saldırgan, dürtüsel veya kontrolsüz davranışlar olarak tanımlanabilir (Schwartz, Mayeux ve Harper, 2011).

Dışsallaştırma bozuklukları gelişimsel psikopatoloji alanında yıllardır araştırılan, güncelliğini koruyan ve önemi literatürde sayısız çalışmayla ortaya konulmuş bir konudur. Çocukların en çok psikolojik destek için yönlendirme aldığı konulardan biridir (Brinkmeyer ve Eyberg, 2003). Bu kategorinin altında davranış bozukluğu, karşıt gelme bozukluğu ve dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB) sayılabilir. Çocukluk ve gençlik döneminde görülen yıkıcı bozukluklar, dürtü denetimi ve davranış bozuklukları belirtilerini erken çocukluk döneminde dışsallaştırma davranışları olarak görmek mümkündür. Bu davranışlar çocuklarda karşı gelme, akranlarıyla saldırgan tutum, hiperaktiflik ve dürtüleri düzenleyememe şeklindedir (Campbell vd., 2000). Okul öncesi çocukları arasında dışsallaştırma sorunlarını anlamak ve ele almak, çocuk psikolojisi alanında büyük bir öneme sahiptir. Türkiye'de 5830 çocuk ile yapılan kapsamlı bir araştırma, çocuklardaki psikopatoloji yaygınlığını inceleyerek çocukluk çağı psikopatolojileri konusunda önemli bilgiler sunmuştur (Ercan, 2019). Özellikle DEHB bu çalışmada en yaygın psikopatoloji olarak ortaya çıkmış ve %19.5'lik bir prevalansa sahip olmuştur. Aynı zamanda, yıkıcı davranış bozukluğunun yaygınlığı ise %3.8 olarak belirlenmiştir. Bu iki kategori, dışa vurum bozuklukları altında değerlendirilebilecekleri için, çocuklardaki psikopatolojilerin %23'ünü oluşturmuştur. Bu durum, okul öncesi çocukların karşılaştığı ruh sağlığı problemlerinin önemini göstermektedir.

Dışsallaştırma davranışlarının oluşumunun demografik, çevresel ve aile kaynaklı birden çok sebebi olabilir. Genetik faktörler, mizaç, ebeveyn tutumları, ortak ebeveynlik, sosyoekonomik seviye, aile yapısı ve alışkanlıkları, medya ve ekran maruziyeti dışsallaştırma davranışları üzerinde etkili faktörler olarak sıralanabilir (Gryczkowski, Jordan ve Mercer 2009). Araştırmalarda dışsallaştırma davranış problemleri birçok değişkenle ilişkili bulunmaktadır. Ebeveyn tutumları (Bater, 2017), hamilelik stresi (Fleck vd., 2023) ev kaosu (Öner, 2019), ebeveyn ruh sağlığı (Fang, Lachman, Qiao ve Barlow, 2023), ebeveyn depresyonu (Chen, 2023), anaokuluna gitme durumu (Işık, 2021), ekran süresi (Descarpentry, 2023; Akcan ve Ergün, 2015) bunlardan bazılarıdır. Akçan ve Ergün (2015), anasınıfı öğrencilerinin saldırgan davranışlarını ve etkileyen faktörleri araştırdığı çalışmalarında dışsallaştırma davranış problemleriyle cinsiyet, televizyon izleme süresi, kardeş sayısı, anaokuluna gitme ve aylık gelir değişkenleri arasında anlamlı ilişkiler bulmuştur. Gryczkowski ve diğerleri (2009), çalışmalarında ebeveyn tutumlarını ve çocukların dışsallaştırma davranışlarını incelemiştir. Anne ve babalardan topladıkları verilere göre ebeveyn depresyonu ve evlilik çatışması değişkenleri kontrol edildikten sonra, ebeveyn tutumlarının tümü (katılım, pozitif ebeveynlik, zayıf gözetim, tutarsız disiplin) dışsallaştırma davranışları ile ilişkili çıkmıştır. Akçınar ve Baydar (2018) da annelerin çocuklarına gösterdiği sıcaklık ve ebeveyn kontrolünün çocuklarda dışsallaştırma davranışları ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Otuz iki senelik boylamsal bir çalışmadan elde edilen veriler, çocukluk zamanı davranış problemlerinin uzun vadedeki sosyoekonomik etkisini göstermiştir (Vergunst vd., 2023). Bu çalışmaya göre, yüksek seviyede dışsallaştırma davranış problemlerine sahip çocuklar sorun yaşamayanlara göre yetişkinlik döneminde daha fazla işsizliğe maruz kalmış, daha fazla sosyal yardım almış, daha az gelir elde etmiş ve diğerlerine göre bir partnerleri olma olasılıkları daha düşük çıkmıştır. Aktarılan literatür bağlamında ilkökul ve ileri dönem problemlerini engellemek adına erken dönemde çocuklar takip edilmeli ve uyumsuz davranışları göz ardı edilmemelidir. Bu yüzden dışsallaştırma davranışlarının ayrıntılı bir şekilde incelenmesi, bilinçli müdahalelerin yapılması çocukluk döneminde hayati öneme sahiptir.

Çocuklarda görülen agresif, uyumsuz, saldırgan ve kontrolsüz davranışların öz-düzenleme becerilerinin eksikliği ile ilişkili olduğu görülmektedir (Eisenberg vd., 2010; White vd., 2013; Lawler vd., 2022). Vohs ve Baumeister (2004), öz-düzenlemeyi, insanın iç durumlarını (düşünce, duygu, motivasyon), veya tepkilerini (davranış) değiştirmesi, ortama, hedefe veya standartlara göre düzenlemesi olarak ifade eder. Bu çalışmada da kullanılan Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği'ni geliştiren Erol ve İvrendi (2018), öz-düzenlemeyi McClelland ve Cameron

(2011)'ın bütünleyici bilişsel perspektifinden ele alarak çaba gerektiren kontrol kategorisi altında dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol-duygu ve engelleyici kontrol-davranış olmak üzere 4 alt boyutta incelemiştir. Dikkat, gerektiğinde dikkati başka yöne çekme ve odaklama, aynı zamanda bir iş esnasında uyarıyı göz ardı ederek dikkati sürdürme yeteneği olarak tanımlanır (Bater ve Jordan, 2017). Yürütücü işlev becerilerinden çalışma belleği, az miktarda bir bilgiyi sınırlı bir süre içerisinde saklama becerisi olarak tanımlanır (Baddeley, 2010; Banfield, Wyland, Macrae, Münte, Heatherton, 2004). Davranış düzenlemesi altında engelleyici kontrol, davranışı çaba göstererek uygun şekilde engelleme becerisi olarak tanımlanabilir (Eisenberg vd., 2004). Engelleyici kontrol aynı zamanda olumsuz duyguların ifadesini gizlemek veya öfkelenildiğinde saldırgan dürtülerini engellemek için de kullanılır. Erkan ve Sop (2018), okul öncesi çocuklarda öz-düzenleme becerilerini, ebeveyn tutumları ve okula hazır bulunuşluk ile ilişkili bulmuştur. Robson, Allen, Howard (2020)'ın çocukluk dönemi öz-düzenlemenin gelecek etkileri konusunda 150 çalışmayı inceledikleri meta-analizine göre, 55 meta-analizden elde edilen ortalama etki büyüklükleri, öz-düzenlemenin 25 ayrı sonuçla ilişkili olduğuna dair kanıt sağlamıştır. Okul öncesi dönemi öz-düzenleme becerileri, sosyal yeterlilik, okul bağlılığı ve akademik performans ile pozitif yönde ilişkili, ilköğretim dönemi içselleştirme sorunları, akran zorbalığı ve dışsallaştırma sorunları ile ise negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Sonuçlar ayrıca okul öncesi yıllarında öz-düzenlemenin işsizlik, saldırgan ve suç davranışı, depresyon ve anksiyete, obezite, sigara, alkol ve madde kullanımı ve yetişkinlikte fiziksel hastalık belirtileri ile negatif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Bu bulgular, çocukluk döneminde öz-düzenleme becerilerinin uzun vadeli etkilerinin anlaşılması açısından önemli bir perspektif sunmaktadır. Öz-düzenleme becerilerinin gelişmesi ve şekillenmesi de erken çocukluk dönemine dayanmaktadır (Kochanska vd., 2000). Bu dönemde çocukların hızla gelişen beyin ve özellikle bilişsel ve motor becerilerinin yanında öz-düzenleme becerilerinin alt bileşenleri olan yönetici işlevler ve çaba gerektiren kontrol de gelişmektedir (Eisenberg vd., 2010). Öz-düzenleme becerilerini tanımak ve öz-düzenlemeyi etkileyen, gelişimine katkı sağlayan diğer değişkenleri anlamak hem çocuklarda sağlıklı gelişim hem de uyumsuz/patolojik davranışların önceden iyileştirilmesi noktasında teorik ve pratik açıdan faydalı olacaktır.

Araştırmalarda çocukluk dönemi dışsallaştırma davranış problemlerini etkileyen bir diğer faktör de rutinlerdir. Erken çocukluk döneminde, evde ve okulda rutinlerin önemi birçok uzman tarafından ortaya konmuştur. Çocuklar bu dönemde, aile alışkanlıkları ve uygulamalarındaki ritmi ve ritüelleri fark ederler ve etkin katılımcı haline gelirler (Spagnola ve Fiese, 2007).

Günün belirli vaktinde gerçekleştirilen aile yemeği ya da anaokulunda her haftanın aynı günü olan oyuncak gününü takip edip bekleyebilirler. Spagnola ve Fiese (2007)'e göre rutinler çocuklara hem davranışları yönlendiren öngörülebilir bir yapı hem de erken gelişimi destekleyen duygusal bir ekosistem sağlar. Buna ek olarak, rutinler çocukların sosyo-duygusal, dil, akademik ve sosyal beceri gelişimlerini de etkiler ve destekler.

Çocukların uyumlu davranışları için istikrarlı rutinler birer kolaylaştırıcıdır. Belirli düzeni olan bir ev, çocuğa kendi çevresi üzerinde kontrol imkânı tanır, problem çözmesini kolaylaştırır, daha iyi psikolojik işleyiş sağlar (Toldson vd., 2006). Öngörülebilir olmalarıyla çocukların faaliyetlere uymasını ve sonraki verilen talimatları dinleme ihtimalini artırır (Systma, Kelley ve Wymer, 2001). Bu da çocukların uyumsuz ve karşı gelici davranışlarının daha az gerçekleşmesi anlamına gelir. Barton ve diğerleri (2019)'nin 6 yıl boyunca çocukları takip ettikleri araştırma sonuçları, birincil bakımverenlerinin ergenlik döneminde daha fazla aile rutini bildirdiği gençlerin daha az alkol kullanımı, daha fazla duygusal öz düzenleme, daha düşük epinefrin düzeyleri ve daha yüksek üniversiteye kayıt oranları bildirdiklerini gösterdi. Bater ve Jordan (2017)'in okul öncesi çocukların anneleriyle gerçekleştirdiği araştırma sonuçlarına göre, daha sık gerçekleşen rutine sahip olan çocuklar istatistiki olarak anlamlı bir şekilde daha az dışsallaştırma davranış problemleri göstermiştir. Dürtü eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu tanısı almış çocuklar için de rutinlerin varlığı daha az dışsallaştırma davranışı ile ilişkilendirilmiştir (Mcrae, Stoppelbein, Kelley, Fite ve Smith, 2020). Ayrıca başka bir araştırmada, otizm spektrum bozukluğuna sahip olan ve olmayan iki grup ilkökul çocuklarında uyku, rutinler ve dışsallaştırma davranış problemlerini incelenmiştir. Bu çalışmada elde edilen sonuçlar, iki öğrenci grubu için de istikrarlı rutinlere daha az sahip olmanın daha fazla dışsallaştırma problemleriyle ilişkili olduğunu göstermiştir (Henderson vd., 2011).

Rutinler ve öz-düzenleme arasındaki ilişki de araştırmalarla ispatlanmıştır (Bater ve Jordan, 2017; Ren ve Fan, 2019; Taylor, 2011; Öner, 2019). Kaotik, düzensizliğin daha çok baskın olduğu, rutinlerin olmadığı bir ev ortamı çocukların sosyal ve öz-düzenleme becerilerini olumsuz etkilemekte, davranış problemlerini arttırmaktadır (Larsen ve Jordan, 2019; Öner, 2019). Düzensiz, öngörülemeyen aile ortamının çocukların planlama, hedefe yönelik hareket etme, dürtüye dayalı tepkileri kontrol etme ve hafıza yetenekleri üzerinde olumsuz etkileri olabilmektedir (Hughes ve Ensor, 2009). Öngörülebilir ve rutinleştirilmiş ev ortamları, çocuğun hedef belirleme, planlama ve öz-düzenleme becerilerini içselleştirmesini destekler (Toldson

vd., 2006). Frisch ve Rosenblum (2014), çocukların günlük rutinlerinin engelleyici kontrol, dikkat düzenleme, çalışma belleği gibi yürütücü işlev becerilerini olumlu yönde etkilediğini bulmuştur.

Bu araştırma, çocuk rutinleri, öz-düzenleme becerileri ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki etkileşimi entegre bir yaklaşımla ele almanın önemini vurgulamaktadır. Mevcut literatürde, bu üç değişken genellikle ayrı ayrı incelenmiş (Kitsaras, Goodwin, Allan, Kelly, Pretty, 2018; Jones ve Fiese, 2014; Philpott-Robinson, 2023; Özbey, 2018; Aydın ve Ulutaş, 2017; Işık, 2021; Akçınar ve Baydar, 2018), ancak son zamanlarda öz-düzenleme ile dışsallaştırma davranışları arasındaki ilişkinin belirginleşmesi (Lawler vd., 2022; Lonigan vd, 2017; Tozduman-Yaralı ve Güngör-Aytar, 2017; Batum ve Yağmurlu, 2007), bu alanlardaki araştırmalar için yeni bir perspektif sunmuştur. Bu bağlamda, bu çalışmanın amacı, çocukların öz-düzenleme işlevleri ve dışsallaştırma davranışları üzerindeki etkilerini aynı anda kontrol ederek, rutinlerin bu değişkenler üzerindeki spesifik etkisini belirginleştirmektir. Özellikle, rutinlerin öz-düzenleme üzerindeki spesifik etkilerini incelemek, dışsallaştırma problemlerinin daha iyi anlaşılmasına ve bu alanda yapılacak müdahalelerin etkinliğinin artırılmasına önemli katkılar sağlayabilir. Bu çalışma, bu üç değişkenin bir arada incelenmesiyle, çocuk psikolojik gelişimi üzerine daha bütünsel ve derinlemesine bir anlayış geliştirmeyi hedeflemekte, böylece bu alandaki literatürü zenginleştirmeyi amaçlamaktadır.

Bu araştırma, literatürdeki önemli bir boşluğu ele almaktadır: çocuk rutinleri, öz-düzenleme becerileri ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişki. Mevcut literatür, bu üç değişkenin birbiriyle olan karmaşık etkileşimlerini yeterince incelememiş olup, özellikle Türkiye'deki çocuklar üzerindeki etkileri konusunda sınırlı bilgi sunmaktadır. Bater ve Jordan (2017)'ın çalışması, bu değişkenlerin etkileşimini anlamada önemli bir adım olmuştur. Araştırmacıların 146 okul öncesi çocuk ve anneleri üzerinde yaptığı çalışmada bu üç değişken arasındaki karmaşık etkileşimler detaylı bir şekilde araştırılmıştır. Bu çalışmanın bulguları, çocukların rutinlerinin, öz-düzenleme becerileri ve dışsallaştırma problemleriyle önemli ilişkiler gösterdiğini ortaya koymuştur. Ancak bu konudaki araştırmaların çoğu Batı toplumlarına odaklanmıştır. Türkiye'de yapılmış benzer bir çalışmaya rastlanmamıştır (Selman ve Dilworth-Bart, 2023). Çocuk rutinleri ise Türk popülasyonunda sadece bir yüksek lisans tezinde araştırılmıştır (Yağlı, 2021). Bu çalışma, farklı kültürel ve sosyoekonomik koşullar altında yaşayan Türk çocuklarında bu değişkenlerin nasıl etkileşime girdiğini keşfetmeyi amaçlamaktadır. Çocukların günlük rutinlerinin ve öz-düzenleme becerilerinin, dışsallaştırma

davranış problemlerini nasıl etkilediğinin anlaşılması, eğitimciler, psikologlar ve sosyal politikalar için değerli bilgiler sunacak ve bu alandaki müdahalelerin daha etkin şekilde tasarlanmasına olanak sağlayacaktır. Dolayısıyla, bu çalışma, Türkiye'deki çocukların psikolojik gelişimi üzerine yapılan araştırmalara yeni ve kritik bir boyut eklemeyi hedeflemektedir.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı okul öncesi dönemdeki çocuklarda çocuk rutinleri, öz-düzenleme becerileri ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu üç değişkenin birbiri arasında ve demografik değişkenlerle birlikte anlamlı şekilde ilişkili olup olmadığı incelenmiştir. Araştırmanın problem cümleleri aşağıda sıralanmıştır.

### **1.2.1. Problem Cümlesi**

4-6 yaş arasındaki çocuklarda çocuk rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkiler nasıldır?

#### **1.2.1.1. Alt Problemler**

1. Çocuk rutinleri, öz-düzenleme, dışsallaştırma davranış problemleri çocukların cinsiyetine göre farklılaşmakta mıdır?
2. Çocuk rutinleri, öz-düzenleme, dışsallaştırma davranış problemleri çocukların yaşına göre farklılaşmakta mıdır?
3. Çocuk rutinleri, öz-düzenleme, dışsallaştırma davranış problemleri evdeki kişi sayısına göre farklılaşmakta mıdır?
4. Çocuk rutinleri, öz-düzenleme, dışsallaştırma davranış problemleri çocukların anaokulu/kreşe gitme durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
5. Çocuk rutinleri, öz-düzenleme, dışsallaştırma davranış problemleri anne ve baba öğrenim düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?
6. Çocuk rutinleri, öz-düzenleme, dışsallaştırma davranış problemleri hane halkı gelir durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
7. Çocuk rutinleri alt boyutları (günlük yaşam, aktivite, disiplin), öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

8. Çocuk rutinleri alt boyutları (günlük yaşam, aktivite, disiplin) öz-düzenlemeyi anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

9. Çocuk rutinleri alt boyutları (günlük yaşam, aktivite, disiplin) dışsallaştırma davranış problemlerini anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

### **1.3. Araştırmanın Önemi**

Erken çocukluk dönemi, çocukların beyin gelişiminin devam ettiği kritik bir süreçtir. Bu dönemde, çocuklar birçok dış uyarana maruz kalmakta, çevresel etkilere açık ve hassas bir şekilde bu etkileşimlere yanıt vermektedirler. Bireyler bu dönemde yaşamı boyunca kullanacağı becerileri edinir, öngörü ve yargıları oluşturur ve çeşitli becerilerini temellendirir. Aynı zamanda ileride görülebilecek patolojilerin belirtilerini gösterebileceği kritik bir zaman dilimini temsil ettiği için bu dönemde yapılan çalışmalar çok önemlidir. Örneğin kişilerde görülebilecek yıkıcı ve dürtü bozuklukları, daha özelinde dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu ve antisosyal davranışlar gibi kişileri ve toplumu olumsuz etkileyen patolojiler ilk belirtilerini erken çocukluk döneminde, dışsallaştırma davranış problemleri şeklinde gösterebilir (Campbell vd., 2000). Bu yüzden okul öncesi yaş grubunda bu belirtiler daha çıkmadan önlemek, varsa ipuçlarını gözlemlemek, fark etmek ve müdahale yapmak çok önemlidir.

Çoğu zaman anaokulu ve kreşler, çocukların başladığı yaş, dönem ve ortam koşulları olarak zorlayıcı, çocukların yoğun kurallarla tanışıp birden çok değişkene birden uyum sağlamalarını gerektiren, evden ayrıldıkları ilk yer olmaktadır. Bu yüzden çocukların okul ortamındaki davranışları, yaşadıkları problemler ebeveyn ve uzmanlara çok şey anlatabilir, bu noktada öğretmenlerinin gözlemleri ve raporları önemlidir. Okul öncesi çocuklarda öğretmenleri tarafından bildirilen en sık görülen problemlerden biri olarak agresif davranışlardan bahsedilmektedir (Ural ve Kanhkihcer, 2010). Erken çocuklukta görülen davranış problemleri sonraki patolojilerin habercisi olması bakımından bu değerlendirmeler önem arz etmektedir. Çocukların hayatlarında düzen ve istikrar olması önemlidir, ortamın ne kadar bilincinde ve ortama ne kadar hazır olurlarsa o kadar çok uyum gösterebileceklerdir. Rutinlerin, çocukların ihtiyacı olan bu düzeni ve yapıyı sağladığı görüşü birçok çalışmayla gösterilmiştir (Larsen ve Jordan, 2019; Bater ve Jordan, 2017). Bu sayede ailelerin sahip olduğu rutinlerin çocukların davranış problemlerini azaltacağına ve oluşmasında engel olacağı düşünülmektedir (Liu ve Merritt, 2021; Wu, Lau, Li ve Chan, 2023; Dumas vd., 2005).

Rutinler aynı zamanda hem davranış problemlerinde etkili olan hem de mental sağlık ve akademik başarıyla da ilişkisi bulunan öz-düzenleme becerilerinin gelişimi için de önemlidir. Evlerinde rutinleri olmayan ve düzensizliğin, belirsizliğin hâkim olduğu ailelerin çocuklarında öz-düzenleme düzeyi daha düşük çıkabilmektedir (Anderson, Sacker, Whitaker ve Kelly, 2005; Zajicek-Farber, Mayer, Daugherty ve Rodkey, 2014; Ferretti ve Bub, 2014).

Birçok önemli faktörle ilişkisi olan, çocukların iyilik hali ve sağlıklı gelişimlerini destekleyen çocuk rutinleri son yıllarda dikkat çekmektedir. Çocuklar için rutinlerin önemi dünyada birçok çalışmayla gösterilmişken ve popüler psikolojide de sıklıkla yemek yeme, uyuma, ödev yapma gibi rutinlerin çocuk gelişiminde önemli olduğundan sıklıkla bahsedilse de akademik çalışmalarda Türkiye’de yapılan bir araştırmaya rastlanmamıştır (170 çalışma içeren meta-analiz için bkz. Selman ve Dilworth-Bart, 2023). Yüksek lisans ve doktora tezleri araştırıldığında ise Türkiye’de sadece bir yüksek lisans tezinde araştırılmıştır (Yağlı, 2021). Erken çocukluk dönemi müdahale edilebilecek en kritik dönemdir çünkü ileride oluşabilecek sorunların ve patolojilerin belirtilerini gösterdiği ilk yaşlardır ve çocukların beyin gelişimi bu dönemde henüz devam etmektedir. Dışsallaştırma problemlerinin alt başlığı, dikkat dağınıklığı ve dürtüsellik ile karakterize olan DEHB Türkiye’de çocuklarda en sık görülen psikopatolojidir. Önlenmesi ve tedavisi için de rutinlerin etkinliği önceki çalışmalarda gösterilmiştir (Harris vd., 2013; Piscitello vd., 2019; McRae vd., 2019). Bu yüzden Türk popülasyonu için bu konunun araştırılması özel bir öneme sahiptir. Bu çalışma ile aynı zamanda rutinler, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranışlarının bir arada incelendiği Türkiye’deki ilk araştırmalardan biri olacaktır. Bahsi geçen tüm bu sebeplerden dolayı böyle bir çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır. Ayrıca özellikle dışsallaştırma problemi olan çocukların öz-düzenleme ve rutinlerinin incelenmesi yoluyla, okul öncesi dönem ruh sağlığı çalışanlarının hem çocukların kişisel gelişimi hem de okul ortamına uyumlarını kolaylaştırabilecek etkili stratejiler geliştirebilir, önlem almaları mümkün olabilir. Aile-okul-çocuk üçgeninde yaşanan davranış sorunlarının da bu bağlamda değerlendirilmesi yaşanan durumun farklı bir perspektiften ele alınarak kolaylaştırıcı süreçlerin belirginleşmesine destek olabilir. Bu araştırmanın öncülüğünde ilerleyen yıllarda çocuk rutinleri konusunun Türk popülasyonu ile daha çok çalışılacağı, potansiyel ilişkilerin daha çok araştırılacağı ve çocuklar ve ebeveynler için programlar geliştirileceği düşünülmektedir.

#### **1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları**

1. Araştırma örneklemini 2022-2023 yılında Türkiye'nin Sakarya ilindeki çeşitli yerlerde yaşayan 4-6 yaş aralığındaki çocuklar ve anneleri ile sınırlıdır.
2. Araştırmada elde edilmiş veriler "Çocuk Rutinleri Anketi", "Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği", "Eyberg Çocuk Davranış Envanteri"nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

#### **1.5. Araştırmanın Varsayımları**

1. Çalışmaya katılan bireylerin ölçek maddelerini doğru ve içtenlikle yanıtladığı varsayılmaktadır.
2. Çalışmada kullanılan ölçme araçlarının istenilen değişkenleri yeterli şekilde ölçtüğü varsayılmaktadır.
3. Araştırma örnekleminin evreni temsil ettiği varsayılmaktadır.

#### **1.6. Araştırma Tanımları ve Kısaltmalar**

**Çocuk Rutinleri:** Çocuğu ve en az bir yetişkini içeren, öngörülebilir bir düzende günlük veya haftalık gerçekleşen, gözlemlenebilir, tekrarlayan davranışlardır (Systma vd., 2001).

**Öz-düzenleme:** Kişinin davranış, düşünce, duygu ve iç mekanizmalarını (Baumeister ve Vohs, 2004) kontrol etmesi, iradesini ortaya koymasüdür (Schacter vd., 2014). Kişinin kendini izleme ve değerlendirme süreçlerini içerir.

**Dışsallaştırma Davranış Problemleri:** Zarar verici, agresif, saldırgan, dürtüsel veya kontrolsüz davranışlar olarak tanımlanır (Schwartz, Mayeux ve Harper, 2011).

**ÇRA:** Çocuk Rutinleri Anketi

**ÖDBÖ:** Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği

**EÇDE:** Eyberg Çocuk Davranış Envanteri

**DEHB:** Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu

## BÖLÜM II: ALANYAZIN

### 2.1. Çocuk Rutinleri

#### 2.1.1. Tanımı ve Özellikleri

Rutinler, yaşamın ve özellikle erken çocukluk döneminin temel bir parçasıdır. Günlük aktivitelerin içinde rutinelere ev içindeki sıradan görevler ve sorumluluklar dahildir. Rutinler gönüllü bir şekilde gerçekleştirilir ve ailelerin hayatını daha verimli ve düzenli kılar (Clark, 2000). Rutinler çocuk ve aile düzeyinde farklılaşır. Yemek, ev işleri, aile düzeyi rutinleriyken okula hazırlık, oyun, uyku öncesi okuma da çocuk düzeyi rutinlerine örnek verilebilir. Nihai olarak rutinler, yapı, öngörülebilirlik ve tutarlılık sağlayan tekrarlayan aktiviteler olarak tanımlanabilir (Selman ve Dilworth-Bart, 2023). Yapı, bir rutinin planını veya çerçevesini; öngörülebilirlik, bir rutinin güvenilirliğini ve düzenliliğini ifade eder; tutarlılık, bir rutinin değişmezliği ve sabitliği anlamına gelir.

Fiese ve Everhart, alışkanlıklar ve rutinlerin birbiriyle karışmaması gerektiğini belirtir (2008). Alışkanlık, çok az farkındalıkla ya da hiç farkında olmadan, otomatik gerçekleşen, tekrarlanan davranışlardan oluşurken rutinler önceden tasarlanmış, kasıtlı ve organize edilmiştir. Aynı zamanda aile ritüelleri de rutinlerden ayrı bir kavram olarak ele alınmalıdır. Ritüeller semboliktir ve duygusal yönü ağır basan eylemleri içerir (Fiese vd., 2002).

Rutinler, yapısıyla ve özellikleriyle çocuklarda fiziksel büyüme, bilişsel ve sosyal gelişimi destekliyor olmalıdır (Fiese ve Everhart, 2008). Doğduğumuz andan itibaren, emmek/beslenmek, uyumak, ödev yapmak, boş zaman geçirmek gibi aktiviteler yapılandırılarak rutinler yerleştirilmeye, bu sayede de aile içinde güvenilir ve sağlam bir ortam oluşturulmaya çalışılır (Fiese ve Everhart, 2008; Fiese ve Winter, 2008). Uzmanlar genellikle erken çocukluk döneminde elde edinmesi gereken gelişim basamakları ya da beceriler için ailelere tutarlı, düzenli ve sık aralıklarla o faaliyeti gerçekleştirmeleri gerektiğini söyler. Örneğin, uyku düzeni oluşturmak isteyen aile her akşam hemen hemen aynı saatte çocuğunu yatağına götürmeli, uyku öncesi yapacağı aktiviteler (diş fırçalamak, kitap okumak, duş almak vb.) belirli ve aynı olmalıdır. Rutini rutin yapan, istikrarlı gerçekleşen, planlanmış ya da düzenlenmiş, en çok da “öngörülebilir” olmasıdır (Bater ve Jordan, 2017).

### 2.1.2. Rutinler ve Çocuk Gelişimi Üzerindeki Etkisi

Çocuklar çevrelerinde olup bitenler hakkında anlamlı beklentiler oluşturmak için düzen arar ve bu düzenden yola çıkarak sosyal olarak uygun davranışları gösterirler (Taylor, 2011). Bebekken oluşturulan beslenme ve uyku temalı rutinler vasıtasıyla çocuğun biyolojik ritimleri zamanla çevre ile uyumlu hale gelir. Bu uyum da erken çocukluk döneminde aile rutinlerinde sorumluluk ve rol alma, öz-düzenleme noktasında sağlıklı birer birey olmaları için zemin oluşturacaktır. Ev işlerinde, örneğin sofraya tabakları koymak ya da eşyalarını toplamak gibi rutinelere katılmak, küçük çocuklarda sosyal gelişimi desteklerken; aidiyet hissi, öz-yeterlik ve ayrıca paylaşım duygusuyla birlikte sorumluluk bilincini de geliştirir (Fiese ve Everhart, 2008). Çocuklar için geçişler zordur. Evden çıkmak, okula başlamak, taşınmak, parktan ayrılmak, günü bitirip uykuya geçmek gibi geçiş eylemleri sırasında çocuklar zorlanır. Zorlandıkları için sıkılabilir, üzülebilir, öfkelenip ağlayabilir ya da olumsuz davranışlar gösterebilirler. Rutinlerse stresin çocuklarda oluşturduğu olumsuz etkiyi azaltmakta ve geçişi kolaylaştırmakta yardımcı olur (Bater ve Jordan, 2017). Bir çocuk, gününün programını ve etkinliklerini ne kadar çok tahmin edebilir ve bunlara katılabilirse, zorlayıcı davranışların ortaya çıkma olasılığı o kadar az olur ve yeni durumlarla ortamlara geçiş sürecine hevesli bir şekilde katılma olasılığı da o kadar artar.

Çocuk rutinleri Türk popülasyonu ile şu ana kadar sadece bir çalışmada incelenmiştir. Yağlı (2021), tezinde 23-102 aylık çocuğu olan 403 anne ile rutinlerin çocukların sosyo-duygusal becerilerine etkisini incelemiştir. Bulgular, çocuk rutinlerinin çocukların sosyo-duygusal yeterliliği ile olumlu ilişkili olduğunu göstermektedir.

Fiese (2002) boylamsal çalışmasında, beş yıl boyunca istikrarlı ve düzenli rutinleri olan ailelerin çocuklarının, aynı bağlılığı ve sürekliliği göstermeyen ailelerin çocuklarına göre akademik testlerde daha yüksek puan aldıklarını göstermiştir. Uzun vadeli sonuçları gösteren başka bir çalışmaya göre, daha fazla rutine sahip 14 aylık bebeklerin 36 aylıkken bilişsel yetenekleri diğer gruba göre daha yüksek çıkmıştır (Ferretti ve Bub, 2014). Bir diğer çalışmada da araştırmacılar üç yaşındayken ölçülen rutinlerin çocuklar beş yaşına geldiklerinde problem çözme ve dil becerisi ile pozitif yönde ilişkili olduğunu bulmuştur (Zajicek-Farber vd., 2014).

Muniz, Silver ve Stein (2014)'in 8550 okul öncesi çocuğu inceledikleri çalışmalarında rutinlerin çocukların sosyo-duygusal becerileri üzerindeki etkilerini araştırmışlardır. Ailelerin

kitap okuma, aile yemekleri, hikâye anlatma, şarkı söyleme, oyun oynama gibi aktiviteleri gerçekleştirme sıklığına göre rutin puanları belirlenmiştir. Sosyo-duygusal beceriler için çocukların prososyal davranışlarını, sıkıntılı davranışlar ve duygularını, öğrenmeye yaklaşımlarını, duygu bilgisi ve arkadaşlığa yaklaşımlarını puanlayıp değerlendirmişlerdir. Sonuç olarak ailelerin rutinlerinin çokluğu ve rutinlere bağlılığı çocukların daha fazla sosyo-duygusal beceriye sahip olmasıyla ilişkilendirilmiştir.

Uyku, yemek, ödev gibi rutinlerin farklı çeşitleri vardır ve bunların da etkileri literatürde araştırılıp ortaya konmuştur. Rutinlerin bir parçası olan aile yemeklerinin çocukların ve genç yetişkinlerin mental sağlığı üzerindeki etkisi birçok çalışmada gösterilmiştir. Bir çalışmada aile yemeklerinin sıklığı ile ergenlerde sigara alkol ve esrar kullanımı, düşük not ortalaması, depresif belirtiler, intihar düşüncesi ve özgüven eksikliği ile negatif yönde anlamlı biçimde ilişkili bulunmuştur (Eisenberg vd., 2004). Ergenlik çağındaki gençlerin sağlığı için aile yemek yeme rutinleri önem arz etmektedir. Evlerinde daha sık beraber yemek yiyen kız ve erkek ergenler daha az risk davranışı (kavga, zorbalık, sigara, alkol, uyuşturucu kullanımı, cinsel birliktelik) göstermiştir (Levin, Kirbie, Currie, 2012).

Uyku rutinlerinin de çocuk ve ergenler üzerindeki etkisi önemlidir. Yaklaşık beş bin okul öncesi çocuğun üç yaşındaki uyku öncesi rutinlerinin ve aynı çocukların beş yaşındaki genel sağlık ve iyilik hallerinin incelendiği araştırmanın sonuçlarına göre uyku öncesi rutinleriyle (şarkı söylemek, kitap okumak, masal anlatmak) davranış problemleri (endişeli, içine kapanık ve saldırgan davranışlar) negatif yönde ilişkili, genel sağlık durumu ve bilişsel yeteneklerle pozitif yönde ilişkili bulunmuştur (Hale vd., 2011). Kitsaras ve diğerlerinin (2018) araştırmasında da çocukları üç ila beş yaşları arasında olan 50 ailenin yatma rutinleri, ebeveynlik tarzları, okula hazırlık, çocukların diş sağlığı ve yürütücü işlevlerle ilgili veriler toplanmıştır. Sonuçlara göre, optimum yatma rutinlerine sahip ailelerin çocukları, çalışma belleği, inhibisyon, dikkat ve bilişsel esneklik dahil olmak üzere yürütücü işlevler açısından diğer çocuklara göre daha iyi performans sergilemiştir.

Rutinler düzen ve güvenilir bir gelecek öngörüsü sağlamanın yanında çocukların sahip olduğu zorlayıcı koşulların riskli yanları için de onları korur ve hazırlar. Bridley ve Jordan (2012), gündelik sıkıntı seviyeleri yüksek olan çocukların yüksek düzeyde rutinlere sahip olduklarında daha az içselleştirme davranış problemi gösterdiğini bulmuştur. Aracılık rolünün incelendiği çalışmalarda, çocuk rutinlerinin çocukların günlük sorunları ve içselleştirme davranış

problemlerinin düzenleyicisi olduğunu göstermişlerdir. Çocuk rutinleri, çocuklara tutarlı ve öngörülebilir yaşam tarzları sağlayarak davranış sorunlarını azaltmıştır. Eğer bir çocuk depresyon veya anksiyete belirtileri yaşamaya yatkınsa, çocuk rutinleri çocuğa gününün öngörülebilirliğini ve tutarlılığını sağlayarak bu semptomları hafifletebilir (Bridley ve Jordan, 2012). Harris ve diğerlerinin (2013) çalışmasında da DEHB’li çocukların sahip olduğu rutin seviyeleriyle gösterdikleri içselleştirme ve dışsallaştırma davranış problemleri arasında anlamlı ilişkiler çıkmıştır. Günlük stresleri ve sıkıntıları fazla olan ailelerdeki çocukların hayatında olumsuz etkileri ve davranış problemlerini önlemek için tutarlı ve öngörülebilir bir yaşam stili sağlamanın gerekli olduğu bu çalışmalarla görülmektedir.

### **2.1.3. Kuramsal Çerçeve**

Çocuk rutinleri ile ilgili yapılan araştırmalarda çok fazla kuramsal çalışmaya yer verilmemiştir, bu çalışmada da çocuk rutinlerini anlamaya yardımcı Systma ve diğerlerinin (2001) ortaya koyduğu Teorik Davranış Analizi kuramı ele alınmıştır.

#### ***Teorik Davranış Analizi***

Rutinlerin çocuk üzerindeki etkisi genelde davranışsal kuram çerçevesinde değerlendirilmiştir (Systma vd., 2001). Rutinler öngörülebilir ve düzenli olmalarıyla kontrol duygusunu geliştirmeye çalışan çocuğa uygun bir ortam sağlar (Jordan, 2003). Çocuk kaotik ve rastgele gerçekleşen etkinliklerin olduğu bir ortama göre olayların belirli zamanlarda ve düzenli gerçekleştiği etkinliklerin olduğu ortamda doğru ve uyumlu tepkileri vermeyi daha kolay öğrenecektir (Systma vd., 2001). Önceden belirlenmiş, organize rutinler çocukların uyumlu davranış gösterme ihtimalini arttıracak, uyumsuz davranış gösterme ihtimalini azaltacaktır çünkü çocuk gerçekleşme ihtimali olan şeyleri bilir, beklenmedik olaylardan daha az etkilenir ve odağını ona göre yönlendirir. Sağlam yapıda bir rutin çocuklara, görev tamamlamak, karar vermek ve zihinsel süreçlerin işlenmesi için bir çerçeve sağlar (Selman ve Dilworth-Bart, 2023). Bu tezde de rutinlerin çocuk üzerindeki etkisini davranışsal kuram çerçevesinde ele alınmaktadır.

### **2.2. Öz-düzenleme**

Öz-düzenleme, en basit tabiriyle, kişinin kendini, iç mekanizmalarını (Baumeister ve Vohs, 2004) kontrol etmesi, iradesini ortaya koymasıdır (Schacter vd., 2014). İnsanın düşünme,

duygu, davranış boyutlarını kapsadığı gibi, anlık tepkiler, ileriye dönük hedefler ve stratejilerle de ilgilidir. Birbiriyle iç içe geçmiş, birbirini etkileyen hem bilişsel hem davranışsal ayakları olan boyutlardan oluşur. Çocuk, ergen, yetişkin için büyük anlamı ve önemi olan bu konseptin boyutları, gelişimi ve kavramı etkileyen faktörler aşağıda ifade edilmiştir.

### **2.2.1. Alt Boyutları**

Öz-düzenleme kavramını açıklayan çeşitli teoriler vardır ve araştırmacılar tek bir açıklama etrafında birleşmemişlerdir. Tanımı gibi alt boyutları da birçok araştırmacı tarafından farklı şekillerde ele alınmıştır ve birbirlerinin yerine geçebilecek şekilde kullanılmıştır (McClelland vd., 2018). Bu yüzden bu çalışmada alt boyutlar yerine öz-düzenlemeyi açıklamaya yardımcı kavramlar olarak ifade edilmiştir.

Öz-düzenleme davranışlarının altındaki bilişsel mekanizmaları açıklayan yürütücü işlevler, beynin prefrontal korteks kısmıyla ilişkilidir. Çeşitli üst düzey zihinsel işlevleri düzenleyen ve yöneten bilişsel süreçleri ifade eder, kişilerin dikkat ve bellek üzerindeki etkin kontrol becerilerini içerir (McClelland vd., 2018). Öz-düzenlemenin konu olduğu çalışmalarda sıklıkla araştırılan çaba gerektiren kontrol, dikkati ve davranışı isteyerek engelleme, etkinleştirme veya değiştirme yeteneği ile ilgilidir. Çaba gerektiren kontrolün ölçülmesinde genellikle şu iki kavram yer alır: dikkat düzenleme ve davranışsal düzenleme. Dikkatin düzenlenmesi, bir diğer adıyla dikkat kontrolü, odaklanma/dikkat vermek ve dikkati değiştirme/çevirmeyi içerir. Davranışın düzenlenmesi ise engelleyici kontrol kavramıyla ilişkilidir ve davranışa ket vurmak/engellemek manasına gelir (Eisenberg, Smith, Sadovsky ve Spinrad, 2004). Okul öncesi çocuklarda öz-düzenleme araştırma konusu olduğunda çaba gerektiren kontrol incelenmektedir (Rothbart ve Bates, 2006).

Öz-düzenlemeyi anlamaya yarayan başka bir kategorik ayırım da sıcak ve soğuk öz-düzenleme işleme sistemleri (hot and cool regulatory processing systems). Sıcak işlem sistemi, öz-düzenlemenin duygu yüklü ortamlardaki yönü, soğuk işlem sistemi ise güçlü duyguları içermeyen, daha çok bilişsel süreçleri kapsayan yönüdür (Lawler vd., 2022).

Dikkat ve davranışın düzenlenmesi, duygu düzenlemesi ile de oldukça ilgilidir (Sheese vd., 2008; Akt: McClelland vd., 2018). Bu noktada öz-düzenleme kavramıyla büyük miktarda örtüşen duygu düzenleme kavramı ön plana çıkar (McClelland vd., 2018). Eisenberg, duygu

düzenlemesini, içsel duygu durumlarının, duyguyla ilgili fizyolojik süreçlerin, duyguyla ilgili hedeflerin veya davranışsal süreçlerin genellikle kişinin hedeflerine ulaşması için oluşumunu, biçimini, yoğunluğunu veya süresini başlatma, engelleme, sürdürme veya değiştirme süreci olarak tanımlamıştır (2002).

### **2.2.2. Kuramsal Çerçeve**

Bu çalışmada öz-düzenlemeyi açıklayan kuramlardan sosyal bilişsel kuram ve ilişkisel gelişim sistemleri teorisi ele alınmıştır.

#### ***Sosyal bilişsel kuram***

Sosyal bilişsel kurama göre düşünce, duygu ve davranışını şekillendirme, yönlendirme, yönetme kapasitesi ve yetileri kişinin kendisindedir (Bandura,1991). Başka bir tabirle öz-düzenlemenin temelini oluşturan kişisel eylemlilik (self-agency) düşünce, duygu, motivasyon ve eylem üzerinde güçlü etkiye sahiptir. Öz-düzenleme, üç temel alt işlevle çalışır: Kişinin davranışlarını, öncüllerini ve sonuçlarını izlemesi, kişinin davranışını kişisel standartlarına ve çevresel koşullara göre değerlendirmesi ve duygusal düzenleme. Aynı zamanda kişinin hedefleri doğrultusunda plan ve strateji yapmasını da kapsar. Özetle, iç (duygu düşünce motivasyon) sistemlerle dış sistemler (sonuçlar, çevre faktörleri) birbirini etkiler, kişi kendisini ve çevresini sürekli düzenleme halindedir, bunun için kullanılan beceriler de öz-düzenleme şeklinde tabir edilir.

#### ***İlişkisel gelişim sistemleri teorisi***

Öz-düzenlemeye ilişkin son çalışmaların çoğu İlişkisel Gelişim Sistemleri Teorisi (relational developmental systems theory) çatısı altında toplanmaktadır (McCelland vd., 2018). Bu teori birey ve bağlam arasındaki ikili ayrımı reddeden bir gelişim yaklaşımını temsil eder. Kişi çevresinden ayrı düşünülemez, bireyin gelişimi mutlaka kendisini kuşatan çevreyi etkiler ve ondan etkilenir. Bu karşılıklı etkilerin ko-regulasyon olduğu düşünülebilir, bu da gelişimsel düzenleme denilen kavrama yol açar.

### **2.2.3. Öz-düzenlemenin Gelişimi**

Öz-düzenlemenin alt boyutu olan çaba gerektiren kontrol, mizacın temel bir unsuru olarak ele alınmıştır (Eisenberg vd., 2004). Çalışmalar çaba gerektiren kontrolün çocuklarda 22 aylıktan

başlayarak ortaya çıktığını (Kochanska vd., 2000), zamanla geliştiğini, 4 yaş civarında oldukça iyi seviyede olduğunu (Posner ve Rothbart, 1998) ve okul çağına kadar sabit bir şekilde var olduğunu göstermiştir (Kochanska ve Knaack, 2003). Okul öncesi yıllarda çocuklar düzenleyici stratejileri kullanma konusunda giderek daha fazla çaba gösterirler, dürtüleri üzerinde daha fazla kontrol sahibi olurlar ve dikkatlerini etkileyebilecek dış faktörlerin farkına varırlar (Perry, Calkins, Dollar. Keane, Shanahan, 2017).

Öz-düzenleme gelişimi, beyin gelişimi, okullaşma ve ergenlik dönemleri açısından ayrı ayrı incelenebilir (McClelland vd., 2018). Yürütücü işlevlerin gelişimi prefrontal korteksle bağlantılı olduğu için öz-düzenlemenin gelişimi beyin gelişimindeki değişiklikler ve atılımlarla da alakalıdır. Aynı zamanda okula başlama gibi çocukların hayatında kritik öneme sahip olan çevresel faktörler de öz-düzenlemenin gelişimini etkiler (McClelland vd., 2018). Burrage, Cameron, McCready ve Shah (2008) anaokuluna gitmenin kelime çözümü, çalışma belleği ve engelleyici kontrol gelişimi üzerindeki etkisini incelemiştir. Bu yarı deneysel çalışma, okullaşmanın ve daha spesifik olarak anaokulunun, okula devam eden çocuklarda çalışma belleğini okula başlama tarihindeki farklılıklar nedeniyle aynı anda okula gitmeyen aynı yaşta ki akranlarına kıyasla geliştirdiğini ileri sürmektedir. Öz-düzenleme noktasında başka bir gelişme periyodu da ergenlik döneminde yaşanır. Bireyselleşmeyle beraber dramatik bilişsel, biyolojik ve sosyal değişimler yaşanan bu dönemde ergenler yetişkinlere benzer öz-düzenleme kapasitesi geliştirir. Özellikle prefrontal lob geliştikçe, üst biliş ve öz-kontrol gibi daha üst düzey biliş de gelişir. Bu becerilerin gelişmesiyle ergenler daha iyi seçim yapmak ve karar vermek, uzun vadeli hedefler koymak gibi yetilerini de geliştirirler (McClelland vd., 2018).

### **2.3. Öz-düzenleme ve Çocuk Rutinleri**

Çocukların günlük hayatlarında düzenli aktivitelerle etkileşimde bulunması, öz-düzenleme becerilerini inşa etmede katkı sağlar. Aynı zamanda rutinler öz-düzenlemeyi destekler, bu yolla okul uyumu ve başarısında da etkin rol oynar. Çinli 688 okul öncesi çağındaki çocuğun yer aldığı bir çalışmada, çocuk rutinlerinin ebeveyn-çocuk ilişkileri ve öz düzenleme ile ilişkisi incelenmiştir. Çocuk rutinleri, öğretmen tarafından bildirilen öz-kontrol ve davranış düzenleme ile anlamlı ve pozitif yönde ilişkili çıkmıştır. Bu çalışmanın bulguları, günlük yaşamda ve evdeki aktivitelerde istikrarlı ve tutarlı rutinelere sahip olmanın, okul öncesi çocuklarının sınıf ortamında davranış sorunlarında azalma ve öz kontrolde artma ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Ren ve Fan, 2019).

İngiltere’de yaklaşık 11 bin çocuğun incelendiği çalışmanın sonuçlarına göre ev rutinleri (düzenli yatma zamanı, düzenli yemek zamanı ve televizyon/video izlemenin sınırlandırılması) daha iyi duygusal öz düzenleme ile önemli ölçüde ilişkili bulunmuştur (Anderson vd., 2005). Bu sonuçları destekler diğer iki araştırmada da 36 aylık bebeklerde rutinler ile öz-düzenleme incelenmiş, iki değişken arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki bulunmuştur (Zajicek-Farber vd., 2014; Ferretti ve Bub, 2014). Farklı çalışmalardan elde edilen sonuçlar rutinlerin erken dönem öz-düzenleme yeterlilikleri üzerindeki önemini göstermiştir.

Başka bir çalışmada da kentsel yoksullukla karşı karşıya kalan, yüksek travma maruziyeti ve travma sonrası stres bozukluğu belirtileri gösteren Afrika kökenli Amerikalı ailelerde rutinler ve bebeklerin duygu-düzenleme becerileri incelenmiştir (Bocknek, 2017). Çalışma, anne ve babalar tarafından bildirilen aile rutinleri ile iki yaşındaki çocukların zorlayıcı bir görev sırasında gösterdiği problem düzenleme arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Güçlü etki büyüklükleri, aile rutinlerinin, özellikle çocukların duygusal düzenleme becerilerini destekleme açısından önemli müdahale etkisi olduğunu ve kültürel faktörler göz önüne alındığında Afrika kökenli Amerikalı aileler için psikolojik dayanıklılık sağlayacağını göstermiştir.

Manczak, Williams ve Chen (2017), depresyonun nesiller arası geçişini araştırdıkları çalışmalarında, ebeveynlerin depresif belirtileri ile gençlerin duygu düzenlemesi ve depresif belirtileri arasındaki bağlantıda aile rutinlerinin rolünü değerlendirmişlerdir. İki yüz altmış bir ebeveyn ve çocuklarının yer aldığı çalışma, ebeveynlerin depresif belirtileri, aile rutinleri ve gençlerin duygusal düzenleme yetenekleri üzerine raporlar içermektedir. Daha az aile rutini, gençlerde daha zayıf duygu düzenleme ile ilişkili bulunmuştur. Yapılan analizlerle, aile rutinlerinin, ebeveyn ve genç depresif belirtileri arasındaki ilişkinin bir kısmını istatistiksel olarak açıkladığı bulunmuştur. Bu sonuçlar, aile rutinlerinin hem depresyonun önlenmesinde hem de duygu düzenleme becerilerinin güçlendirilmesinde katkıda bulunan önemli bir faktör olabileceğini göstermektedir.

#### **2.4. Dışsallaştırma Davranış Problemleri**

Çocuklarda agresif davranışlar 18-24 ay civarı başlayabilir, genellikle okul öncesi yıllarda azalarak devam eder. Bu yaş aralığı çocukların kendilerini diğerlerinden ayrı görebildikleri, “ben”, “benim” diyebildikleri, bağımsızlıklarını ispat ettikleri bir dönemdir. Bu güçlü

bağımsızlık duygusunu göstermek isterler fakat dili etkin bir şekilde kullanabilmeleri zordur, bu yüzden saldırgan davranışlarla gösterebilirler. Gelişimsel dönemden kaynaklı gösterebileceği agresif/saldırgan davranışlar eğer devam ederse bu ileriki dönem psikopatolojilerin habercisi olabilir (Campbell vd., 2000), bu yüzden dikkat etmek gerekir. Perry ve diğerleri (2017), 2 yaşından 15 yaşına kadar çocukların dışsallaştırma davranış problemi gösterme seyirlerini araştırmışlardır ve sonuç olarak dört ayrı kategoriye ayırmışlardır: yüksek/sabit, düşük/sabit, çocuklukta giderek azalan, ergenliğe doğru artış gösteren. En yoğun grup olan düşük/sabit gruptaki çocukların dışsallaştırma problemleri erken çocukluktan ergenliğe kadar düşük düzeyde ve sabit bir seyir izlemiştir. İkinci büyük grupta erken çocukluk döneminde giderek azalmış ve ergenlikte düşük bir seyir izlemiş davranış problemleri söz konusudur. Üçüncü grup, yüksek/sabit gruptaki çocuklar çocukluk ve ergenlik döneminde yüksek düzeyde dışsallaştırma problemi göstermiştir. Son olarak, ergenliğe doğru artış gösteren grubundaki çocuklarda 7 yaşından ergenliğe kadar dışsallaştırma davranış problemlerinde önemli bir artış görülmüştür.

## **2.5. Öz-Düzenleme ve Dışsallaştırma Davranış Problemleri**

Çocuklarda öz-düzenleme becerilerinin gelişiminin dışsallaştırma davranış problemlerinin gelişimsel seyirlerindeki farklılıklarla ilgili olabileceği belirtilmiştir (Perry vd., 2017). Kompleks sosyal, duygusal, bilişsel gereksinimlerle dolu çocukluk çağı zorluklarının yönetilmesi, işlevsellik ve başarılı uyum için öz-düzenleme kritik öneme sahiptir.

Kolayca uyarılan ve duygularını düzenlemek, dikkatlerini yeniden yönlendirmek, odaklanmak ve dürtüsel tepkileri engellemek için gerekli olan öz-düzenleme becerilerini geliştirmeyen çocuklar, davranışlarını kontrol etmede daha zayıf olacak ve bu nedenle muhtemelen daha fazla öfkeli olacak ve agresif davranacaklardır (Perry vd., 2017). Bu nedenle, çocukların erken çocukluk döneminde öz düzenleme becerilerini ne ölçüde edindikleri, özellikle okul yılları boyunca uyum ve uyumsuzluğun anlaşılmasında önemli bir rol oynayabilir.

Çocuklarda öz düzenleme ile içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlayan bir araştırmada, 4-8 yaş arasındaki 120 psikopatoloji riski taşıyan çocuk kapsamlı bir şekilde ele alınmıştır (Lawler vd., 2022). Çocuklardaki öz-düzenleme becerileri hem ebeveyn tarafından anket doldurma şeklinde hem de araştırmacılar tarafından çocuğa görev verilerek ölçülme şeklinde gerçekleştirilmiştir. Bulgular, ebeveyn tarafından bildirilen

dikkatin ve araştırmacının ölçtüğü engelleyici kontrolün daha az içselleştirme problemiyle ilişkilendirildiğini göstermiştir. Ebeveynlerin hem dikkat hem de engelleyici kontrolüne dair değerlendirmelerinin ise dışsallaştırma problemleriyle negatif ve güçlü bir bağlantıya sahip olduğunu ortaya konmuştur. Bulgular, öz-düzenlemenin davranış problemleriyle ilişkisini kanıtlarken, öz-düzenlemenin farklı alt bileşenlerinin çocuklardaki psikopatolojinin farklı boyutlarıyla ilişkili olabileceğini de göstermektedir.

Lonigan ve diğerleri (2017), boylamsal çalışmalarında okul öncesi öz-düzenlemenin erken ilkokul dönemindeki dışsallaştırma davranış problemleri üzerindeki etkisini incelemiştir. Öz-düzenleme hem öğretmen raporuyla hem de doğrudan çocuğa görev verilerek ölçülmüştür. Okul öncesi dönem ölçülen öz-düzenleme, iki ölçme türünde de 1. sınıftan 3. sınıfa kadar olan dışsallaştırma problemleriyle ilişkili çıkmıştır. Cinsiyete bakıldığında ise erkeklerde kızlara göre daha güçlü bir korelasyon ilişkisi çıkmıştır.

White, Jarrett ve Ollendick (2013) araştırmalarında çocuklarda saldırganlık ile psikososyal problemler arasındaki bağlantıyı incelemiş, öz düzenlemenin bu ikili arasındaki aracı rolünü ele almışlardır. Çalışma, reaktif saldırganlık ile uyum sorunları (hem içselleştirme hem de dışsallaştırma davranış problemleri) arasındaki bağlantının davranışsal düzenleme becerileriyle açıklandığını göstermiştir. Aynı zamanda cinsiyet, yaş, DEHB tanısı, IQ ve psikotropik ilaç kullanma durumu gibi faktörleri de analize katmışlardır fakat çıkan sonuçları etkilememiştir.

Batum ve Yağmurlu (2007), Türkiye’de 7 yaşındaki çocukların duygu ve davranış düzenleme becerileriyle dışsallaştırma davranış problemlerinin ilişkisini incelemiştir. İki değişkenin de düşük seviyede olması yüksek seviyede dışsallaştırma problemi ile ilişkilendirilirken, davranış düzenlemesi dışsallaştırma problemlerini daha iyi açıklamıştır. Çocuklarda uyumsuz davranışların tedavisi ve önlenmesi noktasında hem duygu hem de davranış düzenlemenin önemi vurgulanmıştır.

## **2.6. Dışsallaştırma Davranış Problemleri ve Çocuk Rutinleri**

Aile ve çocuk rutinleri çocukların uyumsuz davranış geliştirmelerinde koruyucu bir rol oynar. Bir çalışmada çocukların sahip olduğu aile rutinleri, öğretmenleri tarafından bildirilen karşıt gelme bozukluğu semptomları ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur (Lanza ve Drabick, 2011). Bu sonuçları destekler nitelikte başka bir çalışmada da rutinlerin alt başlıklarından günlük

olaylar hakkında konuşma, ödev kontrol etme ve ev içi görevleri tamamlama çocuklarda daha düşük dışsallaştırma problemleri ile ilişkili bulunmuştur (Liu ve Merritt, 2021).

Wu ve diğerleri (2023)'nin Hong Kong'lu çocukların günlük yaşam rutinlerinin ebeveyn çocuk ilişkileri ve çocukların davranış problemleri hakkındaki verilere dayanan bu çalışmada, 937 çocuk ve ebeveyninden bilgi toplanmıştır. Yapısal eşitlik modellemesi analizine göre çocuk rutinleri, ebeveyn-çocuk ilişkileri ile çocukların dışsallaştırma problemleri arasındaki ilişkide aracı rol oynamıştır. Bulgular, zor zamanlarda ebeveynlere, çocukların uyum sorunlarını, özellikle dışsallaştırma problemlerini azaltmak için rutin oluşturmalarında yardımcı olunması gerektiğini göstermektedir.

Öner (2019), ev ortamı kaosu ve çocukların sosyal becerilerini incelediği tezinde, kaos alt boyutlarının tamamı ve toplam kaos puanı ile çocukların kurallara uyma, empati/sosyallik ve kendini ifade etme becerileri ile güçlü negatif bir ilişki bulmuştur. Aynı zamanda kaos puanları, çocukların dışsallaştırma davranışları ve zorbalık davranışları ile pozitif korelasyona sahiptir. Araştırmacı, çocuklar daha az kaotik bir ev ortamında yaşarlarsa, daha uyumlu sosyal davranışlar geliştireceği sonucuna ulaşmıştır. Kaos, direkt olarak rutinlerin zıttı olmasa da iki ayrı kavram olarak birbiriyle ilişkilidir ve rutinlerin varlığı ev ortamı kaosunu azaltacaktır (Larsen ve Jordan, 2019).

Dumas ve diğerlerinin (2005) gerçekleştirdiği araştırma sonuçlarına göre kaotik ev ortamında yaşayan çocukların anneleri ve öğretmenleri, çocukların daha çok uyum ve davranış problemi gösterdiğini belirtmiştir. Bu sonuçlar evdeki karşıklık ve düzensizliğin çocuğun diğer bağlamlardaki işlevselliği ile ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Araştırmacıların yaptığı regresyon analizi de bu ilişkilerin sosyodemografik özellikler, ebeveynlik stresi, çocuk IQ veya yaşadığı yer özellikleri gibi potansiyel karıştırıcı değişkenler tarafından açıklanamadığını da göstermiştir. Birçok diğer araştırmaya göre birincil bakımverenleri evlerinde düzenli rutin sağlayan çocuklar daha az dışsallaştırma davranış problemleri göstermiştir (Koblinsky vd., 2006; Landale vd., 2015; Coley, Leventhal, Lynch ve Kull, 2013; Bridley ve Jordan, 2012; Harris vd., 2013).

## BÖLÜM III: YÖNTEM

### 3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada, 4-6 yaş arasındaki çocuklarda çocuk rutinleri, öz-düzenleme becerileri ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkileri incelemek için korelasyonel türde bir ilişkisel tarama metoduna başvurulmuştur. Korelasyon türünde araştırma probleminde belirtilen değişkenlerin arasındaki ilişkiye bakılır, iki ya da daha fazla değişkeninin birbiriyle ilişkili ve ne kadar ilişkili olduğu istatistikler metotları kullanarak incelenir. Bu analizlerde deneysel müdahale olmadığı için neden sonuç anlamı çıkarılmamalıdır (Büyüköztürk vd., 2008).

Bu çalışmanın değişkenleri olan çocuk rutinleri, öz-düzenleme, dışsallaştırma davranış problemlerinin çocuk cinsiyet, çocuk yaş, evdeki kişi sayısı, anaokuluna gitme, anne baba eğitim durumu ve hane gelir düzeyi gibi demografik değişkenlere göre anlamlı bir şekilde değişip değişmediğini test etmek amacıyla karşılaştırma türü ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bu tarama yöntemiyle, grupların bağımlı değişken üzerinde farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir (Creswell, 2017).

### 3.2. Evren ve Örneklem

Araştırma evrenini Türkiye’de yaşayan yaşları 48-72 ay aralığında değişen çocuklar oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise uygun örnekleme yöntemiyle ulaşılmış 143 anne ve çocuğu oluşturmuştur. Araştırmanın katılımcılarının tanımlayıcı istatistik bilgileri Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1. Araştırmaya katılan katılımcıların tanımlayıcı bilgilerinin incelenmesi**

Değişkenler	Kategoriler	n	%
Çocuğun cinsiyeti	Kız	64	44.8
	Erkek	79	55.2
Çocuğun yaşı (ay)	Ortalama $\bar{x}$ SS	62.12 $\mp$ 9.31	
	Minimum	48	
	Maksimum	88	
Çocuğun evde sürekli beraber yaşadığı tüm birey sayısı	Ortalama $\bar{x}$ SS	3 $\mp$ 1.08	
	Minimum	1	
	Maksimum	6	
Çocuğun anaokuluna/kreşe gitme durumu	Evet gidiyor	127	88.8

	Hayır gitmiyor	16	11.2
Annenin şu anki çalışma durumu	Çalışmıyor	72	50.69
	Tam zamanlı	54	38.19
	Yarı zamanlı	16	11.12
Babanın şu anki çalışma durumu	Çalışmıyor	2	1.41
	Tam zamanlı	130	92.96
	Yarı zamanlı	8	5.63
Annenin şu anki medeni hali	Bekar	1	0.70
	Boşanmış	2	1.40
	Evli	139	97.90
Babanın şu anki medeni hali	Bekar	1	0.70
	Boşanmış	2	1.41
	Evli	137	97.89
Annenin öğrenim düzeyi	İlkokul mezunu	8	6.34
	Ortaokul mezunu	10	7.04
	Lise mezunu	31	21.83
	Yüksekokul mezunu	24	16.90
	Üniversite mezunu	37	26.06
	Lisansüstü	30	21
Babanın öğrenim düzeyi	İlkokul mezunu	10	7.04
	Ortaokul mezunu	6	4.23
	Lise mezunu	33	23.94
	Yüksekokul mezunu	18	12.68
	Üniversite mezunu	41	28.87
	Lisansüstü	32	22.4
Anne yaşı	Ortalama $\bar{x}$ SS	33.09 $\bar{x}$ 4.09	
	Minimum	22	
	Maksimum	48	
Baba yaşı	Ortalama $\bar{x}$ SS	35.52 $\bar{x}$ 5.28	
	Minimum	27	
	Maksimum	58	
Hane halkının gelir düzeyi	Düşük	16	11.97
	Orta	81	57.75
	Yüksek	43	30.28

Yukarıdaki tabloda araştırmaya katılan katılımcıların demografik bilgilerine (frekans (n) ve yüzde (%)) değerlerine yer verilmiştir.

Çocuğun cinsiyeti incelendiğinde çocukların %44,8'inin kız, %55,2'sinin erkek olduğu saptanmıştır. Çocuğun yaş (ay) ortalamasının 62.12  $\bar{x}$  9.31, minimum yaşın 48 ay, maksimum yaşın 72 ay olduğu, çocuğun evde sürekli beraber yaşadığı birey sayısının ortalamasının 3  $\bar{x}$  1.08, minimum 1, maksimum 6 olduğu saptanmıştır. Çocuğun anaokulu/kreşe gitme durumu incelendiğinde %88,8'inin gittiği, %11,2'sinin ise gitmediği tespit edilmiştir. Annenin şu anki çalışma durumu incelendiğinde %50,69'unun çalışmadığı, %38.19'unun tam zamanlı, %11.12'sinde yarı zamanlı çalıştığı tespit edilmiştir. Babanın şu anki çalışma durumu

incelendiğinde %1.41'inin çalışmadığı, %92.96'sının tam zamanlı çalıştığı, %5.63'ünün yarı zamanlı çalıştığı tespit edilmiştir. Annenin medeni durumu incelendiğinde %0,70'inin bekar, %1.40'ının boşanmış, %97.90'ının evli olduğu tespit edilmiştir. Babanın şu anki medeni hali incelendiğinde %0.70'inin bekar, %1.41'inin boşanmış, %97.89'unun evli olduğu saptanmıştır. Annenin eğitim durumu incelendiğinde %6.34'ünün ilkokul mezunu, %7.04'ünün ortaokul mezunu, %21.83'ünün lise mezunu, %16.90'ının yüksekokul mezunu, %26.06'sının üniversite mezunu, %21'inin lisansüstü mezunu olduğu saptanmıştır. Babanın öğrenim düzeyi incelendiğinde, %7.04'ünün ilkokul mezunu, %4.23'ünün ortaokul mezunu, %23.94'ünün lise mezunu, %12.68'inin yüksekokul mezunu, %29.87'sinin üniversite mezunu, %22.4'ünün lisansüstü mezunu olduğu tespit edilmiştir. Anne yaş ortalamasının  $33.09 \pm 4.09$ , minimum yaşı 22, maksimum 48 olduğu, baba yaş ortalamasının  $35.52 \pm 5.28$ , minimum yaşı 27, maksimum yaşı 58 olduğu tespit edilmiştir. Hane halkının gelir düzeyi incelendiğinde katılımcıların %11,97'sinin düşük, %57,75'inin orta, %30,28'inin yüksek olduğu tespit edilmiştir.

### **3.3. Veri Toplama Araçları**

Araştırmada katılımcılarda rutinleri incelemek amacıyla Çocuk Rutinleri Anketi (Yağlı, 2021), öz-düzenlemeyi incelemek amacıyla Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği-Anne Formu (Erol ve İvrendi, 2018), dışsallaştırma davranış problemlerini incelemek amacıyla Eyberg Çocuk Davranışı Envanteri (Baydar vd., 2007) kullanılmıştır. Aynı zamanda araştırmacıların hazırladığı, katılımcıların kişisel bilgilerine dair soruların olduğu demografik bilgi formu kullanılmıştır.

#### **3.3.1. Demografik Bilgi Formu**

Araştırmacılar tarafından geliştirilmiş olan demografik bilgi formuyla araştırmaya katılan çocukların cinsiyeti, yaşı, evdeki kişi sayısı, anaokuluna gitme durumu, anne öğrenim düzeyi, baba öğrenim düzeyi ve hane halkı gelir durumu ile ilgili bilgiler elde edilmiş ve çalışmanın değişkenleriyle ilişkileri araştırılmıştır.

#### **3.3.2. Çocuk Rutinleri Anketi**

Okul öncesi çağındaki çocuklar için Çocuk Rutinleri Anketi (CRQ-P; Wittig, 2005) günlük işlevsellikte çocuk rutinlerini değerlendirmek için geliştirilmiştir. Orijinal CRQ- P, üç alt ölçekten oluşan 35 maddelik bir ankettir: Günlük Yaşam, Aktiviteler ve Disiplin. Ebeveynler,

maddeleri 0 (asla, hiçbir zaman) ile 4 (neredeyse her zaman) arasında değişen beşli Likert tipi bir ölçekte derecelendirir. Bu ölçęi Yağlı (2021) Türk kültürüne uyarlayarak Türk annelerle kullanmıştır (Yağlı, 2021). Ölçeğin alt boyutlarından günlük yaşam 1,3,5,7,9,11,13,15,17,19,25. maddeler; aktiviteler 2,4,6,8,10,12,14,24. maddeler; disiplin 16,18,20,21,22,23 maddeleri ile ölçülmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık Cronbach alfa değerleri, günlük yaşam için 0,81, aktiviteler için 0,7 ve disiplin alt ölçęi için 0,67 bulunmuştur.

Bu çalışmada yapılan iç tutarlılık analizlerine göre Cronbach alfa katsayısı sırasıyla günlük yaşam alt boyutu için 0,83, aktivite alt boyutu için 0,76, disiplin alt boyutu için 0,73 olarak bulunmuştur. Türkçe uyarlama çalışmasında (Yağlı, 2021) toplam puanın geçerlilik analizi yapılmadığı için mevcut çalışmada da yapılmamıştır.

### **3.3.3. Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği**

Erol ve İvrendi (2018) tarafından okul öncesi dönem 48-72 ay arasındaki çocukların öz-düzenleme becerilerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek, dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol–duygu ve engelleyici kontrol–davranış olarak 4 boyuttan ve toplamda 20 sorudan oluşmaktadır. Ölçekteki maddeleri, 1-Hiçbir Zaman, 2-Nadiren, 3-Bazen, 4-Çocuklukla, 5-Her Zaman şeklinde 5’li likert formatındadır. Ölçeğin toplam Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0,9, eş zaman geçerliği 0,84 ve test tekrar test güvenirliliği 0,77 olarak bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutlar iç tutarlılık Cronbach alfa değerleri dikkat için 0,89, çalışma belleği için 0,82, engelleyici kontrol-duygu için 0,77, engelleyici kontrol-davranış için 0,75 olarak bulunmuştur. Ölçekteki 1-6. maddeler dikkat, 7-11. maddeler çalışma belleği, 12-16. maddeler engelleyici kontrol-duygu, 17-20. maddeler engelleyici kontrol-davranış alt boyutlarına aittir.

Bu çalışmada bulunan iç tutarlılık değerleri sırasıyla toplam puan için 0,93, dikkat alt boyutu için 0,85, çalışma belleği alt boyutu için 0,89, engelleyici kontrol duygu alt boyutu için 0,85, engelleyici kontrol davranış alt boyutu için 0,79 bulunmuştur.

### **3.3.4. Eyberg Çocuk Davranışı Envanteri**

Eyberg Çocuk Davranışı Envanteri, EÇDE; (Eyberg ve Robinson, 1983), 2–17 yaşlarındaki çocukların davranış problemlerini ölçmek amacıyla kullanılmaktadır. EÇDE ölçęi 36 maddeden oluşur. Ebeveyn, önce çocuğun her maddede belirlenen davranışlarının sıklığını değerlendirir, daha sonra her davranışı bir problem olarak algılayıp algılamadığını “evet /hayır”

formatında belirtir. EÇDE ölçeğinin Türkçe versiyonu (EÇDE-TR) Baydar ve diğerleri (2007) tarafından adapte edilmiştir. EÇDE-TR 36 madde içerir ve çocuğun davranışının şiddetini orijinalindeki 7'li Likert tipi ölçek yerine 5'li Likert tipi ölçeğe göre değerlendirmesi dışında orijinaline çok benzer. EÇDE-TR maddeleri ile, saldırganlık (ör. “Yaşlılarıyla dövüşür.”), ilgi talep etme (ör: Mızımızlanır.”) ve davranış problemleri (ör. “Kurallar hakkında anne-babasıyla tartışır.”) olmak üzere dışsallaştırma davranışlarının sıklığını ölçen üç alt ölçek oluşturulabilir. Toplam ölçek, saldırganlık alt ölçeği, ilgi talep etme alt ölçeği ve davranış problemleri alt ölçeği için iç güvenilirlik katsayıları sırasıyla 0,93, 0,80, 0,63, ve 0,88 dir (Baydar vd., 2008). Bu çalışmada yapılan iç tutarlılık analizine göre EÇDE toplam puanı için Alpha değeri 0,9 olarak bulunmuştur.

### 3.3.5. Ölçeklere İlişkin Güvenilirlik Analizi

**Tablo 2. Ölçeklere ilişkin güvenilirlik analizi sonuçları**

Ölçekler	n	Cronbach Alpha
ÇRA günlük yaşam boyutu	11	0.835
ÇRA aktivite boyutu	8	0.762
ÇRA disiplin boyutu	6	0.731
ÖDBÖ toplam	20	0.930
ÖDBÖ dikkat boyutu	6	0.859
ÖDBÖ çalışma belleği boyutu	5	0.894
ÖDBÖ engelleyici kontrol duygu boyutu	5	0.851
ÖDBÖ engelleyici kontrol davranış boyutu	4	0.792
EÇDE toplam	36	0.964

\*ÇRA: Çocuk Rutinleri Anketi; ÖDBÖ: Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği; EÇDE: Eyberg Çocuk Davranış Envanteri

Yukarıdaki tabloda ölçeklere ve alt boyutlarına ilişkin güvenilirlik analizi sonucunda elde edilen Cronbach Alpha katsayıları verilmiştir.

Yukarıdaki tabloda araştırmada kullanılan ölçekler ve alt boyutlarına ilişkin güvenilirlik analizi sonuçlarına ilişkin Cronbach Alpha değerleri incelenmiştir.

0,00  $\leq$   $\alpha$  < 0,40 ise ölçek güvenilir değil,

0,40  $\leq$   $\alpha$  < 0,60 ise ölçek düşük güvenilirlikte,

0,60  $\leq$   $\alpha$  < 0,80 ise ölçek oldukça güvenilir,

0,80  $\leq$   $\alpha$  < 1,00 ise ölçek yüksek derecede güvenilir bir ölçek olduğu göz önüne

alındığında ÇRA günlük yaşam boyutu, ÖDBÖ toplam, ÖDBÖ dikkat boyutu, ÖDBÖ çalışma belleği boyutu, ÖDBÖ engelleyici kontrol duygu boyutu ölçek güvenilirliklerinin tümünün yüksek derecede güvenilir olduğu, ÇRA aktivite boyutu, ÇRA disiplin boyutu ve ÖDBÖ engelleyici kontrol davranışı boyutunun oldukça güvenilir olduğu söylenebilmektedir. Cronbach Alpha değerinin .70 ve üzerinde olduğunda ölçeğin güvenilir olduğu kabul edilir (Büyüköztürk, 2006).

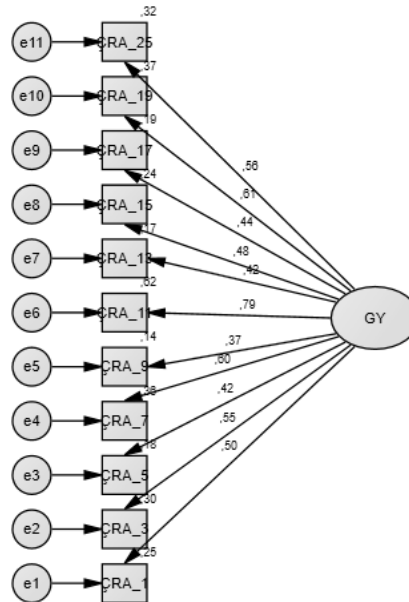
### 3.3.6. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme Becerileri, Dışsallaştırma Davranış Problemleri Ölçeklerinin Doğrulayıcı Faktör Analizleri (DFA)

Bu kısımda araştırmada kullanılan ölçeklerin geçerliliğini sağlamak amacıyla yapılan doğrulayıcı faktör analizlerine dair bulgulara yer verilmiştir.

#### 3.3.6.1. Çocuk Rutinleri Anketi'ne İlişkin Doğrulayıcı Faktör Analizi

Türkiye'de Çocuk Rutinleri Anketi'nin uyarlamasının yapıldığı tez çalışması hariç ilk kez bir araştırmada kullanıldığı için bu ölçeğin DFA analizleri ayrıca önem arz etmektedir. Çocuk rutinleri ölçeğinin alt boyutları için dfa path diyagramları Şekil 1, 2, 3'te; uyum iyiliği indeksleri ise tablo 3, 4, 5'te yer almaktadır.

Şekil 1. ÇRA günlük yaşam boyutuna ilişkin doğrulayıcı faktör analizi path diyagramı



Yukarıdaki şekilde ÇRA günlük yaşam boyutuna ilişkin ifadelerin yer aldığı DFA'ya diyagramında regresyon katsayılarına yer verilmiştir. Standardize edilmiş regresyon değerleri, gözlenen değişkenlerin, gizli değişkenleri tahmin etme gücünü, yani faktör yüklerini gösterir.

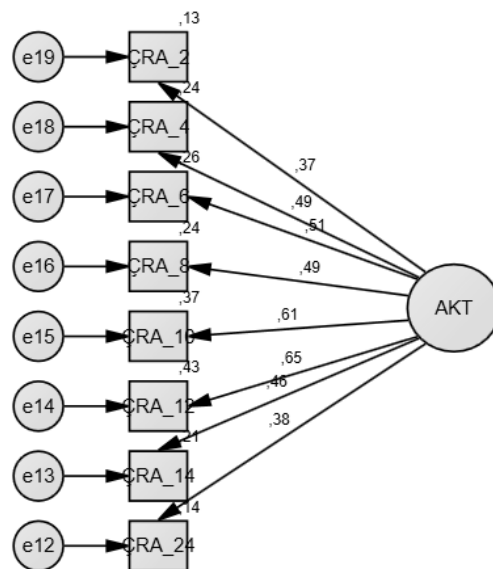
Yukarıdaki tabloda her ikili ilişki için “p” değerleri 0.05’ten küçük olduğu için, faktör yüklenimleri anlamlıdır. Faktör yüklenimlerinin önemli çıkması maddelerin, faktörlere doğru yüklendiği anlamına gelmektedir. Ayrıca, tabloda görüldüğü üzere tüm maddelerin regresyon katsayıları oldukça yüksek çıkmıştır. Buna göre ÇRA günlük yaşam boyutunun bu çalışma için geçerliliği doğrulanmıştır.

**Tablo 3. ÇRA günlük yaşam boyutuna ilişkin model uyum iyiliği indeksleri**

İyi uyum	Kabul edilebilir uyum	Değerler
CMIN/DF <3	CMIN/DF <5	2.454
$0.97 \leq CFI \leq 1$	$0.95 \leq CFI \leq 0.97$	0.812
$0.95 \leq NFI \leq 1$	$0.90 \leq NFI \leq 0.95$	0.734
$0.95 \leq TLI \leq 1$	$0.90 \leq TLI \leq 0.95$	0.823
$0 < RMSEA < 0.05$	$0.06 < RMSEA < 0.08$	0.101

Yukarıdaki tabloda doğrulayıcı faktör analizine ilişkin uyum iyiliği indeksleri verilmiştir. Tabloda görüldüğü üzere,  $\chi^2/df=2.454 < 3$ ,  $CFI=0.812 < 0.95$ ,  $NFI=0.734 < 0.90$ ,  $TLI=0.823 < 0.95$ ,  $RMSEA=0.101$  olduğu ve  $\chi^2/df$  indeksinin iyim uyum gösterdiğini, CFI ve NFI, TLI ve RMSEA indeks değerinin ise kabul edilebilir değere yakın bir değerde olduğu saptanmıştır. Kabul edilebilir uyum değerine yakın değerlerinin kabul edilebilir değerlere gelebilmesi için örneklem sayısının artırılması önerilir.

**Şekil 2. ÇRA aktivite boyutuna ilişkin doğrulayıcı faktör analizi path diyagramı**



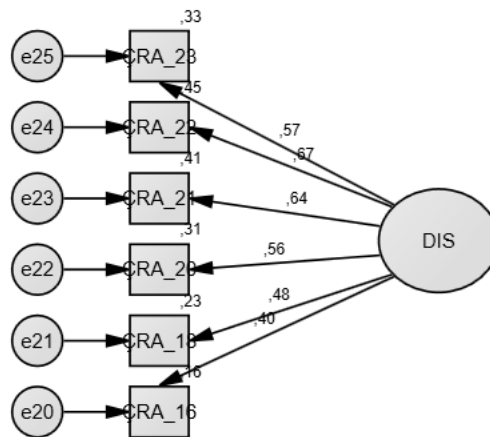
Yukarıdaki şekilde ÇRA günlük yaşam boyutuna ilişkin ifadelerin yer aldığı DFA diyagramında regresyon katsayılarına yer verilmiştir. Standardize edilmiş regresyon değerlerinin oldukça yüksek olduğu dikkat çekmektedir. Ayrıca tüm faktör yüklenimleri anlamlı bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Buna göre ÇRA aktivite boyutunun bu çalışma için geçerliliğinin sağlandığı söylenebilir.

**Tablo 4. ÇRA aktivite boyutuna ilişkin model uyum iyiliği indeksleri**

İyi uyum	Kabul edilebilir uyum	Değerler
CMIN/DF <3	CMIN/DF <5	2.081
$0.97 \leq CFI \leq 1$	$0.95 \leq CFI \leq 0.97$	0.858
$0.95 \leq NFI \leq 1$	$0.90 \leq NFI \leq 0.95$	0.780
$0.95 \leq TLI \leq 1$	$0.90 \leq TLI \leq 0.95$	0.745
$0 < RMSEA < 0.05$	$0.06 < RMSEA < 0.08$	0.087

Yukarıdaki tabloda doğrulayıcı faktör analizine ilişkin uyum iyiliği indeksleri verilmiştir. Tabloda görüldüğü üzere,  $\chi^2/df=2.081<3$ ,  $CFI=0.858<0.95$ ,  $NFI=0.780<0.90$ ,  $TLI=0.745<0.95$ ,  $RMSEA=0.087$  olduğu ve  $\chi^2/df$  indeksinin iyim uyum gösterdiği, CFI ve NFI, TLI ve RMSEA indeks değerinin ise kabul edilebilir değere yakın bir değerde olduğu görülmüştür. Kabul edilebilir uyum değerine yakın değerlerin kabul edilebilir değerlere gelebilmesi için örneklem sayısının artırılması önerilmektedir.

**Şekil 3. ÇRA disiplin boyutuna ilişkin doğrulayıcı faktör analizi path diyagramı**



Yukarıdaki şekilde ÇRA günlük yaşam boyutuna ilişkin ifadelerin yer aldığı DFA diyagramında regresyon katsayılarına yer verilmiştir. Standardize edilmiş regresyon değerlerinin oldukça yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca tüm faktör yüklenimleri anlamlı

bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Buna göre ÇRA disiplin boyutunun bu çalışma için geçerliliğinin kanıtlandığı söylenebilir.

**Tablo 5. ÇRA disiplin boyutuna ilişkin model uyum iyiliği indeksleri**

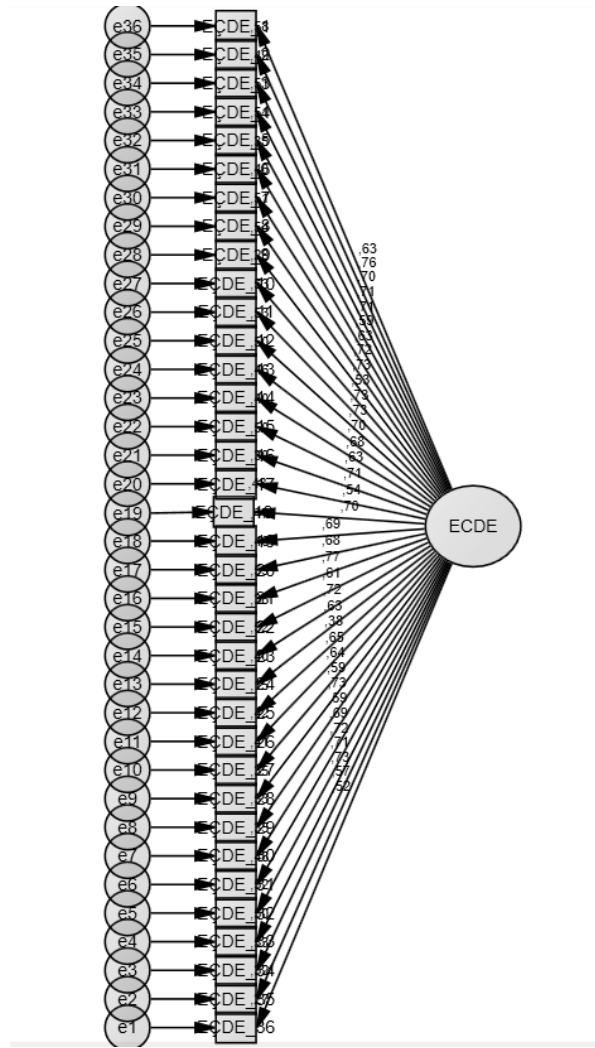
İyi uyum	Kabul edilebilir uyum	Değerler
CMIN/DF <3	CMIN/DF <5	3.072
$0.97 \leq CFI \leq 1$	$0.95 \leq CFI \leq 0.97$	0.867
$0.95 \leq NFI \leq 1$	$0.90 \leq NFI \leq 0.95$	0.829
$0.95 \leq TLI \leq 1$	$0.90 \leq TLI \leq 0.95$	0.690
$0 < RMSEA < 0.05$	$0.06 < RMSEA < 0.08$	0.120

Yukarıdaki tabloda doğrulayıcı faktör analizine ilişkin uyum iyiliği indeksleri verilmiştir. Tabloda görüldüğü üzere,  $\chi^2/df=3.072<5$ ,  $CFI=0.867<0.95$ ,  $NFI=0.829<0.90$ ,  $TLI=0.690<0.95$ ,  $RMSEA=0.120$  olduğu ve  $\chi^2/df$  indeksinin kabul edilebilir uyum gösterdiği, CFI ve NFI, TLI ve RMSEA indeks değerinin ise kabul edilebilir değere yakın bir değerde olduğu görülmüştür. Kabul edilebilir uyum değerine yakın değerlerin, kabul edilebilir değerlere gelebilmesi için örneklem sayısının arttırılması önerilmektedir.

### 3.3.6.2. Eyberg Çocuk Davranış Envanteri'ne İlişkin Doğrulayıcı Faktör Analizi

Aşağıda şekil ve tablolarda EÇDE'ye dair yapılan DFA path diyagramı, regresyon değerleri ve uyum iyiliği indeksleri yer almaktadır.

Şekil 4. EÇDE'ye ilişkin doğrulayıcı faktör analizi path diyagramı



Yukarıdaki şekilde EÇDE'ye ilişkin ifadelerin yer aldığı DFA diyagramında regresyon katsayılarına yer verilmiştir. Standardize edilmiş regresyon değerlerinin oldukça yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca tüm faktör yüklenimleri anlamlı bulunmuştur ( $p < 0.05$ ). Buna göre EÇDE ölçeğinin bu çalışma için geçerliliğinin kanıtlandığı söylenebilir.

Tablo 6. EÇDE'ye ilişkin model uyum iyiliği indeksleri

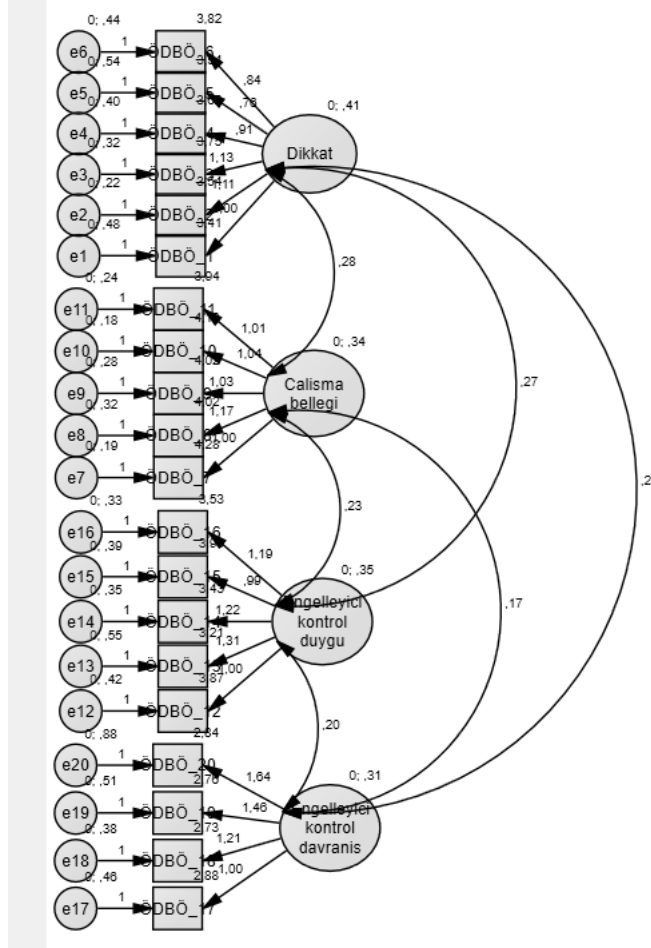
İyi uyum	Kabul edilebilir uyum	Değerler
$CMIN/DF < 3$	$CMIN/DF < 5$	2.275
$0.97 \leq CFI \leq 1$	$0.95 \leq CFI \leq 0.97$	0.764
$0.95 \leq NFI \leq 1$	$0.90 \leq NFI \leq 0.95$	0.651
$0.95 \leq TLI \leq 1$	$0.90 \leq TLI \leq 0.95$	0.735
$0 < RMSEA < 0.05$	$0.06 < RMSEA < 0.08$	0.094

Yukarıdaki tabloda doğrulayıcı faktör analizine ilişkin uyum iyiliği indeksleri verilmiştir. Tabloda görüldüğü üzere,  $\chi^2/df=2.275<3$ ,  $CFI=0.764<0.95$ ,  $NFI=0.651<0.90$ ,  $TLI=0.735<0.95$ ,  $RMSEA=0.094$  olduğu ve  $\chi^2/df$  indeksinin iyi uyum gösterdiği, CFI ve NFI, TLI ve RMSEA indeks değerinin ise kabul edilebilir değere yakın bir değerde olduğu görülmüştür. Kabul edilebilir uyum değerine yakın değerlerin, kabul edilebilir değerlere gelebilmesi için örneklem sayısının artırılması önerilmektedir.

### 3.3.6.3. Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği'ne İlişkin Doğrulayıcı Faktör Analizi

Aşağıda şekil ve tablolarda ÖDBÖ'ye dair yapılan DFA path diyagramı, regresyon değerleri ve uyum iyiliği indeksleri yer almaktadır.

Şekil 5. ÖDBÖ'ye ilişkin doğrulayıcı faktör analizi path diyagramı



Yukarıdaki şekilde ÖDBÖ'ye ilişkin alt boyutların ve alt boyutlara ilişkin ifadelerin yer aldığı DFA diyagramında regresyon katsayılarına yer verilmiştir. Standardize edilmiş regresyon değerlerinin oldukça yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca tüm faktör yüklenimleri anlamlı

bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Buna göre ÖDBÖ ölçeğinin bu çalışma için geçerliliğinin kanıtlandığı söylenebilir.

**Tablo 7. ÖDBÖ'ye ilişkin model uyum iyiliği indeksleri**

İyi uyum	Kabul edilebilir uyum	Değerler
CMIN/DF <3	CMIN/DF <5	2.135
$0.97 \leq CFI \leq 1$	$0.95 \leq CFI \leq 0.97$	0.873
$0.95 \leq NFI \leq 1$	$0.90 \leq NFI \leq 0.95$	0.791
$0.95 \leq TLI \leq 1$	$0.90 \leq TLI \leq 0.95$	0.873
$0 < RMSEA < 0.05$	$0.06 < RMSEA < 0.08$	0.089

Yukarıdaki tabloda doğrulayıcı faktör analizine ilişkin uyum iyiliği indeksleri verilmiştir. Tabloda görüldüğü üzere,  $\chi^2/df=2.135<3$ ,  $CFI=0.873<0.95$ ,  $NFI=0.791<0.90$ ,  $TLI=0.873<0.95$ ,  $RMSEA=0.089$  olduğu ve  $\chi^2/df$  indeksinin iyi uyum gösterdiği, CFI ve NFI, TLI ve RMSEA indeks değerinin ise kabul edilebilir değere yakın bir değerde olduğu görülmüştür. Kabul edilebilir uyum değerine yakın değerlerin, kabul edilebilir değerlere gelebilmesi için örneklem sayısının artırılması önerilmektedir.

### 3.4. Verilerin Toplanması

Araştırmada veri toplamadan önce Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Araştırma ve Yayın Etik Kurulundan gerekli izinler alınmıştır (2 Ocak 2023, 445140). Türkiye’de okullarda araştırma yapılabilmesi için Milli Eğitim Bakanlığı’ndan araştırma izni almak gereklidir. Bu sebeple anaokullarından veri toplamadan önce araştırmada verilerin toplanacağı Sakarya ilindeki İl Milli Eğitim Müdürlüğü’ne başvurularak Milli Eğitim Bakanlığı’ndan araştırma yapma ve uygulama izni alınmıştır (23 Ocak 2023, E-29065503-44-69040836). Gerekli izinler alınarak 2022-2023 bahar yarıyılında 4-6 yaş aralığındaki çocukların annelerine ulaştırmak üzere araştırmacı anketleri Sakarya ili Sapanca ilçesindeki çeşitli anaokullarına ulaştırmıştır. Okul müdürlerine ve öğretmenlere çalışmadan ve anketlerden bahsedilmiş ve MEB araştırma izni gösterilmiştir. Okullardaki öğretmenler anketleri çocukların annelerine birkaç gün içinde geri almak üzere elden teslim etmiştir. Anketlere katılım anonim olmuştur ve katılımda gönüllülük esastır. Araştırmacı bir hafta sonra tekrar anaokullarına ulaşarak doldurulan anketleri teslim almıştır. Ayrıca araştırmacı anketleri sosyal çevresiyle çevrimiçi yolla da paylaşarak annelere ulaştırmıştır.

### 3.5. Verilerin Analizi

Araştırma sonucunda 150 katılımcıdan elde edilen verilerin analizi IBM SPSS Statistics 22 (SPSS Inc., Chicago, IL) ve Yapısal Eşitlik Modellemesi (YEM) ile doğrulayıcı faktör analizi (DFA) için AMOS v21 programında uygun istatistiksel yöntemler ile değerlendirilmiştir. Tipik çok değişkenli istatistik metodlarından ayrı bir analiz olarak YEM, keşifsel yerine doğrulayıcı yaklaşımıyla diğer yöntemlere göre daha etkin sonuçlara ulaştırmaktadır (Byrne, 2010). Araştırmada demografik sorular, Çocuk Rutinleri Anketi (ÇRA), Öz düzenleme Becerileri Ölçeği (ÖDBÖ) ve Eyberg Çocuk Davranışı Envanteri ölçeklerinin DFA yapılarak ölçeklerin geçerlilikleri incelenmiştir. Ardından güvenilirlik analizleri yapılarak Cronbach Alpha katsayıları hesaplanarak kullanılan bu ölçeklerin geçerli ve güvenilir olduğu saptanmıştır. Ölçek puanların normallik varsayımının kontrolü için çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Aykırı değer içeren veriler ve tümü yanıtlanmayan anketler çalışma dışında tutulmuştur. Böylelikle çalışma kapsamına 143 kişi alınmıştır. Aykırı değerler çıkarıldıktan sonra tüm ölçek puanlarının ve alt faktör puanlarının çarpıklık ve basıklık değerlerinin +1.5 ile -1.5 aralığında değer aldığı görülmüştür. Böylelikle ölçek puanlarının normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Genel olarak tüm ölçek ve alt boyutların güvenilirliklerinin yüksek düzeyde güvenilir düzeyde ve oldukça iyi düzeyde güvenilir olduğu görülmektedir. Verilerin analizinde; tanımlayıcı kategorik verileri sayı (n) ve yüzde (%), nicel verileri ise ortalama ve standart sapma değerleri, çarpıklık, basıklık, minimum ve maksimum değerleri gösterilmiştir. İki grup ortalamalarının karşılaştırılması için Bağımsız Grup T Test ve ikiden fazla grup ortalamasının karşılaştırılması için Tek Yön ANOVA testi uygulanmıştır. Yapısal Eşitlik Modellemesi (YEM) için değişkenler arasında Durbin Watson, tolerans ve VIF değerleri incelenerek otokorelasyon ve çoklu bağlantı sorunu olmadığı tespit edilmiştir. Anlamlılık değeri  $p < 0.05$  baz alınmıştır.

## BÖLÜM IV: BULGULAR VE YORUMLAR

Çalışmanın hedefine ulaşmak için gerçekleştirilen istatistiksel analizlerden elde edilen bulgulara dair bilgiler, dördüncü bölümde detaylı bir şekilde sunulmaktadır. Tanımlayıcı istatistikler ve alt problemler kısmında yer alan soruların cevapları için yapılan istatistiksel analizler Tablo 4.1. den itibariyle sırasıyla verilmiştir.

### 4.1 Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme ve Dışsallaştırma Davranış Problemleri Ölçeklerine İlişkin Bulgular

**Tablo 8. Ölçeklere ve alt boyutlarına ilişkin tanımlayıcı istatistiklerin incelenmesi**

Ölçekler	Ort±SS	Min	Max	Çarpıklık	Basıklık
ÇRA günlük yaşam	3.10±0.51	1.09	4	-0.897	1.264
ÇRA aktivite	2.94±0.51	1.75	4	-0.270	-0.454
ÇRA disiplin	2.77±0.62	0.50	4	-0.565	0.813
ÖDBÖ toplam	71.19±11.82	45	94	-0.095	-0.708
ÖDBÖ dikkat	21.65±4.05	11	30	-0.175	-0.135
ÖDBÖ çalışma belleği	20.39±3.25	11	25	-0.403	-0.309
ÖDBÖ engelleyici kontrol duygu	17.97±3.67	9	25	0.040	-0.561
ÖDBÖ engelleyici kontrol davranış	11.17±3.35	2	18	-0.130	-0.751
EÇDE toplam	69.37±27.17	1	149	-0.296	-0.201

\*ÇRA: Çocuk Rutinleri Anketi; ÖDBÖ: Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği; EÇDE: Eyberg Çocuk Davranış Envanteri

Yukarıdaki tabloda ölçeklere ve alt boyutlarına ilişkin tanımlayıcı istatistiklere (ortalama, standart sapma, minimum, maksimum, çarpıklık, basıklık) yer verilmiştir.

ÇRA günlük yaşam boyutuna ilişkin puan ortalamasının 3.10±0.51, minimum puanın 1.09, maksimum puanın 4, çarpıklık değerinin -0.897, basıklık değerinin 1.264, ÇRA aktivite boyutu ortalama puanının 2.94±0.51, minimum puanın 1.75, maksimum puanın 4, çarpıklık değerinin -0.270, basıklık değerinin -0.454 olduğu, ÇRA disiplin boyutunun ortalamasının 2.77±0.62,

minimum puanın 0.50, maksimum puanın 4, çarpıklık değerinin -0.565, basıklık değerinin 0.813, ÖDBÖ toplam puan ortalamasının 71.19±11.82, minimum puanın 45, maksimum puanın 94 olduğu çarpıklık değerinin -0.095, basıklık değerinin -0.708 olduğu, ÖDBÖ dikkat boyutunun puan ortalamasının 21.65±4.05, minimum puanın 11, maksimum puanın 30, çarpıklık değerinin -0.175, basıklık değerinin -0.135 olduğu, ÖDBÖ çalışma belleği puan ortalamasının 20.39±3.25, minimum puanın 11, maksimum puanın 25, çarpıklık değerinin -0.403, basıklık değerinin -0.309 olduğu, ÖDBÖ engelleyici kontrol duygu puan ortalamasının 17.97±3.67, minimum puanın 9, maksimum puanın 25, çarpıklık değerinin 0.040, basıklık değerinin -0.570 olduğu, ÖDBÖ engelleyici kontrol davranış puan ortalamasının 11.17±3.35, minimum puanın 2, maksimum puanın 18 olduğu tespit edilmiştir. EÇDE toplam puan ortalamasının 69.37±27.17, minimum puanın 1, maksimum puanın 149 olduğu tespit edilmiştir.

Ölçek toplam puanı ve alt boyutlara ilişkin çarpıklık ve basıklık değeri incelendiğinde, değerlerin +1.5 ile -1.5 aralığında yer almasından dolayı normallik varsayımını sağladığı söylenebilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Buna göre, puan karşılaştırmaları yapılırken parametrik yöntemlerin kullanılmasına karar verilmiştir.

## **4.2. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi**

Araştırmanın bu bölümünde ele alınan üç değişkenin demografik veriler bağlamında (cinsiyet, çocuk yaş, evdeki kişi sayısı, anaokuluna gitme durumu, anne öğrenim düzeyi, baba öğrenim düzeyi, hane halkı gelir) farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiş ve buna yönelik analizlere yer verilmiştir.

### **4.2.1. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Cinsiyete Göre İncelenmesi**

Bu kısımda araştırmanın 1. alt problemi olan “çocuk rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri çocukların cinsiyetine göre farklılaşmakta mıdır?” sorusunu cevaplamaya ilişkin analizler yer almaktadır.

**Tablo 9. Çocuğun cinsiyetine göre katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların bağımsız grup t-test sonuçları**

Ölçekler	Kategoriler	n	Ortalama $\bar{x}$ SS	Test değeri	p
ÇRA günlük yaşam	Kız	64	3.09 $\bar{x}$ 0.56	-0.217	0.829
	Erkek	79	3.11 $\bar{x}$ 0.47		
ÇRA aktivite	Kız	64	2.97 $\bar{x}$ 0.53	0.540	0.590
	Erkek	79	2.92 $\bar{x}$ 0.50		
ÇRA disiplin	Kız	64	2.76 $\bar{x}$ 0.63	-0.249	0.804
	Erkek	79	2.78 $\bar{x}$ 0.63		
ÖDBÖ toplam	Kız	64	70.68 $\bar{x}$ 11.94	-0.463	0.644
	Erkek	79	71.60 $\bar{x}$ 11.70		
ÖDBÖ dikkat	Kız	64	21.59 $\bar{x}$ 4.19	-0.150	0.881
	Erkek	79	21.69 $\bar{x}$ 2.95		
ÖDBÖ çalışma belleği	Kız	64	20.37 $\bar{x}$ 3.32	-0.078	0.938
	Erkek	79	20.41 $\bar{x}$ 3.21		
ÖDBÖ engelleyici kontrol duygu	Kız	64	17.59 $\bar{x}$ 3.62	-1.109	0.269
	Erkek	79	18.27 $\bar{x}$ 3.70		
ÖDBÖ engelleyici kontrol davranış	Kız	64	11.12 $\bar{x}$ 3.24	-0.159	0.874
	Erkek	79	11.21 $\bar{x}$ 3.46		
EÇDE toplam	Kız	64	63.68 $\bar{x}$ 26.45	-2.284	0.024*
	Erkek	79	73.97 $\bar{x}$ 27.04		

\*p<0.05

Yukarıdaki tabloda çocuğun cinsiyetine göre katılımcıların ölçek puanları bakımından farklılıklarını incelemek için iki bağımsız grubun ortalamalarının karşılaştırılırken Bağımsız Grup T Test uygulanmıştır.

Çocukların cinsiyetine göre katılımcıların ÇRA günlük yaşam boyutu, ÇRA aktivite, ÇRA disiplin, ÖDBÖ toplam, ÖDBÖ dikkat, ÖDBÖ çalışma belleği, ÖDBÖ engelleyici kontrol duygu, ÖDBÖ engelleyici kontrol davranış puanları bakımından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (p>0.05). Çocukların cinsiyetine göre katılımcıların EÇDE toplam puanı bakımından farklılık olduğu tespit edilmiştir (p=0.024<0.05). Erkek çocuğu olan katılımcıların EÇDE puanı ortalamasının (ort=73.97) kız çocuğu olan katılımcıların puanından (ort=63.68)

daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Buna göre erkek çocukların dışsallaştırma davranış problemlerinin kız çocuklarından daha fazla olduğu söylenebilir.

#### 4.2.2. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Çocuk Yaşına Göre İncelenmesi

Bu kısımda araştırmanın 2. alt problemi olan “çocuk rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri çocukların yaşına göre farklılaşmakta mıdır?” sorusunu cevaplamaya ilişkin analizler yer almaktadır.

**Tablo 10. Çocuk yaşı ile ölçek puanları arasındaki ilişkinin korelasyon analiziyle incelenmesi**

Değişkenler		Çocuğun yaşı
ÇRA günlük yaşam	r	0.266**
	p	0.001
ÇRA aktivite	r	0.109
	p	0.195
ÇRA disiplin	r	0.200*
	p	0.017
ÖDBÖ toplam	r	-0.336**
	p	0.001
ÖDBÖ dikkat	r	-0.284**
	p	0.001
ÖDBÖ çalışma belleği	r	-0.399**
	p	0.001
ÖDBÖ engelleyici kontrol	r	-0.279**
duygu	p	0.001
ÖDBÖ engelleyici kontrol	r	-0.143
davranış	p	0.087
EÇDE toplam	r	-0.385**
	p	0.001

\*p<0.05, \*\*p=0.001

#### 4.2.3. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Evdeki Kişi Sayısına Göre İncelenmesi

Bu kısımda araştırmanın 3. alt problemi olan “çocuk rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri evde yaşayan kişi sayısına göre farklılaşmakta mıdır?” sorusunu cevaplamaya ilişkin analizler yer almaktadır.

**Tablo 11. Evdeki birey sayısı ile ölçek puanları arasındaki ilişkinin korelasyon analiziyle incelenmesi**

Değişkenler		Evde yaşayan diğer kişi sayısı
ÇRA günlük yaşam	r	0.147
	p	0.085
ÇRA aktivite	r	-0.032
	p	0.704
ÇRA disiplin	r	0.128
	p	0.135
ÖDBÖ toplam	r	-0.045
	p	0.602
ÖDBÖ dikkat	r	0.030
	p	0.725
ÖDBÖ çalışma belleği	r	-0.072
	p	0.402
ÖDBÖ engelleyici kontrol duygu	r	-0.118
	p	0.165
ÖDBÖ engelleyici kontrol davranış	r	0.079
	p	0.355
EÇDE toplam	r	-0.269**
	p	0.001

\*\*p=0.001

#### 4.2.4. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Çocukların Anaokulu/Kreşe Gitme Durumuna Göre İncelenmesi

Bu kısımda araştırmanın 4. alt problemi olan “çocuk rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri çocukların anaokulu/kreşe gitme durumuna göre farklılaşmakta mıdır?” sorusunu cevaplamaya ilişkin analizler yer almaktadır.

**Tablo 12. Çocuğun anaokulu/kreşe gitme durumuna göre bağımsız grup t-test sonuçları**

Ölçekler	Kategoriler	n	Ortalama $\bar{x}$ SS	Test değeri	p
ÇRA günlük yaşam	Evet	127	3.13 $\bar{x}$ 0.50	1.560	0.121
	Hayır	16	2.92 $\bar{x}$ 0.57		
ÇRA aktivite	Evet	127	2.96 $\bar{x}$ 0.52		

	Hayır	16	2.82±0.47	1.060	0.291
<b>ÇRA disiplin</b>	Evet	127	2.77±0.63	-0.164	0.870
	Hayır	16	2.80±0.65		
<b>ÖDBÖ toplam</b>	Evet	127	70.26±11.81	-3.435	0.002**
	Hayır	16	78.56±8.70		
<b>ÖDBÖ dikkat</b>	Evet	127	21.38±4.13	-3.173	0.004**
	Hayır	16	23.75±2.59		
<b>ÖDBÖ çalışma belleği</b>	Evet	127	20.10±3.22	-3.935	0.001**
	Hayır	16	22.75±2.43		
<b>ÖDBÖ engelleyici kontrol duygu</b>	Evet	127	17.85±3.64	-1.069	0.299
	Hayır	16	18.93±3.85		
<b>ÖDBÖ engelleyici kontrol davranış</b>	Evet	127	10.92±3.27	-2.511	0.013*
	Hayır	16	13.12±3.46		
<b>EÇDE toplam</b>	Evet	127	67.82±28.02	-3.133	0.004**
	Hayır	16	81.62±14.54		

\*p<0.05 \*\*p<0.01

Yukarıdaki tabloda çocuğun anaokulu/kreşe gitme durumuna göre ölçek puanları bakımından karşılaştırılması için Bağımsız Grup T Test kullanılmıştır.

Çocuğu anaokuluna/kreşe giden ve gitmeyen katılımcıların ÇRA günlük yaşam, ÇRA aktivite, ÇRA disiplin, ÖDBÖ engelleyici kontrol duygu alt boyut puanları bakımından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (p>0.05). Anaokulu/kreşe giden çocukların ÖDBÖ toplam puan ortalamaları bakımından anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p=0.002<0.05). Buna göre anaokulu/kreşe gitmeyen çocukların ÖDBÖ puanının (ort=78.56) giden çocuklardan (ort=70.26) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Anaokulu/kreşe giden ve gitmeyen çocukların ÖDBÖ dikkat puan ortalamaları bakımından anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p=0.004<0.05). Buna göre anaokulu/kreşe gitmeyen çocukların dikkat puanının (ort=23.75) gidenlerden (ort=21.38) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Anaokulu/kreşe giden ve gitmeyen çocukların ÖDBÖ çalışma belleği puan ortalamaları bakımından anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p=0.001<0.05). Buna göre anaokulu/kreşe gitmeyen çocukların çalışma belleği puanının

(ort=22.75) gidenlerden (ort=20.10) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Anaokulu/kreşe giden ve gitmeyen çocukların ÖDBÖ engelleyici kontrol duygu puan ortalamaları bakımından anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p=0.013<0.05$ ). Buna göre anaokulu/kreşe gitmeyen çocukların engelleyici kontrol davranış puanının (ort=13.12) gidenlerden (ort=10.92) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Anaokulu/kreşe giden ve gitmeyen çocukların EÇDE toplam puan ortalamaları bakımından anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p=0.004<0.05$ ). Buna göre anaokulu/kreşe gitmeyen çocukların EÇDE toplam puanının (ort=81.62) gidenlerden (ort=67.82) daha yüksek olduğu bulunmuştur.

#### 4.2.7. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Anne ve Babanın Eğitim Durumuna Göre İncelenmesi

Bu kısımda araştırmanın 5. alt problemi olan “çocuk rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri anne ve babanın eğitim durumuna göre farklılaşmakta mıdır?” sorusunu cevaplamaya ilişkin analizler yer almaktadır.

**Tablo 13. Annenin eğitim durumuna göre ölçeklerden elde edilen puanların tek yönlü ANOVA sonuçları**

Ölçekler	Kategoriler	n	Ortalama $\bar{x}$ SS	Test değeri	p
<b>ÇRA günlük yaşam</b>	İlkokul mezunu	8	2.89 $\bar{x}$ 0.34	2.066	0.073
	Ortaokul mezunu	10	2.93 $\bar{x}$ 0.56		
	Lise mezunu	31	3.19 $\bar{x}$ 0.56		
	Yüksekokul mezunu	24	2.90 $\bar{x}$ 0.50		
	Üniversite mezunu	37	3.25 $\bar{x}$ 0.47		
	Lisansüstü mezunu	30	3.08 $\bar{x}$ 0.50		
<b>ÇRA aktivite</b>	İlkokul mezunu	8	2.79 $\bar{x}$ 0.49	1.013	0.413
	Ortaokul mezunu	10	2.80 $\bar{x}$ 0.53		
	Lise mezunu	31	2.95 $\bar{x}$ 0.54		
	Yüksekokul mezunu	24	2.83 $\bar{x}$ 0.59		
	Üniversite mezunu	37	3.08 $\bar{x}$ 0.48		
	Lisansüstü	30	2.95 $\bar{x}$ 0.48		
	İlkokul mezunu	8	2.93 $\bar{x}$ 0.69		

	Ortaokul mezunu	10	2.57±0.72		
	Lise mezunu	31	2.84±0.71		
<b>ÇRA disiplin</b>	Yüksekokul mezunu	24	2.73±0.62		
	Üniversite mezunu	37	2.82±0.47		
	Lisansüstü	30	2.73 ±0.66	0.657	0.657
<hr/>					
	İlkokul mezunu	8	69.12±11.61		
	Ortaokul mezunu	10	69.60±12.82		
	Lise mezunu	31	71±11.45	2.151	0.063
<b>ÖDBÖ toplam</b>	Yüksekokul mezunu	24	66.16±11.02		
	Üniversite mezunu	37	71.75±11.95		
	Lisansüstü	30	75.38±11.81		
<hr/>					
	İlkokul mezunu	8	19±3.54		
	Ortaokul mezunu	10	21.5±4.60		
	Lise mezunu	31	20.80±3.57	4.046	0.002**
<b>ÖDBÖ dikkat</b>	Yüksekokul mezunu	24	19.91±3.61		
	Üniversite mezunu	37	22.45±4.20		
	Lisansüstü	30	23.69±4.06		
<hr/>					
	İlkokul mezunu	8	19±3.85		
	Ortaokul mezunu	10	20.5±3.65		
	Lise mezunu	31	20.35±3.37	1.441	0.214
<b>ÖDBÖ çalışma belleği</b>	Yüksekokul mezunu	24	19.62±3.34		
	Üniversite mezunu	37	20.29±3.08		
	Lisansüstü	30	21.34±2.95		
<hr/>					
	İlkokul mezunu	8	19±2.72		
	Ortaokul mezunu	10	16.4±3.94*		
	Lise mezunu	31	18.16±3.85	2.653	0.025*
<b>ÖDBÖ engelleyici kontrol duygu</b>	Yüksekokul mezunu	24	16.29±3.27		
	Üniversite mezunu	37	18±3.78		
	Lisansüstü	30	19.46±3.24**		

<b>ÖDBÖ engelleyici kontrol davranış</b>	İlkokul mezunu	8	12.12 $\bar{\pm}$ 3.35	0.604	0.697
	Ortaokul mezunu	10	11.2 $\bar{\pm}$ 3.55		
	Lise mezunu	31	11.67 $\bar{\pm}$ 3.31		
	Yüksekokul mezunu	24	10.33 $\bar{\pm}$ 3.61		
	Üniversite mezunu	37	11 $\bar{\pm}$ 3.45		
	Lisansüstü	30	11.11 $\bar{\pm}$ 3.30		
<b>EÇDE toplam</b>	İlkokul mezunu	8	64.62 $\bar{\pm}$ 37.62	2.245	0.053
	Ortaokul mezunu	10	67.3 $\bar{\pm}$ 31.71		
	Lise mezunu	31	61.16 $\bar{\pm}$ 28.52		
	Yüksekokul mezunu	24	63.95 $\bar{\pm}$ 22.19		
	Üniversite mezunu	37	71.83 $\bar{\pm}$ 26.30		
	Lisansüstü	30	81.26 $\bar{\pm}$ 23.21		

\*p<0.05, \*\*p<0.01

Yukarıdaki tabloda annenin eğitim durumuna göre ölçek puanlarının karşılaştırılması için Tek Yön ANOVA testi uygulanmıştır. Anlamli farklılık olduğunda gruplar arası karşılaştırmaların yapılması için post hoc analizleri uygulanmıştır. Varyansların homojenliği sağlandığı durumda Scheffe testi, homojenliğin sağlanmadığı durumda ise Tamhane's T2 testi kullanılmıştır. Annelerin eğitim durumları arasında ÇRA günlük yaşam, ÇRA aktivite, ÇRA disiplin, ÖDBÖ toplam, ÖDBÖ çalışma belleği, ÖDBÖ engelleyici kontrol davranış ve EÇDE toplam puanları bakımından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Annelerin eğitim durumları arasında ÖDBÖ dikkat puanları bakımından anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p=0.002<0.05$ ). Buna göre anne eğitim durumu yüksekokul mezunu olan çocukların dikkat puanının (ort=19.91), annesinin eğitim durumu lisansüstü mezunu olanlardan (ort=23.73) daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Buna göre annesinin eğitim durumu yüksekokul mezunu olan çocukların dikkat öz düzenleme beceresinin, annesinin eğitim durumu lisansüstü mezunu olan çocuklardan daha düşük olduğu söylenebilmektedir. Annelerin eğitim durumları arasında ÖDBÖ engelleyici kontrol duygu puanları bakımından anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p=0.025<0.05$ ). Annesinin eğitim durumu lisansüstü olan öğrencilerin ÖDBÖ engelleyici kontrol duygu puanının (ort=19.46) annesinin eğitim durumu ortaokul olanlardan (ort=16.4) ve yüksekokul (ort=16.29) daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yani, annesinin eğitim durumu lisansüstü olan çocukların ÖDBÖ engelleyici kontrol duygusunun, annesi ortaokul ve yüksekokul mezunu olanlardan daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

**Tablo 14. Babanın eğitim durumuna göre ölçeklerden elde edilen puanların tek yönlü ANOVA sonuçları**

Ölçekler	Kategoriler	n	Ortalama $\bar{x}$ SS	Test değeri	p
<b>ÇRA günlük yaşam</b>	İlkokul mezunu	10	2.80 $\bar{x}$ 0.49	1.270	0.281
	Ortaokul mezunu	6	2.83 $\bar{x}$ 0.35		
	Lise mezunu	33	3.19 $\bar{x}$ 0.52		
	Yüksekokul mezunu	18	3.10 $\bar{x}$ 0.47		
	Üniversite mezunu	41	3.15 $\bar{x}$ 0.43		
	Lisansüstü mezunu	32	3.08 $\bar{x}$ 0.63		
<b>ÇRA aktivite</b>	İlkokul mezunu	10	2.68 $\bar{x}$ 0.62	1.077	0.376
	Ortaokul mezunu	6	2.74 $\bar{x}$ 0.23		
	Lise mezunu	33	2.94 $\bar{x}$ 0.57		
	Yüksekokul mezunu	18	2.94 $\bar{x}$ 0.40		
	Üniversite mezunu	41	3.06 $\bar{x}$ 0.50		
	Lisansüstü	32	2.92 $\bar{x}$ 0.53		
<b>ÇRA disiplin</b>	İlkokul mezunu	10	2.81 $\bar{x}$ 0.63	0.589	0.708
	Ortaokul mezunu	6	2.83 $\bar{x}$ 0.59		
	Lise mezunu	33	2.89 $\bar{x}$ 0.66		
	Yüksekokul mezunu	18	2.71 $\bar{x}$ 0.65		
	Üniversite mezunu	41	2.80 $\bar{x}$ 0.46		
	Lisansüstü mezunu	32	2.64 $\bar{x}$ 0.76		
<b>ÖDBÖ toplam</b>	İlkokul mezunu	10	69.90 $\bar{x}$ 12.14	4.223	<b>0.001</b>
	Ortaokul mezunu	6	56.66 $\bar{x}$ 5.53*		
	Lise mezunu	33	71.03 $\bar{x}$ 10.66		
	Yüksekokul mezunu	18	70.05 $\bar{x}$ 12.31		
	Üniversite mezunu	41	69.70 $\bar{x}$ 12.35		
	Lisansüstü mezunu	32	77.46 $\bar{x}$ 9.93*		
	İlkokul mezunu	10	20.20 $\bar{x}$ 3.52		

	Ortaokul mezunu	6	15.16 $\mp$ 3.54**		
	Lise mezunu	33	21.63 $\mp$ 3.43		
<b>ÖDBÖ dikkat</b>	Yüksekokul mezunu	18	21.16 $\mp$ 3.82	5.673	<b>0.001</b>
	Üniversite mezunu	41	21.65 $\mp$ 4.40*		
	Lisansüstü mezunu	32	23.32 $\mp$ 0.58*		
	İlkokul mezunu	10	19.80 $\mp$ 3.70		
	Ortaokul mezunu	6	17.83 $\mp$ 1.47		
<b>ÖDBÖ çalışma belleği</b>	Lise mezunu	33	20.33 $\mp$ 2.93	3.479	<b>0.005</b>
	Yüksekokul mezunu	18	20.33 $\mp$ 3.74		
	Üniversite mezunu	41	19.65 $\mp$ 3.20*		
	Lisansüstü mezunu	32	22.21 $\mp$ 2.91*		
	İlkokul mezunu	10	17.5 $\mp$ 3.77		
	Ortaokul mezunu	6	15.33 $\mp$ 2.06*		
<b>ÖDBÖ engelleyici kontrol duygu</b>	Lise mezunu	33	18.09 $\mp$ 3.65	2.381	<b>0.042</b>
	Yüksekokul mezunu	18	16.88 $\mp$ 3.81		
	Üniversite mezunu	41	17.68 $\mp$ 3.72*		
	Lisansüstü mezunu	32	19.59 $\mp$ 3.32**		
	İlkokul mezunu	10	12.4 $\mp$ 3.02		
	Ortaokul mezunu	6	8.33 $\mp$ 2.33		
<b>ÖDBÖ engelleyici kontrol davranış</b>	Lise mezunu	33	10.96 $\mp$ 3.35	1.796	0.118
	Yüksekokul mezunu	18	11.66 $\mp$ 3.48		
	Üniversite mezunu	41	10.70 $\mp$ 3.49		
	Lisansüstü mezunu	32	12 $\mp$ 3.23		
	İlkokul mezunu	10	74.6 $\mp$ 38.13		
	Ortaokul mezunu	6	45.33 $\mp$ 11.70		
	Lise mezunu	33	58.33 $\mp$ 28.02*		
<b>EÇDE toplam</b>	Yüksekokul mezunu	18	70.44 $\mp$ 20.86	4.279	<b>0.001</b>
	Üniversite mezunu	41	69.60 $\mp$ 24.48		
	Lisansüstü mezunu	32	83.43 $\mp$ 24.14*		

\*p<0.01

Yukarıdaki tabloda babanın eğitim durumuna göre ölçek puanlarının karşılaştırılması için Tek Yön ANOVA testi uygulanmıştır. Anlamlı farklılık olduğunda gruplar arası karşılaştırmaların

yapılması için post hoc analizleri uygulanmıştır. Varyansların homojenliği sağlandığı durumda Scheffe testi, homojenliğin sağlanmadığı durumda ise Tamhane's T2 testi kullanılmıştır.

Babaların eğitim durumlarına göre ÇRA günlük yaşam, ÇRA aktivite, ÇRA disiplin, ÖDBÖ engelleyici kontrol davranış puanlarının farklılaşmadığı tespit edilmiştir ( $p>0.05$ ). Babaların eğitim durumları arasında ÖDBÖ toplam puanları bakımından anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p=0.002<0.05$ ). Yapılan post-hoc analizine göre eğitim durumu lisansüstü olan babaların çocuklarının ÖDBÖ toplam puanının (ort=77.46), babasının eğitim durumu ortaokul mezunu olanlardan (ort=56.66), daha yüksek olduğu bulunmuştur. Buna göre babasının eğitim durumu lisansüstü mezunu olan çocukların öz düzenleme becerilerinin, babasının durumu ortaokul, olan çocukların puanından daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

Babaların eğitim durumları arasında ÖDBÖ dikkat puanları bakımından anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p=0.001<0.05$ ). Hangi gruplar arasında farklılık olduğunun tespiti için yapılan post-hoc analizi sonucuna göre babasının eğitim durumu ortaokul mezunu olanların ÖDBÖ dikkat puanının (ort=15.16), eğitim durumu üniversite mezunu olanlardan (ort=21.65), lisansüstü olanlardan (ort=23.32) daha düşük olduğu bulunmuştur. Yani, babasının eğitim durumu ortaokul mezunu olan çocukların dikkat öz düzenleme becerisinin, üniversite mezunu olanlardan ve lisansüstü olanlardan daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

Babaların eğitim durumları arasında ÖDBÖ çalışma belleği puanları bakımından anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p=0.003<0.05$ ). Hangi gruplar arasında farklılık olduğunun tespiti için yapılan post hoc analizi sonucuna göre babasının eğitim durumu üniversite mezunu olanların ÖDBÖ çalışma belleği puanının (ort=19.65) babasının eğitim durumu lisansüstü mezunu olanların puanından daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Buna göre babasının eğitim durumu lisansüstü mezunu olan çocukların çalışma belleği öz düzenleme becerisinin, babasının eğitim durumu üniversite olanlardan daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

Babaların eğitim durumları arasında ÖDBÖ engelleyici kontrol puanları bakımından anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p=0.042<0.05$ ). Hangi gruplar arasında farklılık olduğunun tespiti için yapılan post hoc analizi sonucuna göre babasının eğitim durumu lisansüstü mezunu olanların engelleyici kontrol puanının (ort=19.59) babasının eğitim durumu üniversite mezunu olanlardan (ort=17.68) daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Buna göre babasının eğitim durumu lisansüstü mezunu olan çocukların engelleyici kontrol öz düzenleme becerisinin, babasının eğitim durumu üniversite olanlardan daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

Babaların eğitim durumları arasında EÇDE toplam puanları bakımından anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p=0.003<0.05$ ). Hangi gruplar arasında farklılık olduğu incelendiğinde, babasının eğitim durumu lise mezunu olan çocukların EÇDE toplam puanının (ort=58.38),

babasının eğitim durumu lisansüstü mezunu olanlardan (ort=83.43) daha düşük olduğu bulunmuştur. Buna göre babasının eğitim durumu lise mezunu olan çocuklarda dışsallaştırma davranış problemlerinin, babasının eğitim durumu lisansüstü olanlardan daha düşük olduğu söylenebilmektedir.

#### 4.2.8. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Hane Halkı Gelir Durumuna Göre İncelenmesi

Bu kısımda araştırmanın 6. alt problemi olan “çocuk rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri hane halkı gelir durumuna göre farklılaşmakta mıdır?” sorusunu cevaplamaya ilişkin analizler yer almaktadır.

**Tablo 15. Hane halkının gelir durumuna göre ölçeklerden elde edilen puanların tek yönlü ANOVA sonuçları**

Ölçekler	Kategoriler	n	Ortalama $\bar{x}$ SS	Test değeri	p
<b>ÇRA günlük yaşam</b>	Düşük	16	3.05 $\bar{x}$ 0.48	0.162	0.851
	Orta	81	3.12 $\bar{x}$ 0.53		
	Yüksek	43	3.08 $\bar{x}$ 0.49		
<b>ÇRA aktivite</b>	Düşük	16	2.91 $\bar{x}$ 0.43	0.098	0.907
	Orta	81	2.94 $\bar{x}$ 0.53		
	Yüksek	43	2.97 $\bar{x}$ 0.53		
<b>ÇRA disiplin</b>	Düşük	16	2.93 $\bar{x}$ 0.51	1.353	0.262
	Orta	81	2.80 $\bar{x}$ 0.64		
	Yüksek	43	2.66 $\bar{x}$ 0.62		
<b>ÖDBÖ toplam</b>	Düşük	16	71.37 $\bar{x}$ 9.83	10.141	0.001**
	Orta	81	68 $\bar{x}$ 11.95		
	Yüksek	43	77.46 $\bar{x}$ 9.89		
<b>ÖDBÖ dikkat</b>	Düşük	16	20.25 $\bar{x}$ 3.66	6.403	0.002**
	Orta	81	21.01 $\bar{x}$ 4.12		
	Yüksek	43	23.41 $\bar{x}$ 3.67		

<b>ÖDBÖ çalışma belleği</b>	Düşük	16	20.37±3.64	3.915	0.022*
	Orta	81	19.83±3.21		
	Yüksek	43	21.53±3.02		
<b>ÖDBÖ engelleyici kontrol duygu</b>	Düşük	16	18.37±3.38	11.033	0.001**
	Orta	81	16.90±3.46		
	Yüksek	43	19.93±3.38		
<b>ÖDBÖ engelleyici kontrol davranış</b>	Düşük	16	12.37±2.62	8.626	0.001**
	Orta	81	10.24±3.56		
	Yüksek	43	12.58±2.62		
<b>EÇDE toplam</b>	Düşük	16	67.12±30.02	8.928	0.001**
	Orta	81	62.76±25.53		
	Yüksek	43	83.18±24.39		

\*p<0.05; \*\*p<0.01

Yukarıdaki tabloda hane halkının gelir durumlarına göre ölçek puanlarının karşılaştırılması için Tek Yön ANOVA testi yapılmıştır. Hane halkı gelir durumları arasında ÇRA günlük yaşam, ÇRA aktivite, ÇRA disiplin puanları bakımından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Katılımcıların hane halkı gelir durumları arasında ÖDBÖ toplam puanı bakımından anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p=0.001<0.05$ ). Hangi gruplar arasında farklılık olduğunun tespiti için yapılan post hoc analizine göre gelir durumu orta olan çocukların ÖDBÖ toplam puanının (ort=68) gelir durumu yüksek olanlardan (ort= 77.46) daha düşük olduğu bulunmuştur. Buna göre hane halkı gelir durumu yüksek olan çocukların öz düzenleme becerilerinin gelir durumu orta düzeyde olanlardan fazla olduğu söylenebilmektedir. Katılımcıların hane halkı gelir durumları arasında ÖDBÖ dikkat puanı bakımından anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p=0.002<0.05$ ). Gelir durumu yüksek olanların ÖDBÖ dikkat puanının (ort=23.41) gelir durumu düşük olanlardan (ort=20.25) ve gelir durumu orta olanlardan (ort=21.01) daha yüksek bulunmuştur. Buna göre gelir durumu yüksek olan ailelerin çocuklarının dikkat rutinlerini, gelir durumu orta ve düşük olanlara göre daha fazla yerine getirebildiği söylenebilmektedir. Katılımcıların hane halkı gelir durumları arasında ÖDBÖ çalışma belleği puanı bakımından anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p=0.022<0.05$ ). Buna göre gelir durumu orta olanların ÖDBÖ puanının (ort=19.83), gelir durumu yüksek olanlardan (ort=21.53) daha düşük olduğu görülmektedir. Yani, gelir durumu orta düzeyde olan ailelerin çocuklarının çalışma belleği öz

düzenleme becerisinin gelir durumu yüksek olan ailelere göre daha düşüktür. Katılımcıların hane halkı gelir durumları arasında ÖDBÖ engelleyici kontrol duygu puanı bakımından anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p=0.001<0.05$ ). Buna göre gelir durumu orta olan ailelerin çocuklarının ÖDBÖ engelleyici kontrol duygu puanının (ort=16.90) gelir durumu yüksek olanlardan (ort=19.93) daha düşük olduğu söylenebilmektedir. Yani gelir durumu orta olan çocukların engelleyici kontrol duygu öz düzenleme becerisinin geliri yüksek olan ailelerin çocuklarından daha düşük olduğu söylenebilmektedir. Katılımcıların hane halkı gelir durumları arasında ÖDBÖ engelleyici kontrol davranış puanı bakımından anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p=0.001<0.05$ ). Buna göre gelir durumu orta olan ailelerin çocuklarının ÖDBÖ engelleyici kontrol davranış puanının (ort=10.24) gelir durumu yüksek olanlardan (ort=12.58) daha düşük olduğu söylenebilmektedir. Yani gelir durumu orta olan çocukların engelleyici kontrol davranış öz düzenleme becerisinin geliri yüksek olan ailelerin çocuklarından daha düşük olduğu söylenebilmektedir. Katılımcıların hane halkı gelir durumları arasında EÇDE toplam puanı bakımından anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p=0.001<0.05$ ). Hangi gruplar arasında fark olduğunu incelemek için yapılan post hoc analizine göre gelir durumu yüksek olan ailelerin çocukların dışsallaştırma davranış problemlerinin gelir durumu orta olan ailelerin çocuklarından daha yüksek olduğu söylenebilir.

#### **4.4. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme Becerileri ve Dışsallaştırma Davranış**

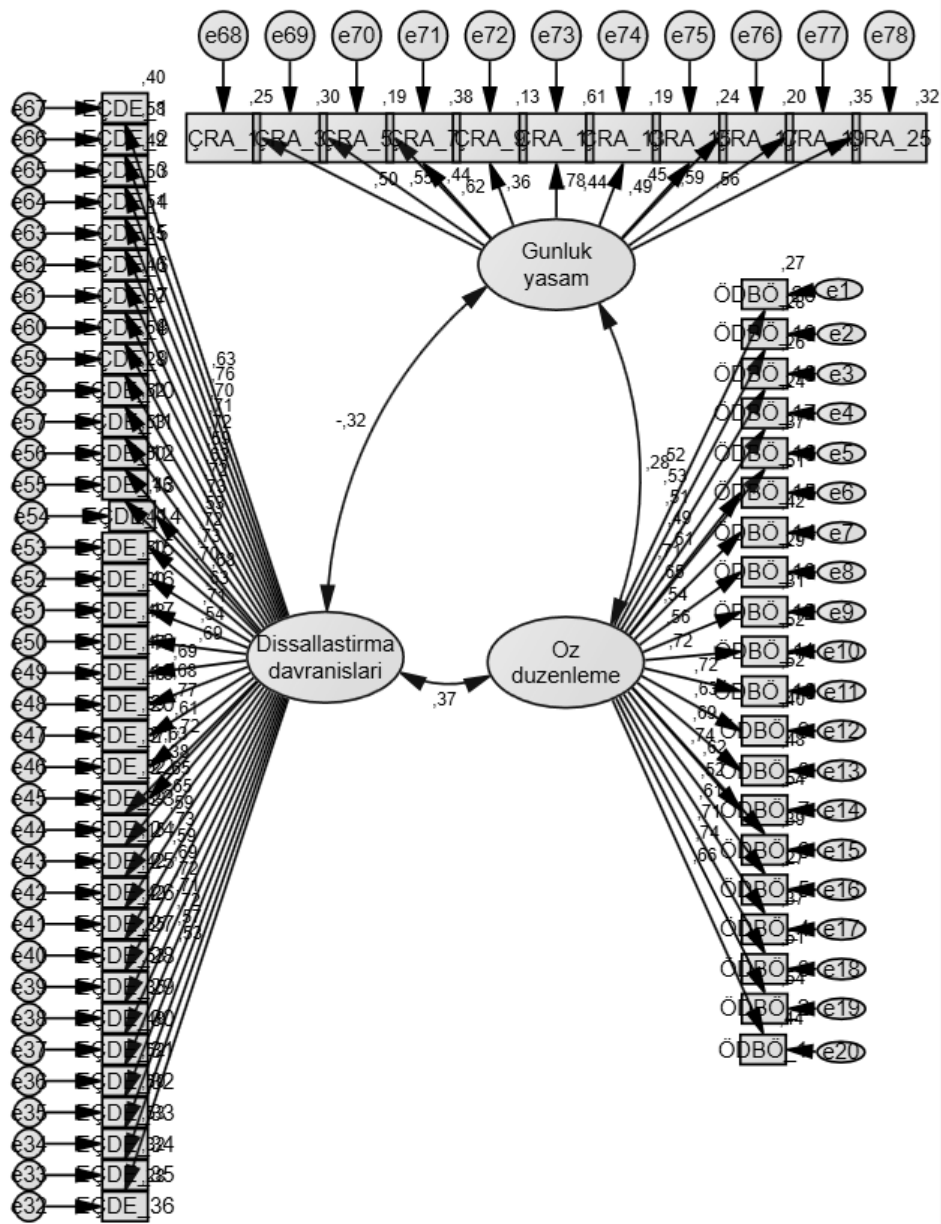
##### **Problemlerinin Aralarındaki İlişkilere Yönelik Bulgular**

Bu kısımda araştırmanın alt problemi olan “çocuk rutinleri alt boyutları, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusunu cevaplamaya ilişkin YEM analizleri yer almaktadır.

##### **4.4.1. Günlük Yaşam Rutinleri, Öz-Düzenleme ve Dışsallaştırma Davranış Problemleri Arasındaki İlişkinin YEM İle İncelenmesi**

Bu bölümde araştırma değişkenlerinden çocuk rutinler alt boyutlarından günlük yaşam rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan YEM analizi bulgularına yer verilmiştir.

**Şekil 6. Günlük yaşam rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkinin yem ile incelenmesi**



Yukarıdaki şekilde, dışsallaştırma davranış problemleri ile öz düzenleme ve günlük yaşam rutinleri arasındaki ilişkinin incelenmesi için oluşturulan YEM modeline ilişkin Path diyagramı verilmiştir. Şekil incelendiğinde, ölçekler arasındaki standardize regresyon katsayıları gösterilmektedir. Modele ilişkin uyum iyiliği indekslerine aşağıda yer verilmiştir. Ölçekler arasındaki korelasyonlar incelendiğinde, dışsallaştırma davranışları ile çocuk günlük yaşam rutinleri arasında negatif yönde, anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $\beta=-0.32$ ). Ayrıca öz düzenleme becerileri ile çocuk günlük yaşam rutinleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ( $\beta=0.28$ ). Dışsallaştırma davranışları ile öz düzenleme becerileri arasında pozitif yönde, anlamlı bir ilişki saptanmıştır ( $\beta=0.37$ ).

**Tablo 16. Günlük yaşam rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkinin yem ile incelenmesi**

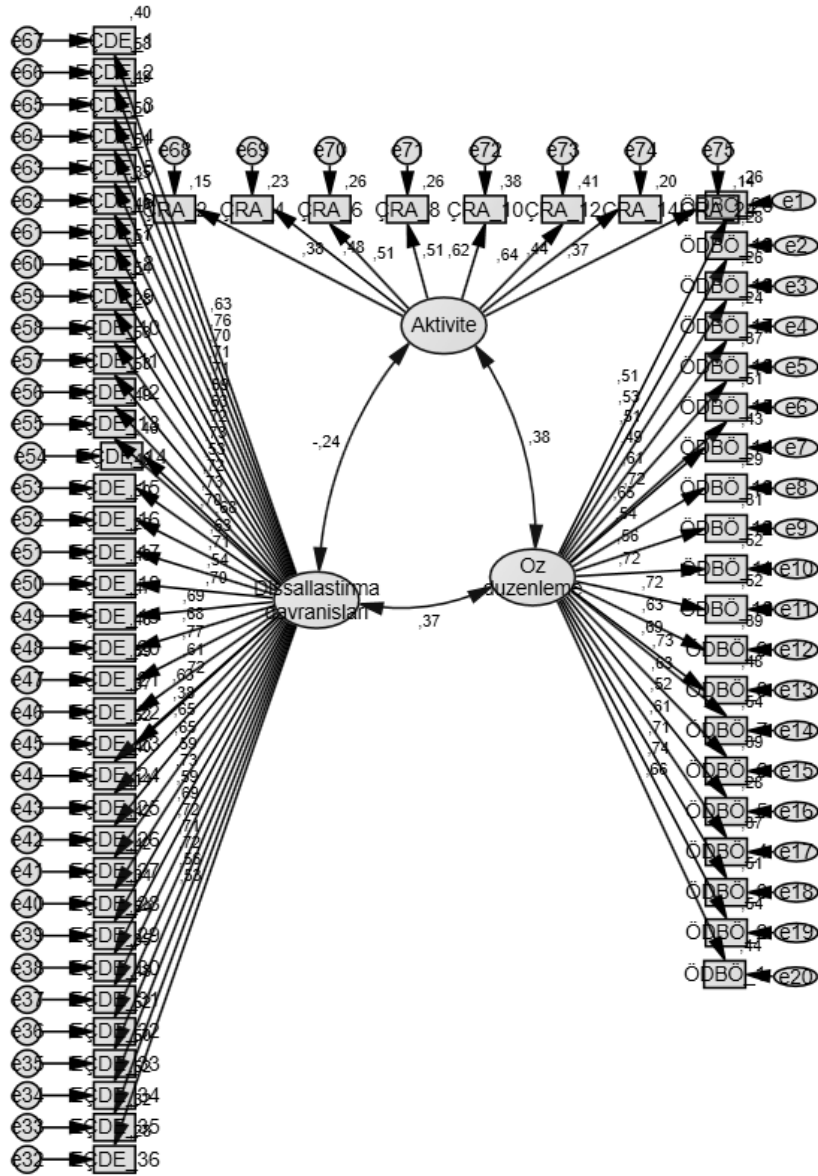
İyi uyum	Kabul edilebilir uyum	Değerler
CMIN/DF <3	CMIN/DF <5	1.960
$0.97 \leq CFI \leq 1$	$0.95 \leq CFI \leq 0.97$	0.651
$0.95 \leq NFI \leq 1$	$0.90 \leq NFI \leq 0.95$	0.486
$0.95 \leq TLI \leq 1$	$0.90 \leq TLI \leq 0.95$	0.628
$0 < RMSEA < 0.05$	$0.06 < RMSEA < 0.08$	0.082

Yukarıdaki tabloda YEM analizine ilişkin uyum iyiliği indeksleri verilmiştir. Tabloda görüldüğü üzere,  $\chi^2/df=1.960 < 3$ ,  $CFI=0.651 < 0.95$ ,  $NFI=0.486 < 0.90$ ,  $TLI=0.628 < 0.95$ ,  $RMSEA=0.082$  olduğu ve  $\chi^2/df$  indeksinin iyi uyum gösterdiği, CFI ve NFI, TLI ve RMSEA indeks değerinin ise kabul edilebilir değere yakın bir değerde olduğu görülmüştür. Kabul edilebilir uyum değerine yakın değerlerin, kabul edilebilir değerlere gelebilmesi için örneklem sayısının artırılması önerilmektedir.

#### **4.4.2. Aktivite Rutinleri, Öz-Düzenleme ve Dışsallaştırma Davranış Problemleri Arasındaki İlişkinin YEM ile İncelenmesi**

Bu bölümde araştırma değişkenlerinden çocuk rutinler alt boyutlarından aktivite rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan YEM analizi bulgularına yer verilmiştir.

**Şekil 7. Aktivite rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkinin yem ile incelenmesi**



Yukarıdaki şekilde, dışsallaştırma davranış problemleri ile öz düzenleme ve aktivite rutinleri arasındaki ilişkinin incelenmesi için oluşturulan YEM modeline ilişkin Path diyagramı verilmiştir. Şekil incelendiğinde, ölçekler arasındaki standardize regresyon katsayıları gösterilmektedir. Modele ilişkin uyum iyiliği indekslerine aşağıda yer verilmiştir. Ölçekler arasındaki korelasyonlar incelendiğinde, dışsallaştırma davranışları ile çocuk aktivite rutinleri arasında negatif yönde, anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $\beta = -0.24$ ). Dışsallaştırma davranışları ile öz düzenleme becerileri arasında pozitif yönde, anlamlı bir ilişki saptanmıştır ( $\beta = 0.37$ ). Ayrıca öz düzenleme becerileri ile çocuk aktivite rutinleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ( $\beta = 0.38$ ).

**Tablo 17. Aktivite rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkinin yem ile incelenmesi**

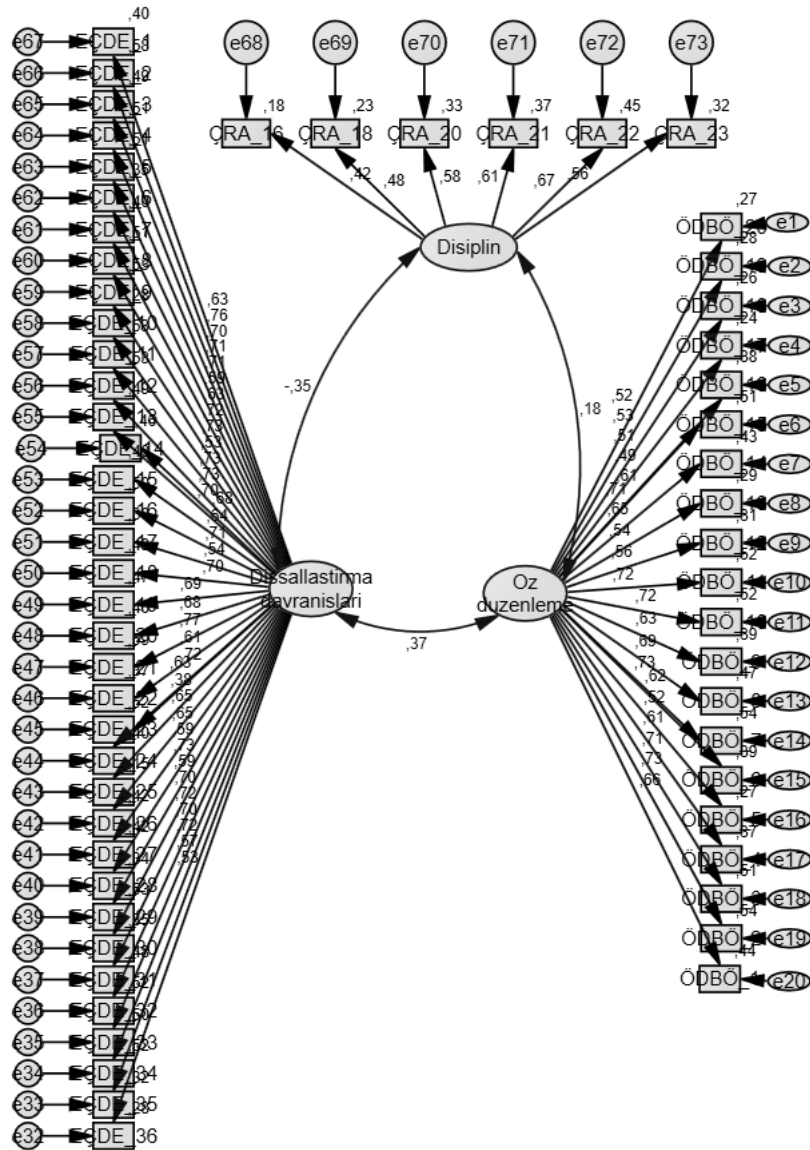
İyi uyum	Kabul edilebilir uyum	Değerler
CMIN/DF <3	CMIN/DF <5	1.944
$0.97 \leq CFI \leq 1$	$0.95 \leq CFI \leq 0.97$	0.666
$0.95 \leq NFI \leq 1$	$0.90 \leq NFI \leq 0.95$	0.502
$0.95 \leq TLI \leq 1$	$0.90 \leq TLI \leq 0.95$	0.645
$0 < RMSEA < 0.05$	$0.06 < RMSEA < 0.08$	0.081

Yukarıdaki tabloda YEM analizine ilişkin uyum iyiliği indeksleri verilmiştir. Tabloda görüldüğü üzere,  $\chi^2/df=1.944<3$ ,  $CFI=0.666<0.95$ ,  $NFI=0.502<0.90$ ,  $TLI=0.645<0.95$ ,  $RMSEA=0.081$  olduğu ve  $\chi^2/df$  indeksinin iyi uyum gösterdiği, CFI ve NFI, TLI ve RMSEA indeks değerinin ise kabul edilebilir değere yakın bir değerde olduğu görülmüştür. Kabul edilebilir uyum değerine yakın değerlerin, kabul edilebilir değerlere gelebilmesi için örneklem sayısının artırılması önerilmektedir.

#### **4.4.3. Disiplin Rutinleri, Öz-Düzenleme ve Dışsallaştırma Davranış Problemleri Arasındaki İlişkinin YEM İle İncelenmesi**

Bu bölümde araştırma değişkenlerinden çocuk rutinler alt boyutlarından disiplin rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan YEM analizi bulgularına yer verilmiştir.

**Şekil 8. Disiplin rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkinin yem ile incelenmesi**



Yukarıdaki şekilde, dışsallaştırma davranış problemleri ile öz düzenleme ve disiplin rutinleri arasındaki ilişkinin incelenmesi için oluşturulan YEM modeline ilişkin Path diyagramı verilmiştir. Şekil incelendiğinde, ölçekler arasındaki standardize regresyon katsayıları gösterilmektedir. Modele ilişkin uyum iyiliği indekslerine aşağıda yer verilmiştir. Ölçekler arasındaki korelasyonlar incelendiğinde, dışsallaştırma davranışları ile çocuk disiplin rutinleri arasında negatif yönde, anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $\beta=-0.35$ ). Dışsallaştırma davranışları ile öz düzenleme becerileri arasında pozitif yönde, anlamlı bir ilişki saptanmıştır ( $\beta=0.37$ ). Ayrıca öz düzenleme becerileri ile çocuk disiplin rutinleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ( $\beta=0.18$ ).

**Tablo 18. Disiplin rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkinin yem ile incelenmesi**

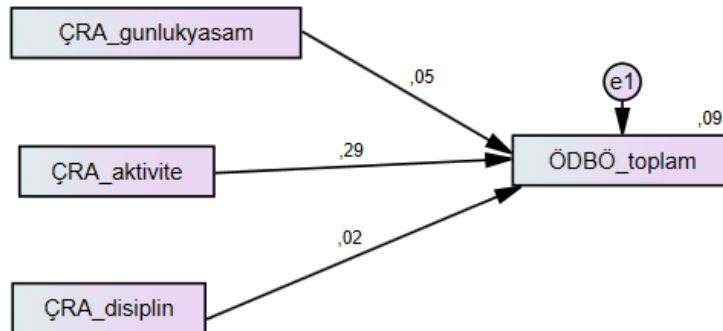
İyi uyum	Kabul edilebilir uyum	Değerler
CMIN/DF <3	CMIN/DF <5	2.000
$0.97 \leq CFI \leq 1$	$0.95 \leq CFI \leq 0.97$	0.667
$0.95 \leq NFI \leq 1$	$0.90 \leq NFI \leq 0.95$	0.510
$0.95 \leq TLI \leq 1$	$0.90 \leq TLI \leq 0.95$	0.644
$0 < RMSEA < 0.05$	$0.06 < RMSEA < 0.08$	0.084

Yukarıdaki tabloda YEM analizine ilişkin uyum iyiliği indeksleri verilmiştir. Tabloda görüldüğü üzere,  $\chi^2/df=2<3$ ,  $CFI=0.667<0.95$ ,  $NFI=0.510<0.90$ ,  $TLI=0.644<0.95$ ,  $RMSEA=0.084$  olduğu ve  $\chi^2/df$  indeksinin iyi uyum gösterdiği, CFI ve NFI, TLI ve RMSEA indeks değerinin ise kabul edilebilir değere yakın bir değerde olduğu görülmüştür. Kabul edilebilir uyum değerine yakın değerlerin, kabul edilebilir değerlere gelebilmesi için örneklem sayısının artırılması önerilmektedir.

#### 4.4.4. Çocuk Rutinlerinin Öz-Düzenleme Becerileri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi

Bu kısımda çocuk rutinleri alt boyutlarının öz-düzenleme üzerindeki etkisini incelemek üzere yapılan yordama analizi bulgularına yer verilmiştir.

**Şekil 9. Çocuk rutinlerinin öz düzenleme becerileri üzerindeki etkisinin incelenmesi**



**Tablo 19: Çocuk rutinlerinin öz-düzenleme becerileri üzerindeki etkisinin incelenmesi**

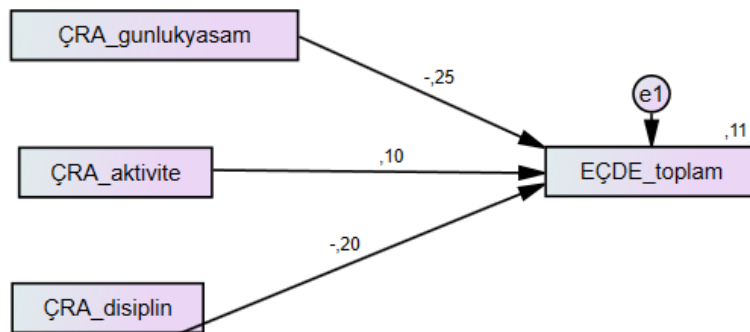
Hipotezler		$\beta$	P değeri	Sonuç
H <sub>1</sub> : Çocuk rutinleri günlük yaşam becerileri →	Öz düzenleme	0.052	0.511	<b>Desteklenmedi</b>
H <sub>2</sub> : Çocuk rutinleri aktivite becerileri →	Öz düzenleme	0.290	0.001	<b>Desteklendi</b>
H <sub>3</sub> : Çocuk rutinleri disiplin →	Öz düzenleme becerileri	0.022	0.781	<b>Desteklenmedi</b>

Yukarıdaki tabloda çocuk rutinleri alt boyutlarının öz-düzenleme becerileri üzerindeki etkileri incelenmiştir. Çocuk rutinleri günlük yaşam alt boyutunun öz düzenleme becerileri üzerindeki etkisi anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Çocuk rutinleri aktivite boyutunun öz-düzenleme becerileri üzerindeki etkisi anlamlı bulunmuştur ( $p<0.001$ ). Buna göre çocuk rutinleri aktivitelerindeki bir birimlik artış öz-düzenleme becerileri üzerinde  $\beta= 0.29$  birim artışa sebep olduğu söylenebilir. Yani çocuk rutinlerinde aktivitenin öz-düzenleme becerilerini arttırıcı bir rolü olduğu söylenebilir. Çocuk rutinleri disiplin alt boyutunun öz-düzenleme becerileri üzerindeki etkisi anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

#### 4.4.5. Çocuk Rutinlerinin Dışsallaştırma Davranış Problemleri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi

Bu kısımda çocuk rutinleri alt boyutlarının dışsallaştırma davranış problemleri üzerindeki etkisini incelemek üzere yapılan yordama analizi bulgularına yer verilmiştir.

**Şekil 10: Çocuk rutinlerinin dışsallaştırma davranış problemleri üzerindeki etkisinin incelenmesi**



**Tablo 20: Çocuk rutinlerinin dışsallaştırma davranış problemleri üzerindeki etkisinin incelenmesi**

<b>Hipotezler</b>		<b><math>\beta</math></b>	<b>P değeri</b>	<b>Sonuç</b>
<b>H<sub>1</sub></b> : Çocuk rutinleri günlük yaşam davranış →	Dışsallaştırma problemleri	-0.251	0.001	<b>Desteklendi</b>
<b>H<sub>2</sub></b> : Çocuk rutinleri aktivite →	Dışsallaştırma davranış problemleri	0.100	0.221	<b>Desteklenmedi</b>
<b>H<sub>3</sub></b> : Çocuk rutinleri disiplin →	Dışsallaştırma davranış problemleri	-0.201	0.010	<b>Desteklendi</b>

Yukarıdaki tabloda çocuk rutinleri alt boyutlarının dışsallaştırma davranış problemleri üzerindeki etkileri incelenmiştir. Çocuk rutinleri günlük yaşam alt boyutunun dışsallaştırma davranışları üzerindeki etkisi anlamlı bulunmuştur ( $p < 0.05$ ). Buna göre çocuk rutinleri günlük yaşamdaki bir birimlik artışın dışsallaştırma davranış problemlerinde 0.251 birimlik bir azalışa sebep olacağı söylenebilmektedir. Buna göre çocuk rutinlerinde günlük yaşamın dışsallaştırma davranışlarında azalışa sebep olacağı söylenebilir. Çocuk rutinleri aktivite alt boyutunun dışsallaştırma davranış problemleri üzerindeki etkisi anlamlı bulunmamıştır ( $p > 0.05$ ). Çocuk rutinleri disiplin alt boyutunun dışsallaştırma davranış problemleri üzerindeki etkisi anlamlı bulunmuştur ( $p < 0.05$ ). Buna göre çocuk rutinleri disiplinindeki bir birimlik artış dışsallaştırma davranış problemleri üzerinde -0.201 birimlik azalışa sebep olmuştur. Yani çocuk rutinlerinde disiplinindeki artışın dışsallaştırma davranışları üzerinde azalışa sebep olacağı söylenebilir.

## **BÖLÜM V: SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER**

### **5.1. Sonuçlar ve Tartışma**

Bu kısımda, araştırma soruları çerçevesinde uygulanan istatistiksel analizlerin sonuçları, mevcut alanyazın ışığında ele alınarak detaylı bir şekilde tartışılmıştır.

#### **5.1.1. Araştırma Değişkenlerinin Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine İlişkin Tartışma**

Bu bölümde çocuk rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemlerinin çocukların cinsiyeti, çocuk yaşı, evdeki kişi sayısı, anaokuluna gitme durumu, anne baba eğitim düzeyi ve hane geliri ile ilişkisine dair elde edilmiş sonuçların tartışmasına yer verilmiştir.

##### **5.1.1.1. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Çocukların Cinsiyetine Göre İncelenmesine Yönelik Tartışma**

Bu çalışmada ölçülen çocuk rutinleri ve öz-düzenleme düzeylerinin çocukların cinsiyetine göre farklılaşmadığı görülmektedir. Literatürde bu konuda cinsiyetin belirleyici bir değişken olmadığı sonuçlar çoğunluktadır (Eren, 2022; Yağlı, 2021; Turhal, 2023; Larsen ve Jordan, 2019; Ren ve Xu, 2019). Selman ve Dilworth-Bart (2023) da gerçekleştirdikleri meta-analizde bu konuda araştırmaların net bir sonuca varamadığını belirtmiştir. Bu bağlamda, çalışmamızın ortaya koyduğu çocuk rutinleri ve öz-düzenleme düzeylerinin cinsiyetle ilgili farklılıklar göstermemesi, literatürdeki çoğunluk görüşüyle uyumlu bir bulgu olarak öne çıkmaktadır. Cinsiyete göre dışsallaştırma davranışlarının farklılaştığı, erkek çocuklarının kız çocuklarına göre daha fazla dışsallaştırma davranış problemi gösterdiği görülmüştür. Bulunan bu sonuç alanyazında desteklenmektedir (Vergunst vd., 2023; Ren ve Xu, 2019; Bater ve Jordan, 2017; Henderson vd., 2011; Kanlıkılıçer, 2005). Ren ve Xu (2019)'nun ortak ebeveynlik, çocuk rutinleri ve çocukların sosyo-duygusal uyumlarını araştırdıkları çalışmalarında erkek okul öncesi öğrencilerinin dışsallaştırma davranışları kız öğrencilerine göre anlamlı bir şekilde daha yüksek çıkmıştır. Yine okul öncesi çocuklarda çocuk rutinleri, öz-düzenleme, ebeveyn davranışları ve dışsallaştırma davranışlarını ve bu ilişkilerdeki aracılık rollerini inceleyen Bater ve Jordan, erkek çocuklarının daha fazla dışsallaştırma davranış problemiyle sahip olduğunu bulmuştur (2017). Henderson ve diğerleri (2011)'nin otizm spektrum bozukluğuna sahip çocuklarda uyku, rutinler ve dışsallaştırma davranışlarını araştırdığı çalışmalarında

dışsallaştırma davranış problemleri erkek çocukların lehine farklılık göstermiştir. Akcan ve Ergün (2015) ve Özbey ve Alisinanoğlu (2009) çalışmalarında ana sınıfı öğrencilerinde saldırgan davranışları incelemişlerdir ve erkeklerin kızlara göre daha fazla saldırgan davranış gösterdiklerini bulmuşlardır. Bu sonuç, gelecekteki çalışmalara yönelik hipotezler geliştirmek adına cinsiyetin, çocukların dışsallaştırma davranışlarını etkileyen bir etmen olabileceği yönünde bir spekülasyonu destekleyebilir.

### **5.1.1.2. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Çocukların Yaşına Göre İncelenmesine Yönelik Tartışma**

Bu araştırmada elde edilen bulgulara göre çocuk rutinleri, öz-düzenleme becerileri ve dışsallaştırma davranış problemlerinin üçünün de çocukların yaşı ile ilişkili olduğu görülmüştür. Çocuk rutinleri alt boyutlarından günlük yaşam ve disiplin çocuk yaşı ile pozitif ilişkilidir. Yaşın artmasıyla aile içindeki rutinlerin de artması söz konusudur (Lawson ve Ingleby, 1974). Araştırmanın sonuçlarını destekler nitelikte Yağlı (2021), çocukların yaşı arttıkça disiplin rutinlerinin de artış gösterdiğini; Jiang, He, Lin, Zhou ve Wu (2021) yaş ile günlük yaşam rutinlerinin pozitif ilişki gösterdiğini bulmuştur. İkinci olarak bu araştırmada öz-düzenleme ile çocukların yaşı arasında negatif ilişki tespit edilmiştir. Düşük yaş daha iyi öz-düzenleme becerileri ile ilişkilendirilmektedir. Bu sonuçlara benzer şekilde Coşgun (2019)'un araştırmasında çocukların yaşı arttıkça öz-düzenleme becerilerinin ölçüldüğü testlerden aldıkları puanlar azalmıştır. Yaş ile öz-düzenleme becerilerini pozitif ilişkili bulan (Ren ve Xu, 2019; Ren ve Fan, 2018) ya da anlamlı bir ilişki bulmayan (Bater ve Jordan, 2017; Larsen ve Jordan, 2019) çalışmalar da mevcuttur. Bu farklılık ölçülen yaş grubu aralığının dar olması (4-6) ile ilgili olabilir. Aynı zamanda öz-düzenleme becerileri çocuklarda bazı yaş aralıklarında azalış bazılarında artış göstererek doğrusal olmayan bir yol izleyebilmektedir (Raffaelli, Crockett ve Shen 2005). Son olarak bu araştırmada dışsallaştırma davranışları ile çocukların yaşı arasında negatif ilişki tespit edilmiştir. Çocukların yaşı arttıkça daha az dışsallaştırma problemi gösterme eğilimindedir. Owens ve Shaw (2003), 1.5 yaşından 6 yaşına kadar çocukların dışsallaştırma davranış problemlerini incelemiş, çocukların yaşı arttıkça dışsallaştırma davranışları ortalama puanların anlamlı şekilde azaldığını göstermiştir. Yuvacı (2019), çocuklarda davranış problemlerini incelediği çalışmasında çocukların yaşı arttıkça kızgınlık ve saldırganlık alt boyutlarından alınan puanların azaldığını tespit etmiştir. Benzer sonuçlara Ren ve Xu (2019) ve Ren ve Fan (2018) da ulaşmıştır.

### **5.1.1.3. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Evdeki Birey Sayısına Göre İncelenmesine Yönelik Tartışma**

Bu araştırmada ölçülen çocuk rutinleri ve öz-düzenleme düzeylerinin evde yaşayan birey sayısına göre farklılaşmamaktadır. Çocukların sosyal yeterlilikleri ve ev kaosu arasındaki ilişkileri incelediği araştırmasında Demir (2019), evdeki kişi sayısı ve düzen ve kaos arasında anlamlı bir ilişki bulamamıştır. Bu çalışmanın sonuçlarına benzer şekilde ikinci olarak, Dağgül (2016) çalışmasında kardeş sayısı ile öz-düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki tespit edememiştir. Son olarak mevcut çalışmanın bulgularına göre evde yaşayan kişi sayısı ile dışsallaştırma davranışları arasında anlamlı ve negatif bir ilişki bulunmaktadır. Buna göre daha kalabalık ailede yaşayan çocuklar daha az dışsallaştırma davranışı göstermektedir. Araştırma sonuçlarını destekler nitelikte çocuklarda kardeş sayısı ve davranış problemlerini incelediği tezinde Vural (2019), kardeş sayısının artmasıyla davranış problemlerinde azalma olduğunu tespit etmiştir. Çocuklar nasıl bir kreş ortamında uyum gösterme durumunda kalıp zorlayıcı durumlarla başa çıkmayı öğreniyorlarsa daha kalabalık ailede yaşayan çocuklar da birbirleriyle geçim ve uyum noktasında başa çıkmayı öğrenmiş olabilirler.

### **5.1.1.4. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Çocukların Anaokulu/Kreşe Gitme Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Tartışma**

Anaokulu/kreşe gitme durumunun çocuk rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri üzerindeki etkisi üzerine yapılan analizler, çocuk rutinlerinden alınan puanların anaokuluna gitme durumlarına bağlı olarak anlamlı bir farklılık göstermediğini ortaya koymaktadır. İkinci olarak, anaokuluna gitmeyen çocukların öz-düzenleme ölçeğinden aldıkları toplam puanlar gidenlere göre daha yüksek çıkmıştır. Bu bulgu, bugüne kadar gerçekleştirilen çoğu araştırma sonuçlarıyla uyumlu değildir (Bater ve Jordan, 2016; Kanlıkılıçer, 2005). Bu durumun farklı sebeplerinin olacağı düşünülmektedir. Anaokulu veya kreşe gitmeyen çocuklar, ebeveynleri veya birincil bakımverenleri tarafından okula ve sınıf ortamına kıyasla daha fazla bireysel ilgi ve rehberlikle karşılaşabilirler. Bu durum, araştırmaya katılan çocukların öz-düzenleme becerilerini desteklemek için daha fazla olanak ve rehberlik sunmuş olabilir. Gelecekte bu konuda yapılacak araştırmalar mevcut literatür ile çelişkili olan bu sonucun sebeplerini daha ayrıntılı bir şekilde anlamak ve açıklamak için gereklidir. Üçüncü olarak, anaokuluna gitmeyen çocuklar daha çok dışsallaştırma davranış problemi göstermişlerdir. Akcan ve Ergün (2015) de anaokuluna gitmeyen çocukların gidenlere göre daha fazla dışsallaştırma problemine sahip olduğunu ortaya koymuştur. Anaokulu, çocuklara bir düzen ve

yapı sağlamanın yanında, sosyallik ve uyum becerilerini deneyimleyecek, geliştirecek bir ortam da sağlar. Grup çalışmaları, sıra bekleme, paylaşma gibi sorumluluklar öğrenilir, zorlayıcı anlarda çocuklar uyum sağlamayı öğrenir. Anaokuluna gitmeyen çocuklar için bu olanakların yoksunluğu, daha fazla dışsallaştırma davranışı göstermelerinde rol oynamış olabilir.

#### **5.1.1.5. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Anne ve Babanın Eğitim Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Tartışma**

Annelerin eğitim durumu açısından çocuk rutinleri, öz-düzenleme ve dışsallaştırma problemleri toplam puanları açısından bir farklılık görülmemiştir. Varlı (2020), ebeveyn tutumu, öz-düzenleme becerileri ve davranış problemleri arasındaki ilişkileri incelediği tezinde annenin eğitim durumuna göre öz-düzenleme becerileri ve davranış problemlerinin farklılaşmadığını bulmuştur. Benzer şekilde Bayındır (2016)'ın çalışmasında da annelerin eğitim düzeyi ile çocukların öz-düzenleme becerileri arasında bir ilişki bulunmamıştır. Çocukların öz-düzenlemelerinin duygu ifadelerine etkisini araştırdığı çalışmada Turhan (2023) da anne eğitim seviyesine göre öz-düzenlemenin farklılaşmadığını göstererek benzer sonuçlara ulaşmıştır.

Babaların eğitim durumu açısından incelendiğinde çocuk rutinleri puanlarında bir farklılık tespit edilmemiştir. Öner (2019) de çalışmasında babaların eğitim durumlarına göre rutin puanlarında bir farklılık tespit etmemiştir. Öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri toplam puanları ise annelerin değil fakat babaların eğitim durumuna göre farklılık göstermiştir. Buna göre babasının eğitim durumu yüksek lisans mezunu olan çocukların, babasının durumu ilkökul, ortaokul, lise ve yüksekökul olan çocuklara göre daha fazla öz-düzenleme becerilerine sahip oldukları ortaya konulmuştur. Benzer sonuca sahip Pazarbaşı (2019), anaokuluna giden çocukların öz-düzenleme ve akran ilişkilerini incelediği çalışmasında babaları üniversite mezunu olan çocukların öz-düzenleme puanlarının daha yüksek çıktığını göstermiştir. Yılmaz (2021), 60-72 ay aralığındaki çocuklarda öz-düzenleme ve okula hazır bulunuşluğu incelediği çalışmasında da üniversite mezunu olan babaların çocuklarının ilkökul-ortaokul mezunu olan babaların çocuklarına göre daha fazla öz-düzenleme becerisine sahip olduklarını göstermiştir. Yüksek eğitim düzeyine sahip babalar, çocuklarının eğitimi için daha fazla ilgi gösteriyor, vakit ayırıyor, destek oluyor olabilir, çocuklarından beklentileri daha yüksek olabilir bu şekilde çocuklarının gelişimi için daha fazla olanak ve uyaran sağlıyor olabilir. Araştırmamızı destekler nitelikte Işık (2021)'ın erken çocuklukta görülen davranış problemlerini incelediği çalışmasında annelerin eğitim düzeyine göre dışsallaştırma problemlerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Eğitim düzeyi çoğu zaman doğrudan bir etkiye sahip olabilirken bazen bu

şekilde anlamlı çıkmayan sonuçlar, araştırma özelinde bilgi veriyor olabilir. Araştırmamıza katılan anne katılımcılarının sahip olduğu, eğitim düzeyi dışındaki diğer özellikler, çocuklarının rutinler, öz-düzenleme ve dışsallaştırma problemleri üzerinde etkili olmuş olabilir. İkinci olarak, çalışmamızda babasının eğitim durumu ortaokul olan çocuklarda dışsallaştırma davranış problemlerinin, babasının eğitim durumu ilkokul, lise, yüksekokul, üniversite, yüksek lisans ve doktora olanlardan daha az olduğu ortaya konmuştur. Bu çalışmada dışsallaştırma davranış puanlarının daha önce yapılan diğer araştırma ortalamalarına göre yüksek çıkması, bu durumun özel bir popülasyonun özellikleriyle ilgili olduğu sonucuna varmayı kolaylaştırmakta ve bir genelleme yapmayı zorlaştırmaktadır.

#### **5.1.1.6. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme, Dışsallaştırma Davranış Problemlerinin Hane Halkı Gelir Durumuna Göre İncelenmesine Yönelik Tartışma**

Çocukların çocuk rutinleri ölçeğinden aldıkları puanlar hane halkı gelir durumlarına göre farklılaşmamaktadır. Yapılan çalışmalarda hane halkı gelirin çocuk rutinleri üzerinde etkili olmadığı görülmektedir (Larsen ve Jordan, 2019; Bridley ve Jordan, 2012; Yağlı, 2021). Öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri toplam puanları ise hane halkı gelir durumuna göre farklılık göstermiştir. Buna göre hane halkı gelir durumu yüksek düzeyde olan çocukların öz düzenleme becerilerinin gelir durumu orta düzeyde olanlardan fazla olduğu söylenebilmektedir. Yılmaz (2021), 60-72 ay aralığındaki çocuklarda öz-düzenleme ve okula hazır bulunuşluğu incelediği çalışmasında da ailesinin sosyo-ekonomik durumunun yüksek olduğu çocukların daha fazla öz-düzenleme becerileri gösterdiğini bulmuştur. Aynı zamanda bu çalışmada, gelir durumu yüksek olan ailelerin çocuklarının dışsallaştırma davranış problemlerinin gelir durumu orta olan ailelerin çocuklarından daha yüksek olduğu ortaya konmuştur. Işık (2021)'ın okul öncesi çocuklarda davranış problemlerini incelediği araştırma bulgularında ebeveynlerin gelirin yüksek olduğu ailelerde çocukların daha fazla dışsallaştırma davranışına sahip olduğu gösterilmiştir. Bridley ve Jordan (2012) da araştırmasında çocukların ailelerinin gelir durumu ile dışsallaştırma davranışları arasında negatif ilişki tespit etmiştir. Başka bir çalışmada, ailelerin yüksek ya da düşük gelirli olma durumunun çocukların dışsallaştırma davranışları üzerindeki olumsuz etkisini ebeveynlerin ilişki kalitesinin ortadan kaldırdığı gösterilmiştir (Garriga vd., 2018).

## **5.1.2. Çocuk Rutinleri, Öz-Düzenleme ve Dışsallaştırma Davranış Problemleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Tartışma**

Bu bölümde Çocuk Rutinleri Anketi alt boyut puanları, Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği ve Eyberg Çocuk Davranış Envanteri toplam puanları arasındaki ilişkilere dair sonuçlara yer verilmiştir. Çocuk Rutinleri Anketi'nin İngilizce orijinalinde (Sytma vd., 2001) ve alanda yapılan çalışmalarda (Selman ve Dilworth-Bart, 2023) toplam puan alınmasına rağmen Türkçe uyarlama ve geçerliliğin yapıldığı çalışmada (Yağlı, 2021) toplam puan alınmadığı için bu araştırmada da toplam puan alınmamıştır, bu sebeple diğer değişkenlerle rutinlerin alt boyutları tek tek incelenmiştir.

### **5.1.2.1. Çocuk Rutinleri ve Öz-Düzenleme Arasındaki İlişki**

Araştırmamızda çocukların çocuk rutinleri ve öz-düzenleme seviyeleri arasındaki ilişkiyi ve yönünü belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizi sonucunda çocuk rutinleri alt boyutlarının tümüyle (günlük yaşam, aktivite, disiplin) öz-düzenleme arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Çocuk rutinlerinin öz-düzenleme üzerindeki yordayıcı etkisi incelendiğinde ise sadece aktivite alt boyutunun anlamlılık çıkmıştır. Çocukların rutinleri ile öz-düzenleme arasındaki bu ilişki literatürdeki çoğu çalışmayla uyumludur (Kitsaras vd., 2018; Vernon-Feagans, Willoughby ve Garrett-Peters, 2016; Anderson vd., 2005; Zajicek-Farber vd., 2014; Ferretti ve Bub, 2014; Dumas vd., 2005). Ren ve Fan (2018)'in çalışmasında okul öncesi çocuklarda ölçülen çocuk rutinlerinin tüm alt boyutları ve öz-düzenleme ilişkili çıkmıştır. Yağlı (2021), Türkiye'de çocuk rutinlerini incelemiştir. Çalışmasında anneler 23-102 aylık çocuklarının bir diğer değişken olan sosyo-duygusal yeterliliği için öz düzenleme, iletişim, uyum, uyum davranışları, duygulanım, özerklik ve insanlarla etkileşim alanlarını değerlendirmiştir. Yapılan YEM analizi sonucu çocuk rutinleri ile öz-düzenleme becerilerini içeren sosyo-duygusal yeterlilik ilişkili çıkmıştır. Bu konudaki erken çocukluk döneminde yapılan bir diğer çalışma da Taylor (2011) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bir yuvada yaşları 6 ay ile 60 ay arasında değişen 21 çocuk, 6 aylık bir süre boyunca toplam 3 kere çeşitli günlük aktivitelerle (serbest oyun, yemek yeme, temizlik) meşgul oldukları sırada videoya kaydedilmiş, gözlemciler çocukların aktiviteleriyle öz-düzenleyici davranışlarını kodlamıştır. Bu boyamsal çalışmanın gözlemlerinden elde edilen sonuçlara göre, çocukların günlük yaşamlarındaki yapılandırılmış etkinlik ve rutinler, öz düzenlemenin gelişimini desteklemiş, öz-düzenleyici davranışların sıklığını arttırmıştır. Araştırmamızdan elde edilen verilerle uyumlu bu çalışmalar göstermektedir ki çocukların bir düzen içerisindeki yapılandırılmış

aktiviteleri takip etmeleri kendi davranışlarını kontrol etmelerinde ve düzenlemelerinde etkili olmakta, öz-düzenleme becerilerinin gelişiminde olumlu rol oynamaktadır.

### **5.1.2.2. Çocuk Rutinleri ve Dışsallaştırma Davranış Problemleri Arasındaki İlişki**

Araştırmamızda çocukların çocuk rutinleri ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkiyi ve yönünü belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizi sonucunda çocuk rutinleri alt boyutlarının tümüyle dışsallaştırma davranışları negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Çocuk rutinlerinin dışsallaştırma problemleri üzerindeki yordayıcı etkisi incelendiğinde de günlük yaşam ve disiplin alt boyutları için anlamlılık çıkmıştır. Mevcut çalışmanın sonuçlarını destekleyen Ren, Boise, Cheung (2022)'un okul öncesi çocuklarıyla gerçekleştirdikleri araştırmalarına göre disiplin, aktivite ve günlük yaşam rutinleri davranış problemleri ile negatif ilişkili bulunmuştur. Koblinsky ve diğerleri (2006)'nin 184 Afro-Amerikan okul öncesi çocuğun rutinler, sosyal beceriler, davranış sorunları arasındaki ilişkileri inceledikleri araştırmaları dışsallaştırma davranışlarını rutinlerin açıkladığını göstermiştir. Araştırmamıza benzer bulguların elde edildiği Landale ve diğerleri (2015)'nin Meksikalı çocukların davranışsal işlevselliklerini inceledikleri çalışmasına göre de düzenli rutinelere sahip çocuklarda daha düşük seviyede dışsallaştırma problemleri görülmüştür. Benzer sonuçlar, ev özellikleri ve çocukların iyi oluşlarının incelendiği büyük bir örneklem ile (N= 4237) gerçekleştirilen boylamsal çalışmadan elde edilmiştir (Coley vd., 2013). Yapılan analizlerden yola çıkılarak elde edilen bulgulara göre dışsallaştırma davranışları ve aile rutinleri ilişkili bulunmuştur. Travma maruziyeti, çocukluk travmatik stresi ve aile işleyişi arasındaki ilişkileri araştıran kesitsel bir çalışma da aile uygulamalarının, özellikle aile rutinlerinin çocukların travma tepkisini etkilediğini göstermiştir (Kiser, Medoff ve Black, 2010). Ayrıca, çocuklar ve onların bakımverenlerinden alınan bilgiler çoklu regresyon ile analiz edilmiş, ailelerin sahip olduğu rutinlerin çocukların dışsallaştırma davranış problemleri ile ilişkili olduğu görülmüştür. Systma, Kelley, Wymer (2001)'in çalışmasında da çocuk rutinleri ve dışsallaştırma davranış problemleri negatif ilişkili bulunmuştur. Prelow, Loukas ve Jordan-Green (2007) Latin Amerikalı 10-14 yaş aralığındaki çocuklarda sosyo-çevresel riskler ve aile işlemlerinin içselleştirme ve dışsallaştırma davranış problemleri üzerindeki etkisini incelemiştir. Rutinler, sosyal yeterlilik ile birlikte, sosyo-çevresel risklerin davranış problemleri ile ilişkisinde aracı rol oynamıştır. Rutinlerin sağladığı şey bu noktada aile dayanışmasını güçlendirerek risklerin uyumsuz davranışa sebep olabilecek etkisini azaltmak olabilir (Prelow vd., 2007). Mevcut araştırmanın sonuçları farklı popülasyon gruplarıyla ve farklı kültürlerle yapılmış kaynaklardan

desteklemeye çalışılmıştır. Yapılan araştırmalarda insanların dili, dini, ırkı, milliyeti birbiriyle aynı olmasa da rutinlerin dışsallaştırma davranışları üzerindeki etkisi çoğunda benzer şekilde olmaktadır, rutinlerin varlığı daha az davranış problemi ile ilişkilendirilmektedir.

### **5.1.2.3. Öz-Düzenleme ve Dışsallaştırma Davranış Problemleri Arasındaki İlişki**

Araştırmamızda çocukların öz-düzenleme ve dışsallaştırma davranış problemleri arasındaki ilişkiyi ve yönünü belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizi sonucunda öz-düzenleme ile dışsallaştırma davranışları pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Hipotezimizin ve genel beklentinin aksine çıkan bu sonuç için birkaç açıklama yapmak mümkündür. Öncelikle, çalışmada çıkan beklenmedik pozitif ilişki çocukların dışsallaştırma davranış puanlarının yüksek olmasından kaynaklı olabilir. Bu çalışmada dışsallaştırma davranış problemlerinin ölçüldüğü Eyberg Çocuk Davranış Envanteri için alınan toplam puan ortalama 69.37 çıkmıştır. Bu envanterin kullanıldığı Türkiye’de uygulanan diğer araştırmalarda ise ortalama puanlar 26-31 arası değişmektedir (Akçınar ve Baydar, 2018; Akçınar ve Özbek, 2021). Alanyazında özellikle meta-analiz içeren araştırmalara bakıldığında çok büyük bir çoğunluğunda öz-düzenleme becerileri dışsallaştırma davranışlarıyla negatif ilişkili çıkmaktadır (Robson vd., 2020; Smithers vd., 2018; Allan, Hume, Allan, Farrington ve Lonigan, 2014; Compos vd., 2017). Eisenberg, Taylor, Widaman ve Spinrad (2015)’ın araştırmalarında dışsallaştırma davranışları ile öz-düzenlemenin bir boyutu olan yürütücü işlevler pozitif ilişkili çıkmıştır. Araştırmacılar öz-düzenlemenin bir alt boyutu olan çaba gerektiren kontrol seviyesi yüksek olan çocukların bu davranış problemlerini bilinçli ve hesaplayıcı bir şekilde gerçekleştirebileceklerini düşünmüşlerdir. Ayrıca bu çocukların ebeveynlerinin zamanla çocuklarının dışsallaştırma problemlerini daha çok kendi iradesiyle yaptıklarına inanmaya başlayabileceklerini ifade etmişlerdir. Bu noktada görülmektedir ki okul öncesi grubunda dışsallaştırma davranış problemleri konusunda Türkiye’de yapılacak çalışmaların artması, bu konuda getireceği açıklama ve sağlayacağı öngörü açısından önem arz etmektedir.

Bu araştırmada elde edilen sonuçlara göre, 4-6 yaş aralığındaki çocuklarda rutinler daha iyi öz-düzenleme becerileri ve daha az dışsallaştırma davranış problemleri ile ilişkilendirilirken, daha yüksek öz-düzenleme becerileri daha fazla dışsallaştırma davranış problemleri ile ilişkili bulunmuştur. Rutinler öz-düzenleme ve dışsallaştırma problemleri üzerinde olumlu etkiye sahiptir. Çocuklar daha fazla istikrarlı rutinelere sahip olduklarında öz-düzenleme becerileri gelişecektir. Planlı ve organize bir hayat çocuklara uyum gösterme noktasında yardımcı olacak,

zorlayıcı durumların etkisini azaltacaktır. Bu sayede davranış problemlerinde azalma olabilecektir.

## 5.2. Öneriler

Bu araştırmada 4-6 yaş aralığındaki çocuklarda çocuk rutinleri, öz-düzenleme becerileri ve dışsallaştırma davranış problemleri incelenmiş, demografik özellikler bakımından ele alınmıştır. Bu bölümde araştırmanın sonuçlarına dayanılarak uygulayıcı ve araştırmacılara yönelik öneriler sunulmuştur.

### 5.2.1. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

- Araştırmanın sonuçlarına göre okul öncesi dönem çocuklarında çocuk rutinleri, öz-düzenleme becerileri ve dışsallaştırma problemleri birbiriyle istatistiki olarak ilişkilidir. Bu yüzden bu yaş grubunda çalışan öğretmenler, ruh sağlığı uzmanları ve sahadaki diğer çalışanlar bu üç değişkenin birbiriyle olan ilişkisini ve önemini hem sahada uygulama noktasında hem de ebeveynlere yönelik çalışmalarda (seminer, psiko-eğitim, atölyelerde) vurgulayabilir.
- Bu çalışmada elde edilen bulgulara göre erkekler kızlara göre anlamlı bir şekilde daha fazla dışsallaştırma davranış problemi göstermiştir. Okul öncesi dönemiyle çalışan uzmanlar erkeklerde davranış problemleri konusunda risk faktörlerini tanıyabilir, koruyucu ve iyileştirici programlar hazırlayabilir. Erkek çocuk sahibi ebeveynleri bu konuda bilgilendirebilir ve psikoeğitim, seminer verebilir.
- Anaokulu/kreşe gitmeyen çocukların gidenlere kıyasla EÇDE puanı anlamlı bir şekilde daha fazla çıkmıştır. Türkiye’de zorunlu bir şekilde anaokuluna başlama yaşını devlet 5 olarak belirlemiştir. Bu noktada bakanlık ve sahadaki çalışan uzmanlar, yetkilileri ve aileleri çocukların daha erken anaokuluna başlaması hususunda teşvik edebilir.
- İstikrarlı rutinler dışsallaştırma problemlerinin önlenmesinde yardımcı olabilir. Ailelerin rutin oluşturmaları ve rutinlerde süreklilik sağlamaları için ebeveynlere bilgi ve eğitim verilebilir.
- Rutinler öz-düzenleme becerilerinin geliştirilmesi noktasında katkıda bulunabilir. Öz-düzenleme becerisi akademik başarıyla ve ruhsal iyilik haliyle yakından ilişkilidir. Okul öncesi grubuyla ilgilenen uzmanlar ebeveynlere çocuklarının öz-düzenleme becerilerini geliştirmeleri için küçük yaştan itibaren rutin oluşturmalarını tavsiye edebilir.

### 5.2.2. Araştırmacılara Yönelik Öneriler

- Araştırmada 4-6 yaş grubu çocuklar ele alınmıştır fakat araştırmanın üç değişkeni de farklı yaş grubu çocuklarda özellikle ilkokul seviyesinde incelenebilir.
- Bu araştırmada kullanılan anketler çocukların anneleri tarafından doldurulmuştur. Araştırmalarda daha kapsamlı bir değerlendirme yapmak için anaokulu öğretmenleri ve diğer bakımverenler de dahil edilebilir. Aynı zamanda uygun araçlar ve ortamlarda çocuklar gözlemlenerek de araştırma yapılabilir.
- Çocuk rutinleri Türkiye’de araştırılmamış bir konudur. Bu konunun Türk popülasyonunda araştırılması toplumsal ve kültürlerarası bağlamını anlamak açısından önemlidir. Aynı zamanda, ailelere yönelik politika ve programların geliştirilmesinde ve çocukların sosyo-duygusal gelişimleri için program üretmekte rutinler önemli bilgi sağlayacaktır.
- Araştırmacıların bu konuyu farklı değişkenlerle ele alması, aynı zamanda öz-düzenleme becerileri ve dışsallaştırma problemleri ile ilişkisinin boylamsal çalışmalarda incelemesi önem arz etmektedir.
- Mevcut çalışmada çocuk rutinleri, öz-düzenleme becerileri ve dışsallaştırma davranışları nicel araştırma yöntemleri ile analiz edilmiştir. Bu konuda daha derinlemesine bir bakış elde etmek için nitel ve karma araştırma yöntemleri de dahil edilebilir.
- Bu çalışmada elde edilen bulgulara göre erkekler kızlara göre anlamlı bir şekilde daha fazla dışsallaştırma davranış problemi göstermiştir. Erkek çocukların daha çok davranış problemi göstermesinin potansiyel nedenleri, risk ve koruyucu faktörleri araştırılıp incelenebilir.
- Bu çalışmada öz-düzenleme becerileri dışsallaştırma davranış problemleriyle pozitif ilişkili çıkmıştır. Benzer sonuçlu çalışmalar incelenip literatürün çoğunluğuna ters düşen bu durumun ardındaki neden araştırılabilir.

## KAYNAKÇA

- Akcan, A., ve Ergün, A. (2015). Ana sınıfı öğrencilerinde saldırgan davranış ve etkileyen faktörler. *Türkiye Klinikleri Halk Sağlığı Hemşireliği- Özel Konular*, 1(1), 17–25. <https://www.turkiyeklinikleri.com/article/en-ana-sinifi-ogrencilerinde-saldirgan-davranis-ve-etkileyen-faktorler-71046.html>
- Akçınar, B., ve Baydar, N. (2018). Erken çocuklukta anne davranışlarının dışsallaştırma davranış problemleri ile ilişkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(66), 454470. <https://doi.org/10.17755/esosder.325593>
- Akçınar, B. ve Özbek, E. (2021). İş-aile çatışmasının depresyon, ebeveynlik davranışları ve çocukların sosyal-davranışsal gelişimi ile ilişkisi. *Nesne*, 9(22), 838-862. <https://doi.org/10.7816/nesne-09-22-06>
- Allan, N. P., Hume, L. E., Allan, D. M., Farrington, A. L., ve Lonigan, C. J. (2014). Relations between inhibitory control and the development of academic skills in preschool and kindergarten: A meta- analysis. *Developmental Psychology*, 50, 2368-2379. <http://dx.doi.org/10.1037/a0037493>
- Anderson, S. E., Sacker, A., Whitaker, R. C., ve Kelly, Y. (2017). Self-regulation and household routines at age three and obesity at age eleven: Longitudinal analysis of the UK millennium cohort study. *International Journal of Obesity (2005)*, 41(10), 1459. <https://doi.org/10.1038/ijo.2017.94>
- Aydin, F., & Ulutaş, İ. (2017). Okul öncesi çocuklarda öz düzenleme becerilerinin Gelişimi. *Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi (ASED)*, 1(2), 36–45. <http://aseddergi.aksaray.edu.tr/en/download/article-file/553724>
- Baddeley, A. (2010). Working memory. *Current Biology*, 20(4), R136-R140. <https://doi.org/10.1016/j.cub.2009.12.014>
- Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of self-regulation. *Organizational Behavior and*

*Human Decision Processes*, 50(2), 248-287. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90022-L](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90022-L)

- Banfield, J.F., Wyland, C.L., Macrae, C.N., ve Heatherton, T.F. (2004). The cognitive neuroscience of self-regulation. Baumeister, R.F. ve Vohs, K. D. (Ed.), *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* içinde (s. 62–84). The Guilford Press.
- Barton, A. W., Brody, G. H., Yu, T., Kogan, S. M., Chen, E., & Ehrlich, K. B. (2019). The profundity of the everyday: family routines in adolescence predict development in young adulthood. *Journal of Adolescent Health*, 64(3), 340–346. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2018.08.029>
- Byrne, B.M. (2016). *Structural Equation Modeling With AMOS: Basic Concepts, Applications, and Programming*, Second Edition, Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315757421>
- Bater, L. R., ve Jordan, S. S. (2016). Child routines and self-regulation serially mediate parenting practices and externalizing problems in preschool children. *Child & Youth Care Forum*, 46(2), 243–259. <https://doi.org/10.1007/s10566-016-9377-7>
- Batum, P., ve Yağmurlu, B. (2007). What counts in externalizing behaviors? The contributions of emotion and behavior regulation. *Current Psychology: Developmental • Learning • Personality • Social*, 25(4), 272–294. <https://doi.org/10.1007/bf02915236>
- Baumeister, R. F. ve Vohs, K. D. (Ed.). (2004). *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications*. The Guilford Press.
- Bridley, A., ve Jordan, S. S. (2012). Child routines moderate daily hassles and children's psychological adjustment. *Children's Health Care*, 41(2), 129–144. <https://doi.org/10.1080/02739615.2012.657040>
- Bocknek, E. L. (2018). Family rituals in low-income african american families at risk for trauma exposure and associations with toddlers' regulation of distress. *Journal of Marital and Family Therapy*, 44(4), 702-715. <https://doi.org/10.1111/jmft.12293>

- Brinkmeyer, M. Y. ve Eyberg, S. M. (2003). Parent–child interaction therapy for oppositional children. A. E. Kazdin ve J. R. Weisz (Ed.), *Evidence-based psychotherapies for children and adolescents içinde* (s. 204–223). New York: Guilford.
- Büyüköztürk, Ş. (2006). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı istatistik, araştırma deseni, SPSS uygulamaları ve yorum*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., ve Demirel, F., (2008). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi Yayıncılık.
- Chen, C. (2023). The relationship between parental depression and child internalizing and externalizing problems: The roles of parenting stress and child maltreatment. *Frontiers in Public Health, 11*, 962951. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.962951>
- Creswell, J. W. (2017). *Eğitim araştırmaları: Nicel ve nitel araştırmanın planlanması, yürütülmesi ve değerlendirilmesi*. Edam.
- Coley, R. L., Leventhal, T., Lynch, A. D., ve Kull, M. (2013). Relations between housing Characteristics and the well-being of low-income children and adolescents. *Developmental Psychology, 49*(9), 1775–1789. <https://doi.org/10.1037/a0031033>
- Compas, B. E., Jaser, S. S., Bettis, A. H., Watson, K. H., Gruhn, M. A., Dunbar, J. P., ... ve Thigpen, J. C. (2017). Coping, emotion regulation, and psychopathology in childhood and adolescence: A meta- analysis and narrative review. *Psychological Bulletin, 143*, 939-991. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/bul0000110>
- Coskun, M. ve Kaya, İ. (2016). Psikiyatri kliniğine başvuran okulöncesi çocuklarda psikiyatrik bozuklukların yaygınlığı ve örüntüleri. *Anadolu Kliniği, 21*(1), 42-47. <https://doi.org/10.21673/anadoluklin.180676>
- Dağgül, 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.

Demir, Ü. (2019). *Evde yaşanan karmaşık deneyimler ile çocukların sosyal yetkinlikleri arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış doktora tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi.

Descarpentry, A., Melchior, M., Galera, C., Hazo, J., Falissard, B., Warszawski, J., Davige-Paturet, C., Rouquette, A. ve EpiCoV Study Group (2023). High screen time and internalizing and externalizing behaviours among children aged 3 to 14 years during the COVID-19 pandemic in France. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 1-11. <https://doi.org/10.1007/s00787-023-02241-5>

Dumas, J. E., Nissley, J., Nordstrom, A., Smith, E. P., Prinz, R. J. ve Levine, D. W. (2005). Home chaos: Sociodemographic, parenting, interactional, and child correlates. *Journal of Clinical Child And Adolescent Psychology*, 34(1), 93-104. [https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3401\\_9](https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3401_9)

Eirich, R., McArthur, B. A., Anhorn, C., McGuinness, C., Christakis, D. A., ve Madigan, S. (2022). Association of screen time with internalizing and externalizing behavior problems in children 12 years or younger: A systematic review and meta-analysis. *JAMA Psychiatry (Chicago, Ill.)*, 79(5), 393. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2022.0155>

Ercan, E., Polanczyk, G., Ardic, Ü. A., Yüce, D., Karaçetin, G., Tufan, A. E., Tural, Ü., Aksu, H., Aktepe, E., Arman, A. R., Başgöl, S., Bilaç, Ö., Coşkun, M., Çelik, G., Demirkaya, S. K., Dursun, B. O., Durukan, İ., Fidan, T., Fiş, N. P., . . . Doğan, B. (2019). The prevalence of childhood psychopathology in Turkey: a cross-sectional multicenter nationwide study (EPICPAT-T). *Nordic Journal of Psychiatry*, 73(2), 132–140. <https://doi.org/10.1080/08039488.2019.1574892>

Eren, S. (2022). *Anne baba ilgisinin okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerisi üzerindeki etkisi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Bursa Uludağ Üniversitesi.

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.

Eisenberg, N., Taylor, Z., Widaman, K. F. ve Spinrad, T. L. (2015). Externalizing symptoms, effortful control, and intrusive parenting: A test of bidirectional longitudinal relations during early childhood. *Development and Psychopathology*, 27(4pt1), 953–968. <https://doi.org/10.1017/s0954579415000620>

Eisenberg, N., Smith, C. L., Sadovsky, A. ve Spinrad, T. L. (2004). Effortful control: Relations with emotion regulation, adjustment, and socialization in childhood. Baumeister, R.F. ve Vohs, K. D. (Ed.), *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* içinde (s. 259–282). The Guilford Press.

Eisenberg, N. (2002). Emotion-related regulation and its relation to quality of social functioning. In W. W. Hartup & R. A. Weinberg (Ed.), *Child psychology in retrospect and prospect: In celebration of the 75th anniversary of the institute of child development* içinde (s. 133–171). Mahwah, NJ: Erlbaum.

Erkan, N. S., ve Sop, A. (2018). Ebeveyn tutumları, davranış problemleri ve okula hazır bulunuşluk arasındaki ilişkinin öz-düzenlemenin aracılık rolü ile incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 43(196). doi: 10.15390/EB.2018.7474

Fang, Z., Lachman, J. M., Qiao, D., ve Barlow, J. (2023). How are parental mental health and parenting practices associated with externalizing behaviors among young children with autism in China? A cross-sectional study and indirect effect analysis. *Family Process*, 00, 1–15. <https://doi.org/10.1111/famp.12940>

Ferretti, L. K., ve Bub, K. L. (2014). The influence of family routines on the resilience of low-income preschoolers. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 35(3), 168–180. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2014.03.003>

Fiese, B. H. ve Winter, M. A. (2008). Family Influences. M. M. Haith ve J. B. Benson (Ed.), *Encyclopedia of infant and early childhood development* (1. Baskı) içinde (s. 492–501). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-012370877-9.00061-X>.

- Fiese, B. H. ve Everhart, R. S. (2008). Family Influences. M. M. Haith ve J. B. Benson (Ed.), *Encyclopedia of infant and early childhood development* (1. Baskı) içinde (s. 34–41). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-012370877-9.00135-3>.
- Fiese, B. H., Tomcho, T. J., Douglas, M., Josephs, K., Poltrock, S. ve Baker, T. (2002). A review of 50 years of research on naturally occurring family routines and rituals: Cause for celebration? *Journal of Family Psychology*, *16*(4), 381–390. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.16.4.381>
- Fleck, L., Fuchs, A., Sele, S., Moehler, E., Koenig, J., Resch, F., ve Kaess, M. (2023). Prenatal stress and child externalizing behavior: Effects of maternal perceived stress and cortisol are moderated by child sex. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, *17*(1), 94-94. <https://doi.org/10.1186/s13034-023-00639-2>
- Frisch, C., ve Rosenblum, S. (2014). Reliability and validity of the Executive Function and Occupational Routines Scale (EFORTS). *Research in Developmental Disabilities*, *35*(9), 2148–2157. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2014.05.003>
- Garriga, A., Lucena, J. M., ve Mínguez, A. M. (2018). Parents' relationship quality and children's externalizing problems: the moderating role of Mother–Child relations and family socio-demographic background. *Child and Adolescent Social Work Journal*, *36*(2), 137–154. <https://doi.org/10.1007/s10560-018-0558-0>
- Gershoff, E. T., Lansford, J. E., Sexton, H. R., Davis-Kean, P. ve Sameroff, A. J. (2012). Longitudinal links between spanking and children's externalizing behaviors in a national sample of White, Black, Hispanic, and Asian American families. *Child Development*, *83*(3), 838–843. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2011.01732>
- Gryczkowski, M. R., Jordan, S. S. ve Mercer, S. H. (2009). Differential relations between Mothers' and fathers' parenting practices and child externalizing behavior. *Journal of Child and Family Studies*, *19*(5), 539–546. <https://doi.org/10.1007/s10826-009-9326-2>
- Hale, L., Berger, L. M., LeBourgeois, M. K., & Brooks-Gunn, J. (2011). A longitudinal study of preschoolers' language-based bedtime routines, sleep duration, and well-

being. *Journal of Family Psychology*, 25(3), 423–433. <https://doi.org/10.1037/a0023564>

Harris, A. N., Stoppelbein, L., Greening, L., Becker, S. P., Luebbe, A. M. ve Fite, P. J. (2013). Child routines and parental adjustment as correlates of internalizing and externalizing symptoms in children diagnosed with adhd. *Child Psychiatry & Human Development*, 45(2), 243–253. <https://doi.org/10.1007/s10578-013-0396-4>

Işık, E. (2021). Erken çocuklukta görülen davranış problemlerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(40), 183-226.

Jiang, Y., He, T., Lin, X., Zhou, Q., & Wu, Q. (2021). Caregivers' joint depressive symptoms and preschoolers' daily routines in Chinese three-generation families: Does household chaos matter? *Current Psychology*, 42(5), 3760–3768. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01595-w>

Jones, B. A., ve Fiese, B. H. (2014). Parent routines, child routines, and family demographics associated with obesity in parents and preschool-aged children. *Frontiers in Psychology*, 5. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00374>

Jordan, S. S. (2003). Further validation of the Child Routines Inventory (CRI): Relationship to parenting practices, maternal distress and child externalizing behavior. (Unpublished doctoral thesis). Louisiana State University.

Kanlıkılıçer, P. (2005). *Okul öncesi davranış sorunları tarama ölçeği: geçerlilik/güvenilirlik çalışması* (Yayımlanmamış doktora tezi). Marmara Üniversitesi.

Kiser, L. J., Medoff, D. R. ve Black, M. M. (2010). The Role of Family Processes in Childhood Traumatic Stress Reactions for Youths Living in Urban Poverty. *Traumatology*, 26(2), 33–42. <https://doi.org/10.1177/1534765609358466>

Kitsaras, G., Goodwin, M., Allan, J., Kelly, M. P. ve Pretty, I. A. (2018). Bedtime routines child wellbeing & development. *BMC Public Health*, 18, 1-12.

- Koblinsky, S. A., Kuvalanka, K. A. ve Randolph, S. M. (2006). Social skills and behavior problems of urban, African American preschoolers: role of parenting practices, family conflict, and maternal depression. *The American Journal of Orthopsychiatry*, 76(4), 554–563. <https://doi.org/10.1037/0002-9432.76.4.554>
- Kochanska, G., Murray, K., ve Harlan, E. T. (2000). Effortful control in early childhood: Continuity and change, antecedents, and implications for social development. *Developmental Psychology*, 36(2), 220–232. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.36.2.220>
- Kochanska, G., ve Knaack, A. (2003). Effortful control as a personality characteristic of young children: antecedents, correlates, and consequences. *Journal of Personality*, 71(6), 1087–1112. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.7106008>
- Landale, N. S., Hardie, J. H., Oropesa, R. S. Ve Hillemeier, M. M. (2015). Behavioral functioning among Mexican-origin children: does parental legal status matter? *Journal of Health and Social Behavior*, 56(1), 2–18. <https://doi.org/10.1177/0022146514567896>
- Lanza, H. I. ve Drabick, D. A. (2011). Family routine moderates the relation between child impulsivity and oppositional defiant disorder symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 39(1), 83–94. <https://doi.org/10.1007/s10802-010-9447-5>
- Larsen, K. L. ve Jordan, S. S. (2019). Organized chaos: Daily routines link household chaos and child behavior problems. *Journal of Child and Family Studies*, 29(4), 1094–1107. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01645-9>
- Lawler, J. M., Pitzen, J., Aho, K. M., Ip, K. I., Liu, Y., Hruschak, J., Muzik, M., Rosenblum, K. L., ve Fitzgerald, K. D. (2022). Self-regulation and psychopathology in young children. *Child Psychiatry & Human Development*, 54(4), 1167–1177. <https://doi.org/10.1007/s10578-022-01322-x>
- Lawson, A., & Ingleby, J. D. (1974). Daily routines of pre-school children: effects of age, birth

order, sex and social class, and developmental correlates. *Psychological Medicine*, 4(04), 399. doi:10.1017/s0033291700045852

Levin, K. A., Kirby, J. ve Currie, C. (2012). Adolescent risk behaviours and mealtime routines: Does family meal frequency alter the association between family structure and risk behaviour? *Health Education Research*, 27(1), 24-35. <https://doi.org/10.1093/her/cyr084>

Liu, Y. ve Merritt, D. H. (2021). Family routines and child problem behaviors in fragile families: The role of social demographic and contextual factors. *Children and Youth Services Review*, 129, 106187. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2021.106187>

Lonigan, C. J., Spiegel, J. A., Goodrich, J. M., Morris, B. M., Osborne, C. M., Lerner, M. D. ve Phillips, B. M. (2017). Does preschool self-regulation predict later behavior problems in general or specific problem behaviors? *Journal of Abnormal Child Psychology*, 45(8), 1491. <https://doi.org/10.1007/s10802-016-0260-7>

Manczak, E. M., Williams, D. ve Chen, E. (2017). The role of family routines in the intergenerational transmission of depressive symptoms between parents and their adolescent children. *Journal of Abnormal child psychology*, 45(4), 643. <https://doi.org/10.1007/s10802-016-0187-z>

McClelland, M., Geldhof, J., Morrison, F., Gestsdóttir, S., Cameron, C., Bowers, E., ... ve Grammer, J. (2018). Self-Regulation. Halfon, N., Forrest, C.B., Lerner, R.M., Faustman, E.M. (Ed.), *Handbook of life course health development* içinde (pp 275-298). Springer.

McClelland, M. M. ve Cameron, C. E. (2012). Self-regulation in early childhood: improving Conceptual clarity and developing ecologically valid measures. *Child Development Perspectives the Society For Research in Child Development*, 1-7. doi: 10.1111/j.1750-8606.2011.00191.x.

McRae, E., Stoppelbein, L., O'Kelley, S., Fite, P. ve Smith, S. (2020). Comorbid internalizing

- and externalizing symptoms among children with ADHD: The influence of parental distress, parenting practices, and child routines. *Child Psychiatry and Human Development*, 51(5), 813-826. <https://doi.org/10.1007/s10578-020-01019-z>
- Neuman, L. W. (2014). *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches* (7. Baskı). Pearson.
- Owens, E. B., & Shaw, D. S. (2003). Predicting growth curves of externalizing behavior across the preschool years. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 31(6), 575–590. <https://doi.org/10.1023/a:1026254005632>
- Özbey, Ş. (2018). Okul öncesi dönem çocuklarında motivasyon ve öz düzenleme becerileri üzerine bir inceleme. *Asosjournal*, 65(65), 26–47. <https://doi.org/10.16992/asos.13361>
- Perry, N. B., Calkins, S. D., Dollar, J. M., Keane, S. P. ve Shanahan, L. (2017). Self-regulation as a predictor of patterns of change in externalizing behaviors from infancy to adolescence. *Development and Psychopathology*, 30(2), 497-510. <https://doi.org/10.1017/S0954579417000992>
- Philpott-Robinson, K., Johnson, T., Evans, L., Wales, K., Leonard, C., ve Lane, A. E. (2023). Measurement of self-regulation in preschool and elementary children: A scoping review. *Physical & Occupational Therapy in Pediatrics*, 43(4), 403. <https://doi.org/10.1080/01942638.2022.2158055>
- Piscitello, J., Cummins, R. N., Kelley, M. L. ve Meyer, K. (2019). Development and initial validation of the adolescent routines questionnaire: parent and self-report. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 41(2), 208–220. <https://doi.org/10.1007/s10862-018-9707-1>
- Posner, M. I., ve Rothbart, M. K. (1998). Attention, self-regulation and consciousness. *Philosophical Transactions of the Royal Society B*, 353(1377), 1915–1927. <https://doi.org/10.1098/rstb.1998.0344>

- Raffaelli, M., Crockett, L. J., & Shen, Y. L. (2005). Developmental stability and change in self-regulation from childhood to adolescence. *The journal of genetic psychology, 166*(1), 54-76. <http://dx.doi.org/10.3200/GNTP.166.1.54-76>
- Ren, L., Boise, C., & Cheung, R. Y. M. (2022). Consistent routines matter: Child routines mediated the association between interparental functioning and school readiness. *Early Childhood Research Quarterly, 61*, 145–157. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2022.07.002>
- Ren, L. ve Fan, J. (2019). Chinese preschoolers' daily routine and its associations with parent-child relationships and child self-regulation. *International Journal of Behavioral Development, 43*(2), 179-184. <https://doi.org/10.1177/0165025418811126>
- Ren, L., & Fan, J. (2018). Chinese preschoolers' daily routine and its associations with parent-child relationships and child self-regulation. *International Journal of Behavioral Development, 43*(2), 179–184. <https://doi.org/10.1177/0165025418811126>
- Robson, D. A., Allen, M. S., & Howard, S. J. (2020). Self-regulation in childhood as a predictor of future outcomes: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin, 146*(4), 324–354. <https://doi.org/10.1037/bul0000227>
- Rothbart, M. K. ve Bates, J. E. (2006). Temperament. W. Damon, R. Lerner ve N. Eisenberg (Ed.), *Handbook of child psychology* (6. Baskı) içinde Social, emotional, and personality development (s. 99–106). New York, NY: Wiley.
- Schwartz, D., Mayeux, L. ve Harper, J. (2011). Bully/victim problems during adolescence. Brown, B. B. ve Prinstein, M. J. (Ed.), *Encyclopedia of adolescence* içinde (s. 25-34). Academic Press.
- Smithers, L. G., Sawyer, A. C., Chittleborough, C. R., Davies, N. M., Smith, G. D. ve Lynch, J. W. (2018). A systematic review and meta-analysis of effects of early life non-cognitive skills on academic, psychosocial, cognitive and health outcomes. *Nature Human Behaviour, 2*, 867-880. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0461-x>

- Sytsma, S., Kelley, M. ve Wymer, J. (2001). Development and initial validation of the Child Routines Inventory. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23(4), 241- 251. doi:10.1023/A:1012727419873
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2013). Using Multivariate Statistics (6. Baskı). Pearson, Boston.
- Taylor, C. L. (2011). Scaffolding the development of early self-regulation: The role of structure and routine in children's daily activities (Unpublished doctoral thesis). Portland State University, Portland, Oregon.
- Toldson, I. A., Harrison, M. G., Perine, R., Carreiro, P. ve Caldwell, L. D. (2006). Assessing the impact of family process on rural african american adolescents' competence and behavior using latent growth curve analysis. *The Journal of Negro Education*, 75(3), 430–442. <http://www.jstor.org/stable/40026813>
- Turhal, H. B. N. (2023). Pandemi Döneminde 48-72 Aylık Çocukların Öz Düzenlemelerinin Duygu İfadelerine Etkisinin Anneler Gözünden İncelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). KTO Karatay Üniversitesi.
- Ural, O. ve Kanhkihcer, P. (2010). Behavioral problems in turkish preschool-age Children. *Gifted Education International*, 26(1), 51-60. <https://doi.org/10.1177/026142941002600108>
- Varli, B. (2020). *Okul öncesi dönemde ebeveyn tutumu ve davranış problemleri arasındaki ilişkide öz-düzenlemenin aracı rolü* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Şehir Üniversitesi.
- Vergunst, F., Commisso, M., Geoffroy, M., Temcheff, C., Poirier, M., Park, J., Vitaro, F., Tremblay, R., Côté, S., ve Orri, M. (2023). Association of childhood externalizing, internalizing, and comorbid symptoms with long-term economic and social outcomes. *JAMA Network Open*, 6(1), e2249568. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2022.49568>

- Vernon-Feagans, L., Willoughby, M. T., ve Garrett-Peters, P. (2016). Predictors of behavioral regulation in kindergarten: Household chaos, parenting, and early executive functions. *Developmental Psychology*, 52(3), 430–441. <https://doi.org/10.1037/dev0000087>
- Vural, D. (2019). *Okul öncesi eğitim kurumuna devam eden 60-72 aylık çocuklarda görülen davranış problemleri ile çocukların iletişim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Marmara Üniversitesi.
- White, B. A., Jarrett, M. A. ve Ollendick, T. H. (2013). Self-regulation deficits explain the link between reactive aggression and internalizing and externalizing behavior problems in children. *Journal of psychopathology and Behavioral Assessment*, 35, 1-9.
- Wu, X., Lau, E. Y. H., Li, J., ve Chan, D. K. C. (2023). Children's daily living routine mediates the relations between Parent-Child relationships and child adjustment problems during school suspension in Hong Kong. *Child Psychiatry & Human Development*. <https://doi.org/10.1007/s10578-023-01609-7>
- Yaralı, K. T., ve Aytar, F. (2017). Okul öncesi dönem çocuklarının davranışlarının öz düzenleme becerileri yönünden incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 856–870. <https://doi.org/10.17860/mersinefd.291209>
- Yılmaz, Ş. (2021). *Covid-19 pandemi sürecinde 60-72 aylık çocukların okula hazırbulunuşluk ve öz-düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi.
- Yuvaci, M. (2019). *Baba katılımı ile okul öncesi dönem çocuklarının sosyal yetkinlik ve davranış problemleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Karabük Üniversitesi.
- Zajicek-Farber, M. L., Mayer, L. M., Daughtery, L. G. ve Rodkey, E. (2014). The buffering effect of childhood routines: Longitudinal connections between early parenting and prekindergarten learning readiness of children in low-income families. *Journal of Social Service Research*, 40(5), 699-720. <https://doi.org/10.1080/01488376.2014.930946>

# EKLER

## EK-I

Bu anket, okul öncesi dönem çocuklarda rutinler, öz düzenleme becerileri ve dışsallaştırma davranış problemlerini konu alan, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü'nde yürütülmekte olan bir yüksek lisans çalışması kapsamında geliştirilmiştir. Verdiğiniz bilgiler sadece bu araştırma kapsamında kullanılacak ve başka kişilerle paylaşılmayacaktır. Katkılarınız ve desteğiniz için teşekkür ederiz.

Hacer Merttürk Yeten

**Not:** Anket sayfaları arkalı önlüdür. Anketin geçerli olabilmesi için lütfen tüm sayfaları doldurunuz.

**Formu annelerin doldurmasını rica ederiz. Formu dolduran kişi, annenin dışında bir başkası ise lütfen aşağıda belirtiniz.**

Dolduran Kişinin Çocuğa Yakınlık Derecesi:

Anne \_\_\_\_\_ Baba \_\_\_\_\_ Diğer (Lütfen açıklayınız) \_\_\_\_\_

### Çocuğunuz ile İlgili Sorular

1. Çocuğun doğum tarihi: Gün \_\_\_ Ay \_\_\_ Yıl \_\_\_\_\_

2. Çocuğun cinsiyeti: Erkek \_\_\_ Kız \_\_\_

3.Çocuğunuz ne zaman anaokuluna/ kreşe başladı? Ay \_\_\_ Yıl \_\_\_\_\_

4. Çocuğun evde sürekli beraber yaşadığı tüm birey (anne, baba, kardeş, dede v.b.) sayısını yazınız:

\_\_\_\_\_

### Çocuğun Annesi ve Babası ile İlgili Sorular

1. Anne şu anda çalışıyor mu?

Yarı-zamanlı \_\_\_\_\_ Tam zamanlı \_\_\_\_\_ Çalışmıyor \_\_\_\_\_ Diğer(Açıklayınız) \_\_\_\_\_

2. Annenin şu anki medeni hali nedir?

Evli \_\_\_\_\_ Bekar \_\_\_\_\_ Diğer (Lütfen açıklayınız) \_\_\_\_\_

3. Annenin öğrenim düzeyi nedir?

Okur-yazar \_\_\_\_\_

İlkokul mezunu \_\_\_\_\_

Ortaokul mezunu \_\_\_\_\_

Lise mezunu \_\_\_\_\_

Yüksek okul mezunu (2 yıllık) \_\_\_\_\_

Üniversite mezunu (4 yıllık) \_\_\_\_\_

Uzmanlık derecesi (Master, doktora gibi) \_\_\_\_\_

4. Baba şu anda çalışıyor mu?

Yarı-zamanlı \_\_\_\_\_ Tam zamanlı \_\_\_\_\_ Çalışmıyor \_\_\_\_\_

9. Babanın şu anki medeni hali nedir?

Evli \_\_\_\_\_ Bekar \_\_\_\_\_ Diğer (Lütfen açıklayınız) \_\_\_\_\_

5. Babanın öğrenim düzeyi nedir?

Okur-yazar \_\_\_\_\_

İlkokul mezunu \_\_\_\_\_

Ortaokul mezunu \_\_\_\_\_

Lise mezunu \_\_\_\_\_

Yüksek okul mezunu (2 yıllık) \_\_\_\_\_

Üniversite mezunu (4 yıllık) \_\_\_\_\_

Uzmanlık derecesi (Master, doktora gibi) \_\_\_\_\_

6. Hane halkının toplam geliri nedir?

Asgari ücret ve/veya altı \_\_\_\_\_

Orta gelirli \_\_\_\_\_

Yüksek gelirli \_\_\_\_\_

Diğer (Lütfen açıklayınız) \_\_\_\_\_

---

## EK-II

<b>ÇOCUK RUTİNLERİ ANKETİ</b>					
1. Çocuğum günde en az bir öğün yemeği ailesi ile birlikte yer.	0	1	2	3	4
2.	0	1	2	3	4
3.	0	1	2	3	4
4. Çocuğum her gün ev işlerine ufak da olsa yardım eder (Örneğın, oyuncak kutusuna oyuncaklarını koyar veya çamaşırını kirli sepetine koyar).	0	1	2	3	4
5.	0	1	2	3	4
6. Çocuğuma düzenli olarak yeni nesneler, oyuncaklar veya etkinlikler sunarım	0	1	2	3	4
7. Çocuğum yatmadan önce dişlerini fırçalar.	0	1	2	3	4
8.	0	1	2	3	4
9. Çocuğum her gün masada ya da mama sandalyesinde yemek yer.	0	1	2	3	4
10. Çocuğumun kendisine ait eşyalarını (örneğin, oyuncak) toplama rutini vardır	0	1	2	3	4
11.	0	1	2	3	4
12. Çocuğum günlük olarak yaşına uygun bir eğitim etkinliğı ile meşgul olur (Örneğın, sayı sayma veya renkleri adlandırma).	0	1	2	3	4
13.	0	1	2	3	4
14. Çocuğuma bir etkinlikten diğerine geçerken bir hatırlatma yapılır (Örneğın, "Eşyalarını toplamana beş dakika kaldı").	0	1	2	3	4
15. Çocuğum her gün aynı saatte atıştırma yer.	0	1	2	3	4
16.	0	1	2	3	4
17. Çocuğumun her gece düzenli bir yatma vakti vardır	0	1	2	3	4
18.	0	1	2	3	4
19. Çocuğum öğle yemeğini her gün yaklaşık aynı saatte yer	0	1	2	3	4
20.	0	1	2	3	4
21. Çocuğum iyi davranışları için övülür veya ödüllendirilir.	0	1	2	3	4
22. Çocuğum dışarıdayken (halka açık yerlerde) kurallara uymalıdır (Örneğın, "Anneye yakın dur" veya "Mızızlanmak yok").	0	1	2	3	4
23.	0	1	2	3	4
24. Çocuğuma her gün kitap okunur.	0	1	2	3	4
25. Çocuğum kahvaltısını her sabah yaklaşık aynı saatte eder.	0	1	2	3	4

### EK- III

#### Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği (Anne Formu)

1. Olayları önceliğine göre sıralar.	0	1	2	3	4
2. Hedefe ulaşmak için aşama aşama gerekli düzenlemeleri yapar.	0	1	2	3	4
3.	0	1	2	3	4
4. Konsantrasyonu toplayarak bir sorunu çözer.	0	1	2	3	4
5.	0	1	2	3	4
6. Olaylar arasında neden sonuç ilişkisi kurar.	0	1	2	3	4
7.	0	1	2	3	4
8. Eşyalarını koymasına gereken yeri hatırlar.	0	1	2	3	4
9. Eşyalarını koyduğu yeri hatırlar.	0	1	2	3	4
10.	0	1	2	3	4
11. Bir görevi ya da etkinliği yapması için verilen yönergeleri hatırlar.	0	1	2	3	4
12. Duygu ve düşüncelerini rahatça ortaya koyar.	0	1	2	3	4
13.	0	1	2	3	4
14. Başkalarının duygularının nedenlerini ve sonuçlarını söyler.	0	1	2	3	4
15.	0	1	2	3	4
16. Kendini ortaya koymasına gerektiği yerde sağlıklı şekilde ortaya koyar.	0	1	2	3	4
17.	0	1	2	3	4
18. Kızgınlığını kontrol etmek için farklı yollar kullanır.	0	1	2	3	4
19.	0	1	2	3	4
20. Çok sevdiği bir oyuncakçı izin almadan oynamaz.	0	1	2	3	4

## EK-IV

### Eyberg Çocuk Davranışı Envanteri

1. Giyinirken oyalanır, sallanır.	0	1	2	3	4
2. Oyuncaklara ve diğer nesnelere zarar verir.	0	1	2	3	4
5. Oyuncaklara ve diğer nesnelere karşı özensiz davranır.	0	1	2	3	4
6. Yatma zamanında yatmamak için direnir.	0	1	2	3	4
11. Kurallar hakkında anne-babasıyla tartışır.	0	1	2	3	4
12. Kendi istediği olmayınca sinirlenir.	0	1	2	3	4
13. Belli bir şeye dikkatini vermekte zorlanır.	0	1	2	3	4
14. Yetişkinlere karşılık verir.	0	1	2	3	4
16. Yaşlılarıyla dövüşür.	0	1	2	3	4
17. Yemek zamanı oyalanır, sallanır.	0	1	2	3	4
18. Kendisinden bir iş yapılması istendiğinde reddeder.	0	1	2	3	4
19. İlgisi çabuk dağılır.	0	1	2	3	4
20. Diğer çocuklarla alay eder ya da onları kışkırtır.	0	1	2	3	4
21. Bir şey yapması istendiğinde karşı gelir.	0	1	2	3	4
22. Aşırı hareketlidir, rahat durmaz.	0	1	2	3	4
23. Anne-babasına vurur.	0	1	2	3	4
24. Kardeşleriyle/akraba çocuklarıyla dövüşür.	0	1	2	3	4
28. Vaktinde yatmayı reddeder.	0	1	2	3	4
29. Yapması istenen bir işi bitiremez (ör. Dağıttığı bir şeyi toplamak gibi).	0	1	2	3	4
30. Kardeşleriyle/akraba çocuklarıyla ağız dalaşına girer.	0	1	2	3	4
31. Öfke nöbetleri olur.	0	1	2	3	4
35. Kolayca ağlar.	0	1	2	3	4
36. Yatağını ıslatır.	0	1	2	3	4

## EK-V



T.C.  
SAKARYA VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : E-29065503-44-69040836  
Konu : Anket Uygulama İzin Talebi  
(Hacer MERTTÜRK YETEN)

23/01/2023

### VALİLİK MAKAMINA

Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı Öğrencilerinden Hacer MERTTÜRK YETEN'in, "Okul Öncesi Dönemdeki Çocuklarda Çocuk Rutinleri, Öz- Düzenleme ve Dışsallaştırma Davranış Problemleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu çalışma yapma talebi Marmara Üniversitesi Rektörlüğünün 13.01.2023 tarihli ve 68311776 sayılı yazıları ile bildirilmiştir.

Söz konusu çalışmanın ekteki değerlendirme formunda belirtilen okullarda eğitim öğretimin aksamasına mahal vermeden gönüllülük esasına dayalı olarak, okul yönetiminin belirleyeceği zaman ve şartlarda 2022-2023 eğitim öğretim yılında uygulanması, çalışmada sadece ekteki mühürlü soruların kullanılması ve yasal gerekliliğin ilgili okul müdürlüğünce yerine getirilmesi kaydıyla Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.

Makamlarınızca da uygun görülmesi halinde olurlarınıza arz ederim.

Ebubekir Sıddık SAVAŞCI  
Millî Eğitim Müdürü

OLUR  
Murat KARASU  
Vali a.  
Vali Yardımcısı

**Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.**

Adres : Resmi Daireler Kampüsü B Blok 54290 Adapazarı/SAKARYA

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-ebys>

Telefon No : 0 (264) 251 36 14

Bilgi için: Volkan AKGÜL

E-Posta: [istatistik54@meb.gov.tr](mailto:istatistik54@meb.gov.tr)

Unvan : Programcı

Kep Adresi : [meb@hs01.kep.tr](mailto:meb@hs01.kep.tr)

İnternet Adresi: [sakarya.meb.gov.tr](http://sakarya.meb.gov.tr)

Faks: 2642513611

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden **aa9e-cda0-30d2-9e91-b092** kodu ile teyit edilebilir.