

Korona Günlerinde Masal Terapinin Çocukların Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Psikolojik Sağlımlıkları Üzerine Etkisi

Merve Çalık*

Özet

Bu çalışmanın amacı koronavirüs (covid-19) salgınının olduğu bu dönemlerde metaforik öykülere dayalı masal terapi grup çalışmasının okul öncesi çocukların sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlımlıkları üzerine etkisi incelemektir. Bu çalışmada nicel yaklaşımın deneysel modellerinden yarı deneysel kontrol gruplu ön test- son test modeli kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubu 2020-2021 Eğitim-Öğretim yılında, Sakarya'nın Erenler ilçesinde, devlet okulunda okuyan 8'i deney, 6'sı kontrol grubu olmak üzere toplam 14 okulöncesi düzeyinde öğrencilerden oluşmaktadır. Çalışmada Mayr ve Ulich (2006) tarafından geliştirilip Özbey (2019) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış olan okul öncesi çocuklar için sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlımlık ölçeği (PERİK) deney ve kontrol gruplarına deney öncesi ve sonrası ön test/son test olarak uygulanmıştır. Metaforik öykülere dayalı masal terapi grup çalışması her bir oturumu yaklaşık 60-90 dakika arasında süren ve toplam 10 oturumdan oluşan bir çalışmadır. Verilerin analizinde örneklem sayısının düşük olması nedeniyle Mann Whitney U ve Wilcoxon İşaretili Sıralar Testi gibi parametrik olmayan testler kullanılmıştır. Araştırma sonucunda deney grubundaki katılımcıların PERİK Ölçeği ön test ve son test puanları arasında da son test lehine anlamlı bir farklılık olduğunu göstermiştir. Ayrıca bulgular, deney ve kontrol grupları arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermiştir. Başka bir deyişle, metaforik öykülere dayalı masal terapi grup çalışması programının okul öncesi çocuklarının sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlımlıklarını arttırmada etkili olduğu ifade edilebilir.

Anahtar Kelimeler

Korona günleri, masal terapi, sosyal duygusal iyi oluş, psikolojik sağlımlık

The Effect of Fairy Tale Therapy on Children's Social Emotional Well-being and Psychological Resilience in Corona Days

Summary

The aim of this study is to examine the effect of fairy tale therapy group work based on metaphorical stories on the social emotional well-being and psychological resilience of preschool children in these periods of the coronavirus (COVID-19) epidemic. In this study, the quasi-experimental control group pretest-posttest model, one of the experimental models of the quantitative approach, was used. The study group of the research consists of a total of 14 preschool level students, 8 of which are in the experimental group and 6 of them are in the control group, in Erenler district of Sakarya in the 2020-2021 academic year. In the study, the social emotional well-being and resilience scale (PERIK) for preschool children, which was developed by Mayr and Ulich (2006) and adapted into Turkish by Özbey (2019), was applied to the experimental and control groups as a pre-test/post-test before and after the experiment. The fairy tale therapy group work based on metaphorical stories is a study that each session lasts approximately 60-90 minutes and consists of 10 sessions in total. Non-parametric tests such as Mann Whitney U and Wilcoxon Signed Rank Test were used due to the low sample size in the analysis of the data. As a result of the research, it has been shown that there is a significant difference between the PERIK Scale pretest and posttest scores of the participants in the experimental group in favor of the posttest. In addition, the findings showed that there was a significant difference between the experimental and control groups. In other words, it can be stated that the fairy tale therapy group work program based on metaphorical stories is effective in increasing the social emotional well-being and psychological resilience of preschool children.

Keywords

Corona days, fairy tale therapy, social emotional well-being, psychological resilience

* Uzman Psikolojik Danışman, Doktora Öğrencisi, Hacettepe Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Ankara, TÜRKİYE, merve_pdr35@hotmail.com

1. Giriş

Dünya ve ülke gündemimizi meşgul eden COVID19 virüsü ölüm ve hastalıklara sebep olmakta ve salgının önlenmesi amacıyla alınan bireysel ve toplumsal önlemlerin devletin yasa düzenlemeleriyle birlikte yürütülmesi etkililik açısından önem arz etmektedir (Karcioğlu, 2020). Sağlık Bakanlığı ve uzmanlar tarafından mecbur kalmadıkça dışarı çıkılması ile ilgili sürekli olarak uyarılar yapılmaktadır (Gümüşgöl ve Aydoğan, 2020). Pandemi döneminde karantina uyut gulaması, sokağa çıkma yasağı, sosyal izolasyon gibi önlemlerin alınması (Acar, 2020) bireylerin psikolojik sağlamlıkları üzerinde etkili olabilecek durumlar olabileceği ifade edilebilir.

Olumsuz yaşantılar karşısında güçlü durabilmek şeklinde tanımlanan psikolojik sağlamlığın bireylerin güçlü yönlerine odaklandığı belirtilmektedir (Karairmak, 2016). Bireylerin olaylara karşı verdiği tepkilerin bireyin genetik, psikolojik ve sosyal özellikleriyle ilgili olduğu ve psikolojik sağlamlığı şekillendirdiği ifade edilmektedir (Güneş, 2018). Benzer şekilde psikolojik sağlamlık kavramının risk, olumlu uyum gösterme, baş etme, yeterlik ve koruyucu faktörler ile yakından ilgili olduğu da belirtilmektedir (Gizir, 2016). Psikolojik sağlamlığın artmasında, karşılaşılan risk faktörleri ve bu faktörlerinin olumsuz etkilerinin azaltılmasında koruyucu faktörlerin önemli olduğu ifade edilmektedir (Öz ve Yılmaz, 2009). Pandemi döneminde bireylerin zorluklar karşısında psikolojik sağlamlığını koruması ve sıkıntıya karşı tolerans gösterebilmesinin daha önemli kavramlar haline geldiği ifade edilebilir. Bu dönemde özellikle risk faktörlerinin azaltılması ve olumsuz yaşantılar karşısında güçlü durabilmek için bireylerin psikolojik sağlamlıklarının yüksek olması gerektiği düşünülebilir.

Psikolojik sağlamlık stresin olumsuz etkilerini azaltan ve hastalığa dönüşmesini önleyen bir kişilik özelliği olarak tanımlanmaktadır ve psikolojik sağlamlığı yüksek olan bireylerin karşılaştığı sorunların üstesinden gelme de motivasyonun da artacağı belirtilmektedir (Gönen, 2020). Psikolojik sağlamlığın öznel iyi oluş kavramı ile ilişkili olduğu ve iyilik halinin önemli bir yordayıcısı olduğu da bazı araştırma sonuçlarında bulgulanmıştır (Yaşar, 2015; Karacaoğlu ve Köktaş, 2016, Korkut-Owen, Demirbaş-Çelik ve Doğan, 2017; Akdoğan ve Yalçın, 2018, Uzun, 2019). Benzer şekilde sosyal ve duygusal gelişimin psikolojik sağlamlık kavramıyla yakından ilgili olduğu belirtilmekte olup sosyal ve duygusal iyi oluş kavramının sosyal ve duygusal gelişim çerçevesinde duyguları, davranışları, ilişkileri ve amaçları kapsayan geniş bir kavram olduğu ifade edilmektedir. Bu kapsamda sosyal ve duygusal iyi oluşun bireylerin kendisi ve diğerlerinin duygularını anlama, duygu-davranış düzenleme ve yönetme, empati ve kişilerarası ilişkileri başlatarak devam ettirme süreçlerini içerdiği belirtilmektedir (Hamilton ve Redmond, 2010; Graham, 2011; akt. Özbey, 2019).

Okul öncesi dönem, çocuğun etrafında olan durumlara anlam veremeye çalıştığı bir dönem olup (Akçay ve Akçay, 2017) bu dönemde onlara okunan öyküler ve masallar aracılığıyla sınırlı yaşam deneyimleri zenginleşir (Kıran, 2008). Masallar yaşamı ve çevreyi güzelleştirmeleri, duygu, düşünce ve kavram gelişimine katkı sağlamaları açısından çocukların gelişimine olumlu katkıda bulunabileceği ifade edilmektedir (Arıcı, 2016). Masallar eski çağlardan beri öğretici olma, anlatması güç konuların anlatılmasını sağlama ve bilinçli ya da bilinçsizce bireylerin bilinçaltını yönlendirme işlevini görmüşlerdir (Şen, 2019). Masallar her yaşta çocuklar için muazzam bir psikolojik anlama sahip olup çocukların gerçek yaşam sorunlarıyla başa çıkmalarına yardımcı olurlar ve onlara rehberlik eder (Danilewitz, 1991). Masallar kullanarak yapılan tedavi, çocukların kendilerini korunmuş hissetme ve olumlu bir alternatif hayal kurma imkanı sağlar (Hours, 2014). Drama yöntemiyle bütünleştirilmiş masal terapinin çocukların kaygılarını azaltma ve katarsis oluşumunu sağlamaya yönelik faydalarının olduğunu gösteren araştırma bulguları söz konusudur (Armstrong, 2007). Dolayısıyla bu çalışmada koronavirüs (covid-19) salgını sonrasında metaforik öykülere dayalı masal terapi grup çalışmasının okul öncesi çocukların sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlamlıkları üzerine etkisini incelemek amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda çalışmada şu hipotezler test edilmiştir:

- I. Program sonrasında, deney grubunda bulunan üyelerin sontest sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlamlık puanları ile kontrol grubunda bulunan üyelerin sontest sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlamlık puanları arasında, deney grubu lehine anlamlı bir fark olacaktır.
- II. Program sonrasında, deney grubu üyelerinin öntest sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlamlık puanlarıyla sontest sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlamlık puanları arasında, sontest lehine anlamlı bir fark olacaktır.

2. Yöntem

Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın modeli, örneklem, veri toplama araçları, deneysel uygulama ve veri analizinde kullanılan istatistiksel tekniklere yer verilmiştir.

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada nicel yaklaşımın deneysel modellerinden yarı deneysel kontrol gruplu ön test- son test modeli kullanılmıştır. Araştırmanın modeli Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1. Araştırma Modeli

GRUPLAR	ÖN TEST	İŞLEM	SON TEST
Deney Grubu	PERİK*	Metaforik Öykülere Dayalı Masal Terapi Grup Çalışması	PERİK
Kontrol Grubu	PERİK	----	PERİK

* Okul Öncesi Çocuklar İçin Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Psikolojik Sağlık Ölçeği (PERİK)

2.2. Örneklem

Araştırmanın çalışma grubu 2020-2021 Eğitim-Öğretim yılında, Sakarya'nın Erenler ilçesinde, devlet okulunda okuyan 8'i deney, 6'sı kontrol grubu olmak üzere toplam 14 okulöncesi düzeyinde öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırmada "okul öncesi çocuklar için sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlık ölçeği" ön ve son test olarak okulöncesi öğrencilerine uygulanmıştır.

2.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada "okul öncesi çocu klar için sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlık ölçeği" veri toplama aracı olarak kullanılmıştır.

2.3.1. Okul öncesi çocuklar için sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlık ölçeği (PERİK):

Mayr ve Ulich (2006) tarafından geliştirilip Özbey (2019) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış olan okul öncesi çocuklar için sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlık ölçeğinin örneklemini 36-72 aylık 342 çocuk oluşturmaktadır. Ölçeğin Doğrulayıcı Faktör Analizi sonucunda ölçeğin orijinalindeki 6 faktörlü yapısı doğrulanmış olup ölçeğin uyum indeksleri incelendiğinde ölçeğin iyi ve mükemmel uyum gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Ölçeğin faktörleri arasındaki korelasyon için Pearson Korelasyon Testi yapılmış ve ölçeğin faktörleri arasında orta ve yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Ölçeğin Alpha güvenilirlik katsayıları .86 ile .95 arasında değişmekte olup araştırma sonucunda ölçeğin Türk çocukları için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

2.4. Metaforik Öykülere Dayalı Masal Terapi Grup Çalışması Programı

2.4.1. Programın genel tanıtımı

Metaforik öykülere dayalı masal terapi grup çalışması programında pandemi dönemine özgü olarak hazırlanmış olan metaforik öyküler kullanılmıştır. Program 10 oturumdan oluşmakta olup bu programla okulöncesi dönemdeki çocukların sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlıklarının artırılması amaçlanmıştır. Bu başlık altında oturumların amaçları ve oturumlarda yapılanlar etkinliklere ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

1. Oturum: Bu oturumda çocukların pandemi döneminde virüs/ölüm korkusunu yenmelerine yönelik "Asit yağmurları" masalı okunmuştur. Ardından çocuklara "öyküde sizi en etkileyen sahneyi resmedin" denilerek hikayeyi resim aracılığıyla ifade etmeleri sağlanmıştır.

2. Oturum: Çocukların Covid19- salgınından dolayı arkadaşlarıyla yakın temas kuramamasından kaynaklı yaşadıkları olumsuzlukları gidermek adına sosyal mesafenin korunarak ve birbirlerine dokunmadan yapacakları bir dans için "Küçük zebanın canım dansı" masalı okunmuş ve dans videosu izlenmiştir. Ardından çocukların dans etmeleri sağlanmıştır.

3. *Oturum*: Bu oturumda çocuklara "ayçiçeklerin birliği" masalı okunmuş ve ardından kendilerini kaygılı, üzgün ya da korkmuş hissettiklerinde kimlerden yardım isteyeceği sorularak bunun resmini dağıtılan forma çizmeleri istenmiştir.

4. *Oturum*: Bu oturumda "Küçük Tospik ve Ailesi" masalı okunmuş ve çocukların masala yeni bir son oluşturmaları istenmiştir. Ardından duygu çarkı etkinliği yapılarak oturum sonlandırılmıştır.

5. *Oturum*: Bu oturumda "Yavru Aslan Bobo" masalı okunmuş ve bu masal yarım bırakılarak çocukların masalı tasamaları istenmiştir.

6. *Oturum*: Bu oturumda "beyaz bulutlar" masalı okunmuştur ardından bu masalı yeniden yazsak sizce neler olurdu? Nelerin değişmesini isterdiniz? diye sorularak çocukların masalı kendilerine göre yeniden oluşturmaları istenmiştir. Ardından "endişe balonları" etkinliği yapılmıştır.

7. *Oturum*: Bu oturumda "kalben ve gökkuşağı" masalı okunmuş ve çocuklara "nefes egzersizleri" öğretilmiştir.

8. *Oturum*: Bu oturumda "Benek'in bir hayali var" masalı okunmuş ve çocuklara "siz benek yerinde olsanız ne yapmak isterdiniz?" diye sorularak kuklalar aracılığıyla kendilerini ifade etmeleri istenmiştir.

9. *Oturum*: Bu oturumda "yeni bir hayat" masalı okunmuştur. Ardından çocuklara masallardaki tohum karakterleri gibi olmaları ve tohumun çatlayarak çiçek açmasını canlandırmaları istenmiştir. Ardından duygu maskeleri aracılığıyla bu etkinlik sonrasında neler hissettiklerini göstermeleri istenmiştir.

10. *Oturum*: Bu oturumda "özel bir dileğim var" etkinliği uygulanmıştır. Ardından pandemi sona erdikten sonra yapmak istediklerini dağıtılan formun içine çizmeleri istenmiştir.

2.5. Verilerin Çözümlemesi

Deney ve kontrol gruplarından, okul öncesi çocuklar için sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlık ölçeği (PERİK) ile toplanan ön test ve son test verilerinin analizleri, SPSS 20.00 programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Örneklem sayısının düşük olması (n= 14, kız: 4 erkek=10) ve verilerin normal dağılım göstermemesinden dolayı non-parametrik yöntemler tercih edilmiş bu nedenle araştırmada Mann Whitney U ve Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi kullanılmıştır.

3. Bulgular

3.1. Grubun Sosyo-Demografik Yapısına İlişkin Değerler

Tablo 3. Deney Grubunun Cinsiyet Durumunun Frekans ve Yüzde Değerleri

Deney Grubu Cinsiyet	f	%
Kız	5	62,5
Erkek	3	37,5
Toplam	8	100

Tablo 3 incelendiğinde deney grubunu oluşturan katılımcıların %62,5'inin erkek, %37,5'inin de kız öğrencilerden oluştuğu görülmektedir.

Tablo 4: Kontrol Grubunun Cinsiyet Durumunun Frekans ve Yüzde Değerleri

Kontrol Grubu Cinsiyet	f	%
Kız	5	83,3
Erkek	1	16,7
Toplam	6	100

Tablo 4 incelendiğinde kontrol grubunu oluşturan katılımcıların %16,7'nin kız, %83,3'ünün de erkek öğrencilerden oluştuğu görülmektedir.

3.2. Mann-Whitney U Testi Analizi Sonuçları

Deney ve kontrol grubunu oluşturan öğrencilerin ilköğretim düzeyindeki çocuklar için Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (PERİK) aldıkları ön test puanları arasında istatistiksel olarak önemli bir fark olup olmadığı Mann-Whitney U Testi ile belirlenmeye çalışılmıştır. Analize ilişkin sonuçlar Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5. Deney ve Kontrol Gruplarının PERİK Ölçeği toplam puanı ile İletişim Kurma/Sosyal Performans, Öz Kontrol/Düşüncelilik, Atılganlık, Duygusal İstikrar/Stresle Başa Çıkma, Görev Yönelimi, Keşfetmekten Hoşlanma Alt Boyutlarının Ön Test Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Değişkenler	Gruplar	N	$X_{sıra}$	$\Sigma sira$	U	z	P																																																																				
Ön Test PERİK Ölçeği	Deney Grubu	8	8,31	66,50	17,500	-,840	,401																																																																				
	Kontrol Grubu	6	6,42	38,50				İletişim Kurma Sosyal Performans	Deney Grubu	8	7,50	60,00	24,000	,000	1,000	Kontrol Grubu	6	7,50	45,00	Öz Kontrol/Düşüncelilik	Deney Grubu	8	8,25	66,00	18,000	-,791	,429	Kontrol Grubu	6	6,50	39,00	Atılganlık	Deney Grubu	8	7,50	60,00	24,000	,000	1,000	Kontrol Grubu	6	7,50	45,00	Duygusal İstikrar/Stresle Başa Çıkma	Deney Grubu	8	8,06	64,50	19,500	-,593	,553	Kontrol Grubu	6	6,75	40,50	Görev Yönelimi	Deney Grubu	8	8,69	69,50	14,500	-1,231	,219	Kontrol Grubu	6	5,92	35,50	Keşfetmekten Hoşlanma	Deney Grubu	8	8,69	69,50	14,500	-1,269	,204
İletişim Kurma Sosyal Performans	Deney Grubu	8	7,50	60,00	24,000	,000	1,000																																																																				
	Kontrol Grubu	6	7,50	45,00				Öz Kontrol/Düşüncelilik	Deney Grubu	8	8,25	66,00	18,000	-,791	,429	Kontrol Grubu	6	6,50	39,00	Atılganlık	Deney Grubu	8	7,50	60,00	24,000	,000	1,000	Kontrol Grubu	6	7,50	45,00	Duygusal İstikrar/Stresle Başa Çıkma	Deney Grubu	8	8,06	64,50	19,500	-,593	,553	Kontrol Grubu	6	6,75	40,50	Görev Yönelimi	Deney Grubu	8	8,69	69,50	14,500	-1,231	,219	Kontrol Grubu	6	5,92	35,50	Keşfetmekten Hoşlanma	Deney Grubu	8	8,69	69,50	14,500	-1,269	,204	Kontrol Grubu	6	5,92	35,50								
Öz Kontrol/Düşüncelilik	Deney Grubu	8	8,25	66,00	18,000	-,791	,429																																																																				
	Kontrol Grubu	6	6,50	39,00				Atılganlık	Deney Grubu	8	7,50	60,00	24,000	,000	1,000	Kontrol Grubu	6	7,50	45,00	Duygusal İstikrar/Stresle Başa Çıkma	Deney Grubu	8	8,06	64,50	19,500	-,593	,553	Kontrol Grubu	6	6,75	40,50	Görev Yönelimi	Deney Grubu	8	8,69	69,50	14,500	-1,231	,219	Kontrol Grubu	6	5,92	35,50	Keşfetmekten Hoşlanma	Deney Grubu	8	8,69	69,50	14,500	-1,269	,204	Kontrol Grubu	6	5,92	35,50																				
Atılganlık	Deney Grubu	8	7,50	60,00	24,000	,000	1,000																																																																				
	Kontrol Grubu	6	7,50	45,00				Duygusal İstikrar/Stresle Başa Çıkma	Deney Grubu	8	8,06	64,50	19,500	-,593	,553	Kontrol Grubu	6	6,75	40,50	Görev Yönelimi	Deney Grubu	8	8,69	69,50	14,500	-1,231	,219	Kontrol Grubu	6	5,92	35,50	Keşfetmekten Hoşlanma	Deney Grubu	8	8,69	69,50	14,500	-1,269	,204	Kontrol Grubu	6	5,92	35,50																																
Duygusal İstikrar/Stresle Başa Çıkma	Deney Grubu	8	8,06	64,50	19,500	-,593	,553																																																																				
	Kontrol Grubu	6	6,75	40,50				Görev Yönelimi	Deney Grubu	8	8,69	69,50	14,500	-1,231	,219	Kontrol Grubu	6	5,92	35,50	Keşfetmekten Hoşlanma	Deney Grubu	8	8,69	69,50	14,500	-1,269	,204	Kontrol Grubu	6	5,92	35,50																																												
Görev Yönelimi	Deney Grubu	8	8,69	69,50	14,500	-1,231	,219																																																																				
	Kontrol Grubu	6	5,92	35,50				Keşfetmekten Hoşlanma	Deney Grubu	8	8,69	69,50	14,500	-1,269	,204	Kontrol Grubu	6	5,92	35,50																																																								
Keşfetmekten Hoşlanma	Deney Grubu	8	8,69	69,50	14,500	-1,269	,204																																																																				
	Kontrol Grubu	6	5,92	35,50																																																																							

Tablo 5'teki Mann-Whitney U Testi sonuçları incelendiğinde, deney öncesi kontrol ve deney gruplarına ait PERİK ölçeği sıra ortalamaları arasında anlamlı fark görülmemektedir. ($U=17,500$, $p>.05$)

PERİK Ölçeği alt boyutları incelendiğinde Tablo 5'e göre deney öncesinde kontrol ve deney gruplarına ait PERİK Ölçeği İletişim Kurma/Sosyal Performans alt boyutu ($U=24,000$, $p>.05$), Öz Kontrol/Düşüncelilik alt boyutu ($U=18,000$, $p>.05$), Atılganlık alt boyutu ($U=24,000$, $p>.05$), Duygusal İstikrar/Stresle Başa alt boyutu ($U=19,500$, $p>.05$), Görev Yönelimi alt boyutu ($U=14,500$, $p>.05$), Keşfetmekten Hoşlanma alt boyutu ($U=14,500$, $p>.05$) sıra ortalamaları arasında anlamlı fark görülmemektedir.

Tablo 6. PERİK Ölçeği toplam puanı ile İletişim Kurma/Sosyal Performans, Öz Kontrol/Düşüncelilik, Atılganlık, Duygusal İstikrar/Stresle Başa Çıkma, Görev Yönelimi, Keşfetmekten Hoşlanma Alt Boyutlarının Son Test Puanlarına Uygulanan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Değişkenler	Gruplar	N	$X_{sıra}$	$\Sigma sıra$	U	z	P
Son Test PERİK Ölçeği	Deney Grubu	8	10,13	81,00	3,000	-2,711	,007
	Kontrol Grubu	6	4,00	24,00			
İletişim Kurma Sosyal Performans	Deney Grubu	8	8,63	69,00	15,000	-1,183	,237
	Kontrol Grubu	6	6,00	36,00			
Öz Kontrol/Düşüncelilik	Deney Grubu	8	9,31	74,50	9,500	-1,912	,056
	Kontrol Grubu	6	5,08	30,50			
Atılganlık	Deney Grubu	8	9,56	76,50	7,500	-2,166	,030
	Kontrol Grubu	6	4,75	28,50			
Duygusal İstikrar/Stres- le Başa Çıkma	Deney Grubu	8	10,19	81,50	2,500	-2,797	,005
	Kontrol Grubu	6	3,92	23,50			
Görev Yönelimi	Deney Grubu	8	10,06	80,50	3,500	-2,667	,008
	Kontrol Grubu	6	4,08	24,50			
Keşfetmekten Hoşlan- ma	Deney Grubu	8	9,56	76,50	7,500	-2,154	,031
	Kontrol Grubu	6	4,75	28,50			

Tablo 6'daki Mann-Whitney U Testine göre, deney sonrası kontrol ve deney gruplarına ait PERİK Ölçeği puanlarının gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılaştığı saptanmıştır ($U=3,000$, $p<.05$). Deney grubunun PERİK Ölçek puanlarının son ölçümde kontrol grubundan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 6'ya göre deney sonrası kontrol ve deney gruplarına ait PERİK Ölçeğinin İletişim Kurma Sosyal Performans ($U=15,000$, $p>.05$) ve Öz Kontrol/Düşüncelilik alt boyutu sıra ortalamaları arasında anlamlı bir fark görülmemektedir ($U=9,500$, $p>.05$).

Son olarak Tablo 6'daki Mann-Whitney U Testi incelendiğinde deney sonrası kontrol ve deney gruplarına ait PERİK Ölçeğinin Atılganlık ($U=7,500$, $p<.05$), Duygusal İstikrar/Stresle Başa Çıkma ($U=2,500$, $p<.05$), Görev Yönelimi ($U=3,500$, $p<.05$), Keşfetmekten Hoşlanma alt boyutu sıra ortalamaları arasında anlamlı bir fark görülmektedir ($U=7,500$, $p<.05$).

3.3. Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Analizi Sonuçları

Tablo 7. Deney Grubuna Uygulanan PERİK Ölçeği Toplam Puanı İle Ön Test-Son Test Puanlarına Yapılan Wilcoxon Analizi Sonuçları

Deney Grubu	Sıra işaretleri	N	$x_{sıra}$	$\Sigma sıra$	z	P
Ön Test/Son Test PERİK Ölçeği	Negatif sıra	0 ^a	0	0	-2,521 ^b	,012*
	Pozitif sıra	8 ^b	4,5	36		
	Eşit	0 ^c				
	Toplam	8				
Ön Test/Son Test	Negatif sıra	0 ^d	0	1	-2,546 ^b	,011*
	Pozitif sıra	8 ^e	4,5	36		
	Eşit	0 ^f				
	Toplam	8				

Ön Test/Son Test	Negatif sıra	1 ^g	2,50	2,50	-1,355 ^b	,176
	Pozitif sıra	4 ^h	3,13	1,50		
Öz Kontrol Düşüncelilik	Eşit	3 ⁱ				
	Toplam	8				
Ön Test/Son Test	Negatif sıra	0 ^j	0	0	-2,375 ^b	0,018
	Pozitif sıra	7 ^k	4,00	28		
Atılgnlık	Eşit	1 ^l				
	Toplam	8				
Ön Test/Son Test Duygusal İstikrar/ Stresle Başa Çıkma	Negatif sıra	0 ^m	0	0	-2,539 ^b	,011*
	Pozitif sıra	8 ⁿ	4,5	36		
	Eşit	0 ^c				
	Toplam	8				
Ön Test/Son Test	Negatif sıra	3 ^p	2,67	8	-1,409 ^b	0,159
	Pozitif sıra	5 ^q	5,60	28		
Görev Yönelimi	Eşit	0 ^r				
	Toplam	8				
Ön Test/Son Test	Negatif sıra	0 ^s	,00	,00	-2,536 ^b	0,011*
	Pozitif sıra	8 ^t	4,50	36,00		
Keşfetmekten Hoş- lanma	Eşit	0 ^u				
	Toplam	8				

* $P < .005$

Deney grubuna uygulama öncesi ve sonrası uygulanan PERİK Ölçeği ön test/son test puanları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi uygulanmıştır. Tablo 7'de görüldüğü üzere deney grubunun ön test/son test puanları arasında anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir ($z = -2,521^b$, $p < .05$). Araştırmada Tablo 7'ye göre, çalışma grubunun PERİK Ölçeğinin İletişim Kurma/Sosyal Performans alt boyutu ön test/son test puanlarının anlamlı derecede farklılaştığı görülmüştür ($z = -2,552$, $p < .05$). Tablo 7 incelendiğinde çalışma grubunun PERİK Ölçeğinin Öz Kontrol/Düşüncelilik alt boyutu ön test/son test puanlarının anlamlı derecede farklılaşmadığı görülmüştür ($z = 1,355^{-b}$, $p > .05$). Tablo 7'de PERİK Ölçeğinin Atılgnlık alt boyutu ön test/son test puanlarının anlamlı derecede farklılaştığı görülmüştür ($z = -2,375^b$, $p < .05$).

Tablo 7'de PERİK Ölçeğinin Duygusal İstikrar/Stresle Başa Çıkma alt boyutu ön test/son test puanlarının anlamlı derecede farklılaştığı görülmüştür ($z = -2,539^b$, $p < .05$). Tablo 7'de PERİK Ölçeğinin Görev Yönelimi alt boyutu ön test/son test puanlarının anlamlı derecede farklılaşmadığı görülmüştür ($z = -1,409^b$, $p > .05$). Benzer şekilde Tablo 7'de PERİK Ölçeğinin Keşfetmekten Hoşlanma alt boyutu ön test/son test puanlarının anlamlı derecede farklılaştığı görülmüştür ($z = -2,536^b$, $p < .05$).

Özetle, nicel bulgular deney grubundaki katılımcıların PERİK Ölçeği ön test ve son test puanları arasında son test lehine anlamlı bir farklılık olduğunu göstermiştir. Ayrıca bulgular, deney ve kontrol grupları arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermiştir. Başka bir deyişle, metaforik öykülere dayalı masal terapi grup çalışması programının okul öncesi çocuklarının sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlımlıklarını arttırmada etkili olduğu ifade edilebilir.

4. Sonuç ve Tartışma

Bu çalışmanın amacı korona günlerinde metaforik öykülere dayalı masal terapi grup çalışmasının okul öncesi çocukların sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlımlıkları üzerine etkisini incelemektir. Araştırmanın sonucunda deney grubundaki katılımcıların PERİK Ölçeği ön test ve son test puanları arasında son test lehine anlamlı bir farklılık olduğunu göstermiştir. Ayrıca bulgular, deney ve kontrol grupları arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermiştir. Başka bir deyişle, metaforik öykülere dayalı masal terapi grup çalışması programının okul öncesi çocuklarının sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlımlıklarını arttırmada etkili olduğu ifade edilebilir.

Alanyazın incelendiğinde pandemi döneminde masal terapi uygulamasının okul öncesi çocukların sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlımlıkları üzerine etkisini doğrudan inceleyen araştırma bulgusuna ulaşılamamıştır. Masal terapinin okul öncesi dönemindeki çocuklar üzerindeki farklı değişkenler üzerindeki etkisini incelemeye yönelik araştırmalar incelendiğinde yapılan çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Bu çalışmalardan Erina, Mutaliyeva, Mikhalkova ve Brevnova (2020) masal terapisinin okul öncesi çocukların saldırgan davranışları üzerinde etkisini incelemiş ve masal terapinin saldırgan davranışların azalmasına katkıda bulunduğu sonucuna ulaşmıştır. Bir diğer araştırmada Ilıcak ve Bal (2019) masal terapinin anaokulu öğrencilerinin sosyal iletişim becerileri üzerindeki etkisinin incelendiği bir araştırma yapmış ve araştırma sonucunda masal terapinin katılımcıların sosyal iletişim becerileri üzerinde önemli bir etkisi olduğu bulunmuştur. Bu bulgular sonucunda masal terapi uygulamalarının etkisi incelenen değişkenler üzerinde etkili olması araştırmamızın sonucundaki masal terapinin sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlımlık değişkeninin üzerinde de etkili olma bulgusunu destekler niteliktedir.

Psikolojik sağlımlıkla ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde lise ve üniversite öğrencilerinde farklı değişkenler üzerinde araştırmaların yoğunlaştığı görülmekte olup sosyal ve duygusal iyi oluşa yönelik çalışmaların ise sınırlı olduğu görülmektedir. Aydın ve Egemberdiyeva (2018) üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlımlık düzeylerini incelediği bir araştırmada bireylerin psikolojik sağlımlık düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Benzer şekilde yaş ve kardeş sayısının psikolojik sağlımlığın anlamlı yordayıcıları olduğu ve psikolojik sağlımlığın mutluluk ve arkadaş desteği ile ilişkili olduğunu bulgusuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde ergenler ile yapılan bir araştırma da algılanan sosyal desteğin psikolojik sağlımlığın anlamlı bir yordayıcısı olduğu, cinsiyetin ise ergenlerde anlamlı bir yordayıcı olmadığı bulunmuştur (Turgut ve Çapan, 2017). Bu değişkenlerden farklı olarak psikolojik sağlımlık ile ilgili yapılan araştırmaların çoğunlukla duygusal zeka kavramı ile ilişkisinin incelendiği görülmektedir (Özer ve Deniz, 2013; Esin ve Deniz, 2014; Kandemir, 2019). Dolayısıyla okul öncesi dönemdeki çocukların psikolojik sağlımlık ve sosyal duygusal iyi oluş düzeylerini arttırmaya yönelik deneysel çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir.

5. Öneriler

Bu çalışma sonuçlarından yola çıkarak okul öncesi düzeyindeki çocukların sosyal duygusal iyi oluşları ve psikolojik sağlımlıklarını arttırmada masal terapi odaklı yapılacak grup çalışmalara ihtiyaç vardır. Dolayısıyla bu tür çalışmaların sayısı arttırılabilir.

Bu çalışma sadece okulöncesi düzeyindeki çocuklar ile yapılmıştır. Bu yüzden farklı örneklem gruplarında (ilkokul, ortaokul gibi) bu çalışmaların etkililiği sınanabilir.

Okul psikolojik danışma ve rehberlik servisleri sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlımlıkları arttırma ile ilgili öğrenci, öğretmen ve veli seminerleri verebilir, pano-bülten-broşür çalışmaları düzenleyebilir ve masal terapi odaklı grup rehberliği çalışmaları yapabilir.

Okul öncesi düzeyindeki öğrenciler üzerinde yapılacak masal terapi grup çalışmalarının farklı değişkenler üzerinde de etkileri incelenebilir.



6. Kaynaklar

- Acar, Y. (2020). Yeni koronavirüs (COVID-19) salgını ve turizm faaliyetlerine etkisi. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 7-21.
- Akçay, A. ve Akçay, N. O. (2017). Hikâye kartlarının çocukların görsel ifade becerileri üzerindeki etkisi. *Ana Dili Eğitimi Dergisi*, 5(3), 417-432.
- Akdoğan, B., ve Yalçın, S. B. (2018). Lise öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık ve çatışma çözme davranışlarının öznel iyi oluşlarını yordaması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 46, 174-197.
- Arcı, A. F. (2016). Estetik değer oluşturmada masalların rolü: Türk masalları örneği. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(2), 1017-1035.
- Armstrong, C. (2007). *Finding catharsis in fairy tales: a theoretical paper exploring the roles catharsis plays when fairy tales are used in drama therapy for children with anxiety*. Unpublished doctoral dissertation. Concordia University.
- Aydın, M. ve Egemberdiyeva, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi. *Türkiye Eğitim Dergisi*, 3(1), 37-53.
- Aydın, İ., Öncü, E., Akbulut, V. ve Küçük Kılıç, S. (2019). Öğretmen adaylarında boş zaman sıkılma algısı ve psikolojik sağlamlık ilişkisi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(1), 39-53.
- Çakır, Z. (2016). Sıkıntıya toleranssızlık ölçeği ve bilişsel-davranışsal kaçınma ölçeğinin psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatrisi Dergisi*, 17.
- Danilewitz, D. (1991). Once upon a time..... The meaning and importance of fairy tales. *Early Child Development and Care*, 75(1), 87-98.
- Erina, IA, Mutaliyeva, AS, Mikhalkova, OA ve Brevnova, SV (2020). Masal tedavisi söyleminde okul öncesi çocukların ağız resif davranışlarının psikolojik düzeltilmesi. *Amazonia Investiga*, 9 (306-297), (29).
- Esin, Ö. ve Deniz, M. E. (2014). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin duygusal zeka açısından incelendiği. *Elementary Education Online*, 13(4).
- Gizir, C. A. (2016). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28).
- Gönen, T. (2020). *Özel okullarda çalışan öğretmenlerin psikolojik sağlamlıkları ve iş doyumlarının mesleki tükenmişlik düzeylerine etkisi: Mardin ili örneği*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Çaağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gümüşgöl, L. O. ve Aydoğan, R. (2020). Yeni tip Koronavirüs-Covid 19 kaynaklı evde geçirilen boş zamanların ev içi rekreatif oyunlar ile değerlendirilmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(1), 107-114.
- Güneş, F. (2018). *Madde kullanım bozukluğu olan bireylerde sıkıntıya toleransın madde kullanım sürecine etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Gürkan, U. (2006). *Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeyine etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Hohr, H. (2000). Dynamic aspects of fairy tales: Social and emotional competence through fairy tales. *Scandinavian journal of educational research*, 44(1), 89-103.
- Hours, A. (2014). Reading fairy tales and playing: A way of treating abused children. *Journal of Infant, Child, and Adolescent Psychotherapy*, 13(2), 141-151.
- Ilıcak, N. G. ve Bal, F. (2019). Masal terapinin anaokulu öğrencilerinin sosyal iletişim becerileri üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(3), 517-533.
- Kandemir, A. (2019). *Psikoloji öğrencilerinin psikolojik sağlamlık, duygusal zeka ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Karacaoğlu, K. ve Köktaş, G. (2016). Psikolojik dayanıklılık ve psikolojik iyi olma ilişkisinde iyimserliğin aracı rolü: Hastane çalışanları üzerine bir araştırma. *İş ve İnsan Dergisi*, 3(2), 119-127.
- Kararımak, Ö. (2016). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26).
- Karatay, H. (2007). Dil edinimi ve değer öğretimi sürecinde masalın önemi ve işlevi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 5(3), 463-477.
- Karicioğlu, Ö. (2020). What is Coronaviruses, and how can we protect ourselves?. *Anka Tıp Dergisi*, 2(1), 66-71.
- Kıran, S. (2008). *Okulöncesi dönemi çocuklarına yönelik hazırlanan masal ve öykü kitaplarında geçen iletişim engelleri*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Korkut-Owen, F., Demirbaş-Çelik, N. ve Doğan, T. (2017). Üniversite öğrencilerinde iyilik halinin yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık. *Electronic Journal of Social Sciences*, 16.
- Mayr, T. ve Ulich, M. (2006). *Perik: Positive entwicklung und resilienz im kinder garten all tag*. Staatinstitut fur früh pädagogik IFP.
- McHugh, R. K. ve Otto, M. W. (2012). Refining the measurement of distress intolerance. *Behavior therapy*, 43(3), 641-651.
- Öz, F. ve Yılmaz, E. B. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: Psikolojik sağlamlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 16(3), 82-89.

Özbey, S. (2019). Okul öncesi çocuklar için sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlamlık ölçeğinin (PERİK) geçerlik güvenirlik çalışması. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 10(17), 756-786.

Özer, E. ve Deniz, M. (2013). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin duygusal zeka ve beş faktör kişilik özellikleri açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Şen, G. (2019). *Türk masallarına psikanalitik yaklaşım*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Turgut, Ö. ve Çapan, B. E. (2017). Ergen psikolojik sağlamlık düzeyinin yordayıcıları: algılanan sosyal destek ve okul bağlılığı. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (44), 162-183.

Uzun, Ü. (2019). *Öğretmen adaylarının öznel iyi oluş psikolojik sağlamlık ve yaşam kalitesi arasındaki yordayıcı ilişkiler*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yaşar, K. (2015). *Eğitim fakültesi öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile psikolojik sağlamlık ve affetme düzeyleri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.