

T.C.
AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
TEMEL EĞİTİM ANABİLİM DALI
OKUL ÖNCESİ EĞİTİMİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI
2020-YL-0....

OKUL ÖNCESİ ÖĞRETMENLERİNİN BESLENME
EĞİTİMİNE İLİŞKİN ÖZ-YETERLİKLERİNİN
İNCELENMESİ

HAZIRLAYAN
Damla KANTARCI ÇINAR

TEZ DANIŞMANI
Dr. Öğr. Üyesi Duriye Esra ANGIN

AYDIN-2020

T.C.
AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE
AYDIN

Sosyal Bilimler Enstitüsü Temel Eğitim Anabilim Dalı Okul Öncesi Eğitimi Yüksek Lisans Programı öğrencisi Damla KANTARCI ÇINAR tarafından hazırlanan “Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterliklerinin İncelenmesi” başlıklı tez, tarihinde yapılan savunma sonucunda aşağıda isimleri bulunan jüri üyelerince, kapsamı ve niteliği açısından yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Ünvanı, Adı Soyadı	Kurumu	İmzası
Başkan :		
Danışman :		
Üye :		

Jüri üyeleri tarafından kabul edilen bu Yüksek Lisans tezi, Enstitü Yönetim Kurulunun tarihsayılı kararı ile onaylanmıştır.

Prof. Dr. Ahmet Can BAKKALCI

Enstitü Müdürü

T.C.
AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE
AYDIN

Bu tezde sunulan tüm bilgi ve sonuçların, bilimsel yöntemlerle yürütülen gerçek deney ve gözlemler çerçevesinde tarafımdan elde edildiğini, çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce, sonuç ve bilgilere bilimsel etik kuralların gereği olarak eksiksiz şekilde uygun atıf yaptığımı ve atıflara kaynak göstererek belirttiğimi beyan ederim.

... / ... / 2020

Damla KANTARCI ÇINAR

ÖZET

OKUL ÖNCESİ ÖĞRETMENLERİNİN BESLENME EĞİTİMİNE İLİŞKİN ÖZ-YETERLİKLERİNİN İNCELENMESİ

Damla KANTARCI ÇINAR

Yüksek Lisans Tezi, Temel Eğitim Anabilim Dalı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Duriye Esra ANGIN

2019, XIII+ 97 sayfa

Bu çalışmanın amacı, okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterliklerini belirlemektir. Çalışma nicel araştırma yöntemlerinden tarama modelinde gerçekleştirilmiştir.

Çalışma grubu, evrenin tamamını ifade eden tam sayım yoluyla, 2019-2020 Eğitim-Öğretim yılında Bitlis ili merkez ve Tatvan, Ahlat, Adilcevaz, Güroymak, Mutki, Hizan ilçelerinde bulunan Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı resmi ve özel anaokulları ile ilkokulların bünyesindeki anasınıflarında görev yapmakta olan 380 okul öncesi öğretmeninden oluşmaktadır.

Çalışmada okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterliklerini saptayabilmek adına nicel verilerin toplanmasında veri toplama aracı olarak Angın (t.y) tarafından geliştirilen “Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği” ve araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır.

Elde edilen verilerin istatistiksel analizleri SPSS 21.0 programında, normal dağılım sergileyen iki farklı grubun ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için parametrik test ilişkisiz örneklem için t testi, ikiden fazla bağımsız gruba ilişkin ortalamaların en az ikisi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek için ise parametrik test ilişkisiz örneklem için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Çalışmaya katılan okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi öz-yeterlik puan ortalamasının $\bar{X}=122.48$ olduğu görülmüştür. Öğretmenlerin % 62.1’inin orta, % 19.7’sinin yüksek, % 18.2’sinin ise düşük düzeyde öz-yeterliğe sahip oldukları saptanmıştır. Çalışmaya katılan okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi öz-yeterlik puanlarının erkek öğretmenler ($p<0.05$), beslenme eğitimi alanlar ($p<0.05$) ve yeterli ve dengeli beslenenler lehine ($p<0.05$) anlamlı bir farklılık

gösterdiği saptanmıştır. Bunun yanı sıra kadro durumu değişkenine göre kadrolu öğretmenlerle sözleşmeli öğretmenler arasında kadrolu öğretmenler lehine ($p<0.05$) anlamlı bir fark saptanmıştır. Ancak okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi öz-yeterlikleri ile diğer değişkenler (yaş, kıdem, öğrenim durumu, sınıf mevcudu, görev yapılan okul türü, çalışılan yaş grubu) arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>0.05$).

ANAHTAR SÖZCÜKLER: Okul Öncesi Öğretmeni, Beslenme Eğitimi, Öz-Yeterlik



ABSTRACT

RESEARCH ON PRE-SCHOOL TEACHERS' SELF-EFFICACY IN NUTRITIONAL EDUCATION

Damla KANTARCI ÇINAR

Master's Thesis, Department of Basic Education

Thesis Advisor: Dr. R. A. Duriye Esra ANGIN

2020, XIII+ 97 pages

The purpose of this study is to determine the self-efficacy of preschool teachers' regarding nutrition education. The research was carried out in the descriptive type scanning model which is one of the quantitative research methods.

The working group, through the full census which expresses the entire population consists of 380 pre-school teachers who work in public and private kindergardens or elementary schools that are officially affiliated to the Directorate of National Education within the Center of Bitlis Province and Tatvan, Ahlat, Adilcevaz, Güroymak, Mutki, Hizan districts in the Academic Year of 2019-2020.

In the research, as a data collection tool in the collection of quantitative data in order to determine the self-efficacy of preschool teachers' regarding nutrition education; "Preschool Teacher Nutrition Education Self-Efficacy Scale" which was developed by Angin (t.y) and "Personal Information Form" prepared by the researcher were used.

In the statistical analyzes obtained, SPSS 21.0 program, t test for parametric test unrelated samples to determine whether there is a statistically significant difference between the averages of two different groups, there is a statistically significant difference between at least two of the averages of more than two independent groups. One-way analysis of variance (ANOVA) was used for parametric test unrelated samples. It was observed that the average of nutrition education self-efficacy points of preschool teachers who participated in the study was 122.48. It was determined that 62.1% of teachers had medium, 19.7% had high, and 18.2% had low self-efficacy. It was found that the nutritional education self-efficacy scores of preschool teachers who took part in the study showed a significant difference in favor of male teachers ($p<0.05$), those who got nutrition education ($p<0.05$) and the ones who had an adequate and balanced diet ($p<0.05$). In addition to this, there was

a significant difference between the permanent teachers and contracted teachers in favor of permanent teachers ($p < 0.05$). However, it was observed that there was no significant relationship between pre-school teachers' nutritional education self-efficacy and other variables (age, seniority, educational background, age group studied, class size, type of school) ($p > 0.05$).

KEY WORDS: Preschool Teacher, Nutrition Education, Self-Efficacy.



ÖNSÖZ

Bu çalışmanın gerçekleşmesi için özverili yaklaşımıyla her koşulda yol gösterici olan, her durumda sabır ve anlayışını eksik etmeyen, akademik anlamda gelişmem için destek olan kıymetli hocam, sevgili danışmanım, Dr. Öğr. Üyesi Duriye Esra ANGIN'a tüm emekleri için sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Yüksek lisans eğitimim boyunca değerli bilgilerinden yararlandığım sevgili hocalarım Prof. Dr. Cumali ÖKSÜZ'e ve Doç. Dr. Sezai KOÇYİĞİT'e, Doç. Dr. Gözde İNAL KIZILTEPE'ye ve Doç. Dr. Ayşe ÖZTÜRK SAMUR'a teşekkürü bir borç bilirim.

Sevgili ailem; canım annem Emine Kantarcı ve kıymetlim babam Mustafa Kantarcı, bana hayat boyunca öğrettiğiniz değerler, çalışma azmi ve sorumluluk bilinciyle bu noktaya gelmiş bulunuyorum. Eğitim-öğretim hayatım boyunca maddi ve manevi hiçbir destekten kaçınmadığınız, aksine önüme çıkan engelleri aşmamda her zaman cesaret verdiğiniz, anne ve baba olmanın hakkını fazlasıyla gösterdiğiniz eşsiz fedakarlığınız ve bana olan sonsuz güveniniz için size minnettarım. Sevgili ablam Nurşen Kantarcı Sağlık'a da bu zorlu süreçte yaşadığım her duygu durumumda yanımda olduğu ve desteğini hiçbir zaman esirgemediği için teşekkürlerimi sunuyorum.

Yüksek lisans eğitimim süresince bana varlığıyla güç veren, umutsuzluğa kapıldığım anlarda dahi pes etmemem için elinden geleni yapan, her anlamda fedakarlığını gösteren ve bana benden çok inanan sevgili eşim, yol arkadaşım Emre Çınar'a sonsuz sabrı, sevgi dolu yüreği ve varlığı için minnettarım.

Son olarak bu süreçte her zaman yanımda olan ve yardımına koşan canım arkadaşım Uzman Nudar YURTSEVER'e teşekkür ediyorum. Yine bu süreçte bana destek olan sevgili meslektaşım, dostum Zeynep Merve AKTAŞ'a teşekkürlerimi sunuyorum.

Damla KANTARCI ÇINAR

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY SAYFASI.....	iii
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİM SAYFASI.....	iv
ÖZET	v
ABSTRACT	vii
ÖNSÖZ.....	ix
ŞEKİLLER DİZİNİ	xiii
TABLolar DİZİNİ.....	xiv
EKLER DİZİNİ	xv
KISALTMALAR DİZİNİ	xvi
GİRİŞ.....	1
1. BÖLÜM	9
1. KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	9
1.1. Kuramsal Çerçeve.....	9
1.1.1. Beslenme Kavramı ve Önemi	9
1.1.1.1. Yeterli ve Dengeli Beslenme.....	10
1.1.2. Okul Öncesi Dönemde Beslenme	12
1.1.2.1. Okul Öncesi Dönem Çocuklarında Görülen Beslenme Sorunları.....	13
1.1.2.1.1. Demir Eksikliği	13
1.1.2.1.2. Açlık ve İştah.....	14
1.1.2.1.3. Besin Boğulmaları	15
1.1.2.2. Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Beslenme Davranışlarını Etkileyen Etmenler	15
1.1.2.2.1. Aile Ortamı	15
1.1.2.2.2. Okul Ortamı.....	18
1.1.2.2.3. Akran Etkileşimi.....	19
1.1.2.2.4. Medya	19

1.1.3. Beslenme Eğitimi.....	21
1.1.3.1. Okul Öncesi Dönemde Beslenme Eğitimi ve Önemi.....	24
1.1.4. Öz-Yeterlik Kavramı	27
1.1.4.1. Bilişsel Süreçler.....	31
1.1.4.2. Motivasyon Süreçleri	32
1.1.4.3. Duyuşsal Süreçler.....	32
1.1.4.4. Seçim Süreçleri	33
1.1.5. Öz-Yeterlik Kavramının Önemi	34
1.1.5.1. Öğretmen Öz-Yeterlik Algısı	35
1.1.5.1.1. Öğretmen Öz-Yeterliğinin Öğrenciler ve Öğrenme Süreçleri Üzerindeki Etkisi	37
1.2. İlgili Araştırmalar	39
2. BÖLÜM	50
2. YÖNTEM	50
2.1. Araştırmanın Modeli.....	50
2.2. Çalışma Grubu	50
2.3. Veri Toplama Araçları	52
2.3.1. Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği.....	52
2.3.2. Kişisel Bilgi Formu.....	52
2.4. Verilerin Toplanması	53
2.5. Verilerin Analizi	53
3. BÖLÜM	55
3. BULGULAR VE YORUM	55
3.1. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Ölçekten Aldıkları Toplam Puanlara İlişkin Betimsel İstatistikler.....	55
3.2. Cinsiyet Değişkeni Açısından Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterlik Analiz Sonuçları.....	55
3.3. Yaş Değişkeni Açısından Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterlik Analiz Sonuçları.....	56

3.4. Öğrenim Durumu Değişkeni Açısından Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterlik Analiz Sonuçları.....	56
3.5. Kıdem Değişkeni Açısından Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterlik Analiz Sonuçları.....	57
3.6. Kadro Durumu Değişkeni Açısından Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterlik Analiz Sonuçları.....	58
3.7. Çalışılan Yaş Grubu Değişkeni Açısından Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterlik Analiz Sonuçları.....	59
3.8. Görev Yapılan Okul Türü Değişkeni Açısından Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterlik Analiz Sonuçları.....	59
3.9. Sınıf Mevcudu Değişkeni Açısından Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterlik Analiz Sonuçları.....	60
3.10. Yeterli ve Dengeli Beslenme Durumu Değişkeni Açısından Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterlik Analiz Sonuçları.....	61
3.11. Beslenme Eğitimi Alma Durumu Değişkeni Açısından Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterlik Analiz Sonuçları.....	62
4. TARTIŞMA VE SONUÇ.....	63
5. KAYNAKLAR.....	74
6. EKLER.....	90
ÖZGEÇMİŞ.....	97

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1.1. Çocuğun Beslenmesini Etkileyen Faktörler	18
Şekil 1.2. Beslenme Eğitimi Konusundaki Tehditler ve Fırsatlar	23
Şekil 1.3. Birey, Davranış ve Sonuç Süreciyle Öz-Yeterlik İnancı ve Sonuç Beklentisi Arasındaki İlişki.....	28
Şekil 1.4. Öz-Yeterlik Kaynakları	30



TABLolar DİZİNİ

Tablo 2.1. Çalışmanın Değişkenlerine İlişkin Frekans ve Yüzde Sonuçları.....	51
Tablo 2.2. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Ölçekten Aldıkları Toplam Puanlara İlişkin Normallik Analizi Değerleri	53
Tablo 2.3. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Ölçekten Aldıkları Toplam Puanlara İlişkin Öz-Yeterlik Puan Aralığı, Frekans ve Yüzdelik Değerleri.....	54
Tablo 3.1. Okul öncesi öğretmenlerinin ölçekten aldıkları toplam puanlara ilişkin betimsel istatistikler	55
Tablo 3.2. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterliklerinin Cinsiyet Değişkenine Göre T Testi Sonuçları	55
Tablo 3.3. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterliklerinin Yaş Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları	56
Tablo 3.4. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterliklerinin Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları.....	57
Tablo 3.5. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterliklerinin Kıdem Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları	57
Tablo 3.6. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterliklerinin Kadro Durumu Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları	58
Tablo 3.7. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterliklerinin Çalışılan Yaş Grubu Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları.....	59
Tablo 3.8. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterliklerinin Görev Yapılan Okul Türü Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları.....	60
Tablo 3.9. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterliklerinin Sınıf Mevcudu Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları	60
Tablo 3.10. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterliklerinin Yeterli ve Dengeli Beslenme Değişkenine Göre T Testi Sonuçları	61
Tablo 3.11. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterliklerinin Beslenme Eğitimi Alma Durumu Değişkenine Göre T Testi Sonuçları.....	62

EKLER DİZİNİ

Ek 1. Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği	90
Ek 2. Araştırma İzin Yazısı	94



KISALTMALAR DİZİNİ

%	: Yüzde
Akt	: Aktaran
DPT	: Devlet Planlama Teşkilatı
F	: Frekans
FAO	: Gıda ve Tarım Örgütü
N	: Veri sayısı
P	: Anlamlılık Değeri
Sig	: Significant
TÜBER	: Türkiye Beslenme Rehberi
WHO	: Dünya Sağlık Örgütü

GİRİŞ

Çalışmanın bu bölümünde problem durumuna, çalışmanın amaç ve alt amaçlarına, çalışmanın önemine, varsayımlarına, sınırlılıklarına ve tanımlara ilişkin ifadelere yer verilmiştir.

Problem Durumu

Bireylerin sağlıklı olması ve hastalıklara yakalanma riskinin azaltılması toplumların kaliteli bir yaşam sürmesi açısından önemlidir. Toplumların refah derecesinde ve yaşam kalitesinde sağlıklı beslenme ve sosyo-ekonomik durum büyük ölçüde belirleyicidir. Küreselleşen dünyada ekonomik kalkınmaya duyulan ihtiyacın karşılanabilmesi sağlıklı bireylere, bireylerin sağlıklı olması da iyi bir beslenmeye bağlıdır (Dereli, 2006). Beslenme, anne karnında başlayıp yaşam boyu devamlılık gösteren bir süreçtir. Annelerin hamileyken sahip oldukları beslenme tarzı çocukların doğum kilosunu, sağlığını ve sonraki yaşamını etkilemektedir. Bu açıdan bakıldığında anne adaylarının ve tüm ebeveynlerin toplumun en önemli ferdi olan çocukları için beslenmenin yaratmış olduğu hayati önemin farkına varmaları gerekmektedir (Kutluay Merdol, 2012). Çocukların beslenme konusunda riskli grupları oluşturmaları ve çocukların beslenme ile ilgili problemler arasında büyüme ve gelişme; diş çürüğü ve fazla kilo gibi sağlık sorunları; kalp hastalığı, kanser ve diyabet gibi ciddi sağlık sorunlarının olması çocukların beslenmesine okul öncesi dönem çağında gereken önemin verilmesi büyük önem arz etmektedir (Baysal, 1995).

Bireylerin hem kendi sağlıklarını korumak hem de yaşam şartlarını iyileştirmek için tüm besinlerden ihtiyaç dahilinde alarak tüketim sıklığı dengesi kurmaları beklenen durum olarak tanımlanmaktadır (Tüber, 2015). Beslenme konusunda bilinçlendirilen bireyler beslenme ve sağlık arasındaki ilişkiyi yaşam boyu iyi bir şekilde sürdürerek devamlılık sağlamalıdır. Aksi takdirde olumsuz olarak devam eden davranış kalıpları ya da alışkanlıklar bireylerin hayatlarına etki etmekle kalmayıp toplumu da sarsacaktır. Hatalı beslenme uygulamaları sağlığı tehdit ederken bozulmuş birey sağlığı ise toplumların hem sosyal hem de ekonomik açıdan kaybedeceği ivmenin sorumlusu haline gelmektedir. Sonuç olarak kişisel gibi görünen bireylerin beslenme alışkanlıkları aslında tüm toplumu ilgilendiren hatta ayakta tutan yapıtaşdır (Sümbül, 2009; Tüber, 2015). Özellikle okul öncesi dönem çocuklarının temel beslenme ve yemek yeme davranışlarını bu dönemde ne ölçüde kazandığı ileriki yaşamlarındaki tutumlarının belirleyicisi olmaktadır (Ünlü, 2011;

Kurt ve Altun, 2014; Dinçer vd., 2017).

Günümüzde aileye bağlı etmenler, ekonomik etmenler, kalımsal faktörler, sosyo-kültürel etmenler, akran etkileşimi, medya ve okul ortamı gibi çeşitli durumlar çocukların beslenme alışkanlıklarında değişimlere sebep olmaktadır (Watt vd., 2001; Tüber, 2015). Beslenme konusunda davranış değişiklikleri gerçekleştirebilmek için eğitim etkili bir başlangıçtır (Pekcan, 2015). Olumlu beslenme davranışlarının kazandırıldığı okul öncesi çağı beslenme eğitimi açısından büyük önem taşımaktadır (Matheson vd., 2002). Genel olarak okullarda çok az zaman ayrılan beslenme eğitiminin çocukların beslenme bilgisi, tutumu ve davranışlarında istikrarlı değişikliklere yol açmada oldukça yetersiz kalması kaçınılmazdır (Brenowitz ve Tuttle, 2003). Bu nedenle çocukların gelişim düzeylerine uygun beslenme eğitim programlarının hazırlanması ve her eğitim kademesinde uygulanması beklenmektedir (Tüber, 2015; Uzşen, 2016). Bu açıdan beslenme eğitimi, çocuğun yakın çevresinden öğrendiği tüm beslenme bilgi ve alışkanlıklarını gözden geçirerek okul ortamında doğru olan davranışa yönelme eğilimi gerçekleştirmesini sağlayacaktır (Şanlıer ve AYTEKİN, 2004; Ataman, 2009).

Çocuklara verilecek olan eğitimler ile birlikte çocuklara yol gösterecek olan ailelere ve öğretmenlere önemli görevler düşmektedir (Aydos, 2013; Türker vd., 2016; Uzşen, 2016). Özellikle aileden sonra okul öncesi öğretmenlerinin çocuklardaki beslenme sorunlarını erken dönemde önleme konusunda önemli rol oynadıkları bilinmektedir (Sharma vd., 2013; Alay, 2019). Planlanacak olan tüm etkinliklerde çocuğun yeni bir bilgiyi anlaması, anlamlandırması ve en önemlisi içselleştirmesinde öğretmen hayati bir role sahiptir. Toplumun beslenme konusunda bilinçlendirilmesi noktasında eğitimcilerin bu konuda çok yeterli olamayışı süreci sekteye uğratan nedenlerin başında gelmektedir (DPT, 2003; Gündoğdu, 2009). Bu sebeple toplumun beslenme ve sağlık konusunda bilinçlendirilmesi için eğitimcilerin bu konuda eğitilmesi, örgün ve yaygın eğitim programlarının içeriğine beslenme eğitiminin dahil edilmesi, eğitimin her kademesinde beslenme bilincinin geliştirilmesine yönelik çalışmalar yürütülmesi ve beslenme rehberlerinin geliştirilmesi gerekmektedir (DPT, 2003). Okullarda uygulanan beslenme programlarının çocukların sağlık durumlarında iyileşmelere yol açtığı gibi akademik hayatlarında da olumlu gelişmelere vesile olduğu görülmektedir (Benli, 2019). Bu sebeple beslenme eğitimlerinin hazırlanmış uygun eğitim ortamlarında nitelikli ve planlı bir şekilde çocuklara sunulması gerekmektedir (Alay, 2019).

Ülkemizde formal eğitim içerisinde beslenme eğitimine gereken önemin verilmediği ve yeterli zamanın ayrılmadığı görülmektedir (DPT, 2003; Gündoğdu, 2009). Beslenme eğitimi öz-yeterliği ile beslenme eğitimi için ayrılan zaman arasında anlamlı bir ilişki olduğu bilinmektedir. Ayrıca doğru beslenme alışkanlıkları kazandırmanın öğrencileri hedeflenen davranışa ulaştırmadan ziyade öğretmenlerin öz-yeterlik duygularına da katkı sağladığı bilinmektedir. Birçok disiplinde yapılan araştırma, öğretmen öz-yeterlik düzeylerinin artırılmasına olan ihtiyacı gözler önüne sermektedir. Bu nedenle, öğretmenlerin daha fazla beslenme eğitimine odaklanması gerekmektedir. Eğitim; sadece beslenme bilgisi sağlamanın yanı sıra beslenme eğitimi öz-yeterliğini artıracak şekilde tasarlanmalıdır (Brenowitz ve Tuttle, 2003). Bunun için öğretmenler çocuklara etkili bir şekilde ulaşmak amacıyla bazı faktörleri göz önünde bulundurmalıdır. Eğitimin amacı dikkatlice belirlenmelidir. Eğitimciler, beslenme eğitimi konularını geliştirmek ve sunmak için kullanılacak teoriyi belirlemelidir. Bir beslenme eğitimi programının bu stratejik özelliklerini belirledikten sonra eğitimciler değerlendirme yaparak programın etkililiğini değerlendirmelidir (Powers vd., 2005).

Bir öğretmenin kendine olan inancı, farklı durumlarla karşılaştığında süreci analiz edebilme becerisi, yapabileceklerinin farkında olması ve süreci yönetmede sergilediği tutum, olayların üstesinden gelmesinde büyük rol oynamaktadır (Koç vd., 2015). Öğretmenin genel tutum ve tavırları, sürece yönelik bilgi ve becerisi bunun yanı sıra mesleki yeterlikleri de etkili unsurlardandır. Tüm bu kriterler ışığında, öğretmenin vereceği eğitime ilişkin planlamaya, uygulamaya ve değerlendirmeye yönelik öz-yeterlik algısı da sürecin amaca ulaşabilmesi açısından büyük önem arz etmektedir (Özlu, 2012; Koç vd., 2015). Aynı zamanda öz-yeterlik seviyeleri yüksek olan öğretmenlerin farklı yöntem ve metotları deneyip uygulamada, öğrencilere sınıf içerisinde doğru rol model olmada ve onlara isterlerse başarabilecekleri duygusunu aktarmada beceri sahibi oldukları görülürken karşılaştığı güçlüklerle karşı çözüm üretebilmede de yaratıcı oldukları (Hoy ve Spero, 2005; Özerkan, 2007) ve etkinlik sürecine daha hakim olup süreci daha iyi yönetebildikleri (Gibson ve Dembo, 1984) görülmektedir. Aynı zamanda öğretmenlerin sahip oldukları yeterlik ile öğrencilerin başarıları (Gibson ve Dembo, 1984; Wollfolk ve Hoy, 1990; Ross, 1992; Skaalvik ve Skaalvik, 2007), motive olma durumları (Midgley vd., 1989) ve öz-yeterlik inançları (Tschannen-Morgan ve Hoy, 2001) arasında güçlü ilişkiler bulunmuştur.

Sonuç olarak okul öncesi dönem çocuklarına verilecek beslenme eğitimleri,

çocukların beslenme kavramlarına dair doğru öğrenmeler gerçekleştirmelerine ve ileriki hayatları için doğru beslenme alışkanlıkları kazanmalarına olanak sağladığı (DPT, 2003; Gözübüyük, 2015; Benli, 2019) göz önüne alındığında bu eğitimin önemi konusunda farkındalığı yüksek ve beslenme eğitimi verme konusunda kendisini yeterli hisseden okul öncesi öğretmenlerine ihtiyaç duyulmaktadır. Okul öncesi öğretmenlerinin olumsuz beslenme alışkanlıklarının azaltılmasına yardımcı olabilecekleri düşünülmektedir. Beslenmeye dair uygulamalar yapabilmek için öğretmenlerin öz güven sahibi olmaları ve öz-yeterliklerinin yüksek olması beklenmektedir (Derscheid vd., 2014).

Genel olarak öğretmenlerin öğretimlerine yönelik öz-yeterliklerini araştıran çeşitli çalışmalar yapılmıştır (Hazır Bıkmaz, 2002; Özlü, 2012; Kadim, 2012; Çetingöz, 2012; Akyel ve Çalışkan, 2013; Güler ve Şahin, 2016; Çelik, 2017; Metin ve Aydoğan, 2018). Literatürde öğretmenlerin beslenme eğitimi konusunda kendilerini ne kadar yeterli hissettiklerini ve bilgi sahibi olduklarını ölçmeye yönelik yabancı çalışmalara rastlanmaktadır (Woodson vd., 1995; Brenowitz ve Tuttle, 2003; Idrovo vd., 2003; Lund, 2011; Derscheid, 2014; Hall, 2015). Bu çalışmaların genellikle ilköğretim öğretmenleriyle gerçekleştirildiği görülmüştür. Oysa beslenme eğitimi erken yaşlarda başlanmasının önemli olması, bu çalışmanın okul öncesi öğretmenleriyle temellendirilmesinin nedenleri arasındadır. Beslenme eğitimi erken yaşlarda başlanmasının önemli olmasının yanı sıra beslenme eğitimi verecek kişilerin öz-yeterlik düzeyinin önemli olmasından dolayı bu çalışma, okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi ile ilgili öz-yeterliklerini incelemeyi hedeflemektedir. Bu açıdan bu çalışma, alanında ilklerden olması nedeniyle önemli görülmektedir.

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı, okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi ile ilgili öz-yeterliklerini belirlemek ve çeşitli değişkenler açısından incelemektir.

Alt Amaçlar:

Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi ile ilgili öz-yeterlikleri ne düzeydedir?

Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi ile ilgili öz-yeterlikleri demografik özelliklere göre (yaş, cinsiyet, öğrenim durumu, kıdem, çalışılan yaş grubu, görev yapılan

okul türü, kadro durumu, sınıf mevcudu, beslenme eğitimi alma durumu, yeterli ve dengeli beslenme durumu) anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

Araştırmanın Önemi

İnsanoğlu tarih sahnesine çıktığı andan itibaren hayatta kalabilmek adına birçok mücadelenin içinde yer almıştır. Özellikle karnını doyurma amacıyla besin bulma adına verdiği uğraş önemli olmuştur. Günümüzde değişen dünya düzeni ile birlikte bireylerin hayat mücadelesi artmış ve temel ihtiyaç olan beslenmeye ayrılan zaman da buna bağlı olarak azalmıştır. Bunun etkisi olarak da yetersiz ve dengesiz beslenmenin artmış olması beraberinde birçok hastalığa sebebiyet vermektedir (Kavas ve Kavas, 2010; Uçar ve Aktaş, 2019). Yetersiz ve dengesiz beslenme sonucu kanser, ruhsal bozukluklar, mental gerilikler, şişmanlık, büyüme ve gelişme geriliği, diş çürükleri, diyabet gibi hastalıklar yaygınlaşmıştır. Özetle beslenmenin sadece hayatta kalmak için giderilmesi gereken bir ihtiyaçtan çok daha fazlası olduğu anlaşılmalıdır. Beslenme, her ne kadar fiziksel ve zihinsel bir ihtiyaç olarak ortaya çıksa da psikolojik ve sosyolojik açıdan da insanoğlu için önemli olmuştur (Cotugna ve Vickery, 2005).

İnsan sağlığının korunması çevre koşulları, kalıtım ve iklim gibi etmenlere bağlı olsa da beslenme bu etmenlerin başında gelmektedir. Ancak küresel boyutta artan yetersiz ve dengesiz beslenmeyle beraber yaygınlaşan beslenme sorunlarının önlenmesi için ülkelerin her alanda insan sağlığı ve beslenmeyle ilgili politikalarında değişimler yapması beklenmektedir (Kavas ve Kavas, 2010). Aksine beslenme bozukluklarına bağlı hastalıklara yakalanan birey sayısı arttıkça ülkenin sağlık, ekonomi ve eğitim alanlarındaki vizyonu da olumsuz etkilenmektedir. Gelişmekte olan ülkelerde sağlığa ayrılan kaynakların sınırlı olduğu bilinmektedir (Tosun, 2018). Ülkelerin, maddi kaynaklarını bozulan insan sağlığını iyileştirmek üzerine harcaması yerine birey sağlığını korumak adına başta alacağı önlemlere ayırması ve eğitim kademelerinde beslenme eğitimi çalışmalarının geliştirilmesi için harcanması hem ülkelerin hem de bireylerin yararına olacaktır. Küreselleşen ve gelişen dünyaya ayak uydurmak ve teknolojik gelişmelerden geri kalmamak adına bir ülkede mental olarak güçlü, fiziksel ve zihinsel olarak sağlıklı, yaratıcı ve yenilikçi bireylerin yetişmesi eğitim yoluyla insan sağlığını koruyucu ve hastalıkları önleyici içeriklere yer verilmesi büyük önem taşımaktadır (Kavas ve Kavas, 2010). Özellikle bir ülkenin en önemli unsuru olan çocukların sağlıksız beslenmesi, eğitim seviyesinde iyileştirmeler yapmak isteyen bir ülkenin çabalarını olumsuz etkilemektedir. İş ve üretim gücünü de olumsuz etkileyen bu

durum (Ataman, 2009) ancak etkili bir beslenme eğitimi ile ortadan kaldırılabılır (Demircioğlu ve Yabancı, 2003). Bu açıdan beslenme eğitime gereken önemin verilmesi gerekli görülmektedir. Beslenme eğitimi sayesinde yetersiz ve dengesiz beslenmenin önüne geçileceği düşünölmektedir (Sümböl, 2009). Beslenmeye bağlı yanlış tutumların ortadan kaldırılmasında eğitim başlıca çözüm yoludur (Powers vd., 2005). Okullar beslenme sorunlarının önlenmesinde ve sağlıklı beslenmenin bireylere küçük yaştan kazandırılmasında bu açıdan önemli yer tutmaktadırlar. Bu sebeple okul çocuklarının beslenme eğitimi konusunda amaca ulaşmada hedeflenen kesim olmaları olağandır (Ünusan, 2005). Eğitim ne kadar erken başlarsa o kadar etkili olur (Aygün, 1994 Akt. Yardımcı vd., 2015). Bu nedenle yeterli ve dengeli beslenme alışkanlıklarının kazandırılması okul öncesi dönemden başlamalıdır (Jonidies vd., 2002). Gelecek nesillerimiz olan çocukların erken yaştan itibaren büyüme ve gelişmelerinin sağlıklı bir şekilde ilerlemesinde alacakları beslenme eğitimi programlarının büyük katkısı olacaktır (Sütcü, 2006). Bu eğitimler ile çocukların hem okul hem de aile yaşantılarında sağlanacak değişimler kalıcı olacağından sağlıklı bireylerin artması da kaçınılmaz olacaktır (DPT, 2003; Yardımcı vd., 2015). Beslenme eğitiminin önemi bu denli ortadayken bu eğitimi verecek olan eğitimcilerden de beslenmeye dair kuramsal bilgi ve becerilerini artırıp öz-yeterlik algılarını yüksek tutmaları beklenmektedir (Sabbağ, 2003).

Beslenme eğitimi uygulamalarının yetersiz kaldığı ölkemizde öncelikle öğretmenlerin beslenme eğitimi konusunda bilgi sahibi olmaları beklenmektedir. Öğretmenlerin eğitim fakültelerinde beslenme ve beslenme eğitimi konusunda yeterli ders almıyor oluşları beslenme konusunun önemini yeteri kadar anlamalarına engel olabilmektedir. Oysa öğretmen yetiştiren yükseköğretim kurumlarında yeterli ve dengeli beslenen toplumun önemine bağlı olarak beslenme alanına ağırlık verilmesi ihtiyacı devam etmektedir (Ünusan, 2005). Okul öncesi öğretmenleri çocukların sağlıklı yemek yeme alışkanlıklarını etkilediği için okul öncesi dönem çocuklarının beslenme sorunlarını önlemede etkin rol oynamaktadırlar (Derscheid vd., 2010). Öğretmenlerin verilen beslenme eğitimlerinin çocukların olumlu yeme alışkanlığı kazanmalarında önemli olduğunu düşündükleri (Gündoğdu, 2009) ancak katılmayı en az istedikleri programın çocuk beslenmesi olduğu saptanmıştır. Oysa okul öncesi öğretmenlerinin özellikle çocuk beslenmesine dair donanımlı olması, sahip oldukları beslenme bilgilerini pedagojik bilgileriyle de destekleyerek çocuklara yaratıcı etkinlikler yoluyla sunabilmesi önemlidir (Cömert, 2003 Akt. Oğuz ve Önay Derin, 2013).

Literatür incelendiğinde okul öncesi dönem çocuklarının beslenme alışkanlıkları ve beslenme eğitimi üzerine (Demircioğlu ve Yabancı, 2003; Gürel vd., 2004; Ünver ve Ünüsan, 2005; Powers vd., 2005; Ataman, 2009; Tuuri vd., 2009; Öztürk, 2010; Sormaz, 2013; Zembat vd., 2015; Cebirbay ve Aktaş, 2016; Şenturan, 2017; Akder vd., 2018) çeşitli çalışmalar olduğu görülürken okul öncesi öğretmenlerinin beslenme bilgi düzeylerine ilişkin çalışmalara da rastlanmaktadır (Gündoğdu, 2009; Songür vd., 2017). Okul öncesi öğretmenlerinin öz-yeterlikleri üzerine ise daha çok oyun, drama, yaratıcılık, çevre, fen ve matematik eğitimi (Hazır Bıkmaz, 2002; Özlü, 2012; Kadim, 2012; Çetingöz, 2012; Akyel ve Çalışkan, 2013; Güler ve Şahin, 2016; Çelik, 2017; Metin ve Aydoğan, 2018) alanlarında çalışmaların yapıldığı görülmektedir. Brenowitz ve Tuttle (2003) da literatürde genellikle öğretmenlerin matematik, fen ve sağlık konularındaki öz-yeterlikleri üzerine birçok çalışma olduğunu ifade etmiştir. Bu açıdan beslenme eğitimi öz-yeterlik konusunun okul öncesi öğretmenleriyle çalışılmasının alanla ilgili çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu çalışma ile okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi öz-yeterlik düzeylerinin ölçülmesi ve öz-yeterliklerinin çeşitli değişkenler açısından karşılaştırılması hedeflenmektedir.

Varsayımlar

Çalışmaya katılan okul öncesi öğretmenlerinin “Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği”nde ve “Kişisel Bilgi Formu”nda yer alan sorulara içtenlikle ve yansız cevap verdikleri varsayılmıştır.

Sınırlılıklar

Çalışma, 2019-2020 Eğitim-Öğretim yılında Bitlis ili merkez ve Tatvan, Ahlat, Adilcevaz, Güroymak, Mutki, Hizan ilçelerinde bulunan Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı resmi ve özel anaokulları ile ilkokulların bünyesindeki anasınıflarında görev yapmakta olan okul öncesi öğretmenleriyle sınırlıdır.

Çalışmada elde edilen veriler, okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterlik algıları ile sınırlıdır.

Tanımlar

Beslenme Eğitimi: Bireylerin besin seçimi, besin çeşitliliği ve yeterli beslenme konularına dair olumlu olarak istendik yönde davranış değişikliği göstermeleri adına çeşitli

paydaşların iş birliği ile tasarlanıp uygulanan eğitim stratejisidir (Contento, 2008).

Öz-yeterlik: Kişinin isteği doğrultusunda yeni şeyler üretebileceklerine ve belli performansları sergileyebileceklerine dair inançlarıdır (Bandura, 1977; Ashton, 1984; Maddux, 2000).

Yeterli Beslenme: Vücudun yaşamsal fonksiyonları yerine getirebilmesi için ihtiyaç duyulan enerjinin sağlanması durumudur (Arlı vd., 2020).

Dengeli Beslenme: Enerji dışındaki diğer besin öğelerinin de vücuda alınması olarak tanımlanır (Tüber, 2015; Kutluay Merdol, 2008).

Yeterli ve Dengeli Beslenme: Vücudun ihtiyaç duyduğu enerjinin diğer besin öğeleriyle birlikte alınması olarak ifade edilir (Sümbül, 2009; Sarar, 2018).

1. BÖLÜM

1. KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

1.1. Kuramsal Çerçeve

1.1.1. Beslenme Kavramı ve Önemi

Büyüme ve gelişme kavramları birçok unsurdan etkilenmektedir. Bunların başında da genetik, hormonal, çevresel ve davranışsal etmenler gelmektedir. Büyüme ve gelişme ilk olarak kalıttan etkilenir de diğer faktörlerin de etkisi yadsınamaz bir gerçektir. Çocukluk dönemindeki bireysel farklılıklar da bu konuda önemli yer tutmaktadır. Cinsiyet başta olmak üzere büyümeyi etkileyen hormonların salgılanma miktarı bu konuda belirleyici olmaktadır (Özmert, 2005). Annenin gebelik öncesi ve sonrası beslenmesi bebeğin beslenmesini de etkilemektedir. Eğitimli anne babalar, hijyenik sağlık koşulları ve iyi rehber olabilen bir çevre hiç kuşkusuz çocuğun büyüme ve gelişmesinde önemli rol oynayan beslenmenin, kalitesini artırmaktadır. Ayrıca büyümenin izlenmesi ve gelişmenin takibi doğumdan hemen sonra başlayarak çocukluk çağında da sürdürülmelidir çünkü bu ölçümler olası beslenme yetersizliklerini ortaya koymaktadır. Büyümenin beslenmeyle olan ilişkisi bu açıdan oldukça önemlidir (Arlı vd., 2020; DPT, 2003).

Sağlıklı olmak, temelde yeterli ve dengeli beslenmeye bağlıdır (Dereli, 2006). Ülkemizde de yıllar içerisinde ekmek, süt, yoğurt, et, sebze ve meyve tüketiminin azaldığı görülürken kurubaklagiller, yumurta ve şeker tüketiminde ise artış olduğu saptanmıştır (DPT, 2003). Aynı zamanda gün içerisinde beş besin grubundan da besin tüketen kişilerin günlük enerji ve besin ihtiyaçlarının karşılandığı bilinmektedir. Günlük alımlarda süt, meyve ve tahıl gruplarından eksikler kaldığında vücuttaki kalsiyum ve çinko oranında azalma görülmektedir. Bunun yanı sıra yağlar ve şeker yüksek oranda tüketilirse besin piramidindeki günlük alım miktarlarına oranla dengesizlikler oluşur. Gün içerisinde her besin grubundan ölçülü ve yeterli miktar tüketilmelidir (Baysal, 2003; Arlı vd., 2020). Besin çeşitliliği, sağlıklı ve doğru beslenebilmenin ön koşullarından biriyken besin öğelerinin eksik alımı ya da sadece bir kısmının çok fazla tüketilmesi gelişimi olumsuz etkilemektedir. Bireylerin besin seçimleri yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey, çevre ve yaşam tarzları çerçevesinde şekillenmektedir. Tüm yaş grubundan bireylerin her gün özellikle süt ve süt ürünlerini tüketmesi gerekmektedir (Tüber, 2015). Son 20 yılda süt tüketiminde azalma

olurken meyve ve sebze tüketiminde ise artış gerçekleştiği görülmektedir (Powers vd., 2005). Örneğin ABD’de 2-19 yaş arası çocukların % 16.3’ünün obez olduğu kaydedilmiştir. Ülkemizde ise son 20 yılda % 6-7’den % 15-16’ya çıktığı görülmüştür. Obeziteye neden olan birçok faktörün olduğu bilinse de başlıca sebepleri arasında olumsuz yeme alışkanlıkları ve fiziksel aktivite yetersizliği gelmektedir. Bu durum özellikle çocuklar arasında obezite prevalansında artışa neden olmaktadır. Bu durumun önlenmesi için erken yaşlarda kazandırılacak olan olumlu yeme davranışları ve yeterli düzeyde yapılacak olan fiziksel aktiviteye gerek duyulmaktadır (Arlı vd., 2020).

Bireylerin yeterli ve dengeli beslenmesi, sağlıklarının korunması ya da varsa hastalıklarının iyileştirilmesi, bir toplumu istenilen düzeye ulaştırmakta ve toplumun yaşam standartlarını yükseltmektedir. Bireylerin sağlıklı olabilmek için beslenmeye verilmesi gereken önemi kavrayabilmeleri adına beslenme ve sağlık konularında bilgilendirilmeleri ve çeşitli eğitimlere tabii tutulmaları gerekmektedir (DPT, 2003).

1.1.1.1. Yeterli ve Dengeli Beslenme

Yeterli ve dengeli beslenme çocukların tüm gelişim alanlarına etki ederken bilişsel gelişim üzerinde de büyük rol oynamaktadır. Bilişsel gelişim genetik faktörlere ve çevreye göre şekillense de yeterli ve dengeli beslenmenin de etkisi söz konusudur (Demircioğlu ve Yabancı, 2003; Şenturan, 2017).

Vücudun yaşamsal fonksiyonları yerine getirebilmesi için ihtiyaç duyulan enerjinin sağlanması durumuna yeterli, enerji dışındaki diğer besin öğelerinin de vücuda alınmasına dengeli, her iki alımın da gerçekleştirilmesine ise yeterli ve dengeli beslenme denir. Yeterli ve dengeli beslenme için besin çeşitliliği ön koşuldur (Arlı vd., 2020). Besin çeşitliliğine dayalı beslenmenin sağlanamaması birçok hastalığı da beraberinde getirmektedir. Herhangi bir besin grubunun tek başına diğer besin gruplarının sağladığı etkiyi göstermesi beklenemez. Sağlıklı ve dengeli beslenme için dört yapraklı yoncada bulunan besin gruplarının hepsi aynı öğün içerisinde tüketilmelidir. Bu dört yapraktaki besin grupları; süt ve süt ürünleri, et, yumurta, kuru-baklagiller, sebze ve meyveler, ekmek ve tahıllar olarak belirtilmiştir. Bu dört besin grubunun yanı sıra diğer öğünlerde de besin çeşitliliğine dikkat edilmelidir (Besler ve Rakıcıoğlu, 2015). Sosyo-ekonomik koşulların etkili olduğu besin çeşitliliğine dayalı beslenme, vitamin ve mineral eksikliklerinin de önüne geçmektedir. Ekonomik sıkıntılar sebebiyle günümüzde daha az hayvansal kaynaklı besin tüketen

çocuklarda birtakım eksiklikler gözlenmektedir (Baysal, 1981). Protein açısından zengin olduğu bilinen hayvansal kaynaklı besinlerin eksikliğinde çocuklarda % 7-8 oranında olması beklenen protein/enerji miktarı düşük seyretmektedir. Protein eksikliği durumunda da 0-6 yaş arası çocuklarda kuaşiorokor, zayıflama, enfeksiyonlu hastalık riskinde artış, anemi ve gelişim geriliği gibi sonuçlar ortaya çıkmaktadır (Güneyli ve Arslan, 1981; Şenturan, 2017)

Yetersiz beslenmeden kaynaklı sağlığı bozulan çocukların gelişimlerdeki gerilikler büyüdükçe akranlarına oranla gözle görülür hale gelir. Genetik olarak boylarının kısa olduğu bilinen toplumlarda bu durum düzenli beslenme alışkanlıklarının kazandırılması ile aksine çevrilmiştir. Bu kişilerde boy uzaması görülmüştür (Özmert, 2005). 50-60 yıl öncesine oranla doğan bebeklerin boy ve kilolarındaki artış gözle görülür bir gerçek haline gelmiştir. Bu durumların hepsine neden olan şey iyileştirilmiş beslenme alışkanlıklarıdır (Sümbül, 2009; Arlı vd., 2020).

Çocukların büyüme ve gelişmeleri için yeterli ve dengeli beslenmeleri gerekmektedir. Enerji alımının artması ve fiziksel aktivitenin azalması kilo alımına yol açmaktadır. Çocukların sağlıklı beslenme alışkanlığını kazanmaları gerekmektedir (Tüber, 2015). Çocukların ihtiyaçlarını karşılayacak ve elzem miktarda enerji verecek besin alımı için besin gruplarının her birinden tüketmeleri gerekmektedir. Özellikle de çocukların bilgisayar ve televizyon karşısında harcadıkları zaman arttıkça beslenme alışkanlıkları da olumsuz etkilenmektedir (Demircioğlu ve Yabancı, 2003).

WHO (Dünya Sağlık Örgütü)'nun ve Amerikan Beslenme Rehberi'nin yeterli ve dengeli beslenmeye ilişkin önerilerinden bazıları şu şekildedir:

- Enerji alımına dikkat edilerek kilo artışı dengelenmelidir.
- Besin çeşitliliğine bağlı beslenmeye özen gösterilmelidir.
- Doymamış yağların (soya, kabuklu yemişler vb.) tüketimi doymuş yağlara (tereyağ, et, süt ve süt ürünleri vb.) oranla daha fazla tercih edilmelidir.
- Bitkisel kaynaklı yiyeceklerin tüketimi arttırılmalıdır.
- Karbonhidrat ve şeker alımı azaltılırken posa alımı arttırılmalıdır.
- Tuz tüketimi azaltılmalıdır.
- Fiziksel aktivite arttırılmalıdır (Arlı vd., 2020).

Düzenli ve sağlıklı öğünler çocukların bilişsel işlevlerini arttırırken okuma ve okuduğunu anlama becerilerine de hız kazandırır. Derslerde konsantrasyonu sağlama, dikkatini vermede ve hafızayı geliştirmede de kendini gösterdiğinden çocukların okul başarıları da bu durumdan olumlu yönde etkilenmektedir (Alp, 2018). Yeterli ve dengeli beslenme alışkanlığına sahip olmayan çocukların hafif şişman ve şişman olma oranları daha fazladır. Hafif şişman ve şişman çocuklarda kilo verme ya da kilo alımının durdurulması hem sağlıklarını koruma hem de yaşam kalitelerini arttırma konusunda kritik bir noktadır (Tüber, 2015).

1.1.2. Okul Öncesi Dönemde Beslenme

Çocukların ilk sosyal ortamı ailesidir. 0-6 yaş çocukları aile ortamından sonra ilk kez okul öncesi eğitim kurumları sayesinde farklı bir çevreye girmiş olur. Okul öncesi eğitim kurumunda her açıdan gelişen ve büyümeyi destekleyici sosyal ortamın içinde olan çocuk, çevresindekileri taklit ederek öğrenir. Bu yaşlarda kazanacakları davranışlar yetişkinlikte de devam etmektedir. Bu açıdan bakıldığında yeterli ve dengeli beslenme alışkanlıklarının oluşturulması bu dönem çocukları için oldukça önemlidir. Yapılan araştırmalar da göstermiştir ki yetişkinlerin beslenme davranışları doğrudan çocukların beslenme biçimlerine etki etmektedir (Köksal ve Gökmen Özel, 2008; Kutluay Merdol, 2008; Akder vd., 2018; Arlı vd., 2020).

Okul öncesi dönemdeki çocuklar besin seçimi konusunda yetişkin desteğine ihtiyaç duyarlar. Yiyecekleri besinleri seçme konusunda tek başına karar veremeyen ve doğru yönlendirmeye ihtiyaç duyan bu yaş grubu çocuklarına öncelikle anne, baba ve diğer aile büyükleri önderlik eder. Bu durum sağlıklı ve yeterli beslenecekleri şekilde yönlendirilen çocuklar için örnek teşkil etmektedir. Böylece çocukların zamanla yemek seçimlerinde farkındalık meydana gelir. Ev ortamında kazanmaya başladıkları doğru yemek seçimi ve olumlu beslenme alışkanlıkları çocukların hayatını da etkilemektedir. Okul ortamında da devam ettirildiği görülen bu alışkanlıklar ileriki yaşlarda dahi çocuklar için erken yaşta kazanılmış bir değer olarak görülmektedir (Ünlü, 2011; Altıncı, 2017).

Her çocuğun yaşamının ilk yıllarında dikkatli bir şekilde gözlemlenmesinin ve ebeveynleri tarafından gelişim aşamalarının takip edilmesinin önemi büyüktür. Çocuğun ileriki yaşamındaki gelişimi okul öncesi eğitim kurumlarında izlenmeli, kaydedilmeli ve ebeveynlerle paylaşılmalıdır (Curtis ve O'Hagan, 2003; Dağlıoğlu, 2010).

Okul öncesi dönem çocuklarının günlük öğünlerinde beş besin grubuna da yer verilmesi gerekmektedir. Et ve türevleri, süt ve süt ürünleri, tahıllar, sebze ve meyveler olmak üzere tüm besin gruplarından günlük menülerde önerilen porsiyonlar dahilinde tüketilmesi gerekmektedir. Özellikle tatlı yiyecekler tüketmeye eğilimli çocuklar şekerlemeler yerine meyve tüketimine özendirilmelidir. Ayrıca daha küçük yaşlardayken fazla tuz tüketiminin önüne geçilmelidir (Pekcan vd., 2015).

1.1.2.1. Okul Öncesi Dönem Çocuklarında Görülen Beslenme Sorunları

Ülkemizin beslenme konusunda gelişmekte olan bir ülke olduğu söylenebilir. Beslenme ile ilgili çeşitli sorunların mevcut olduğu da görülmektedir. Bakıldığında üzerinde yaşadığımız coğrafyada beslenme bilgi ve alışkanlıkları bölgelerin gelişmişlik düzeyine, kültürel ve ekonomik faktörlere göre çeşitlilik göstermektedir. Bu durumun oluşmasına, farklılaşan gelir dağılımları neden olsa da beslenme konusundaki bilgisizlik ya da hatalı tutumlar, var olan beslenme sorunlarının artmasında rol oynamaktadır (Aksu ve Özcan, 1981; DPT, 2003).

Beslenmenin önemi konusunda yetişkinlerin yeterli farkındalığa sahip olmaması ve düşük eğitim düzeylerinin, o toplumda yetişen çocukların beslenme alışkanlıklarını da olumsuz etkileyeceği öngörülmektedir. Beslenmenin çocukluk döneminde birçok hastalığın sebebi olduğu gibi bebek ve çocuk ölümlerinde de rol oynadığı görülmektedir (Turgay, 1974; Pekcan, 2015). Anemi, guatr, fiziksel ve mental gerilik, cücelik, erken doğum, raşitizm beslenme bozukluklarının bir sonucu olarak görülen hastalıklardandır. Kötü beslenme alışkanlıklarına bağlı olarak gelişen hastalıkların görülme oranının gelişmemiş ya da gelişmekte olan ülkelerde daha fazla olduğu bilinmektedir. Örneğin d vitamini yetersizliğinden kaynaklanan raşitizm hastalığının gelişmiş ülkelerde hiç yok denecek kadar azaldığı bilimsel bulgular arasındadır. Kalp damar hastalıkları, şeker hastalığı, kanser gibi kronik hastalıklar ise daha çok dengesiz beslenme ve şişmanlık sonucu görülmektedir (DPT, 2003; Koyuncu Şahin, 2018; Arlı vd., 2020). Demir eksikliği, açlık/iştah, besin boğulmaları ise genel olarak okul öncesi dönem çocuklarının beslenme davranışlarını etkileyen sorunlar olarak karşımıza çıkmaktadır.

1.1.2.1.1. Demir Eksikliği

Demir eksikliği okul öncesi dönemi çocuklarında sık görülen bir problemdir. Hemoglobin seviyesinin 100 gr/lit'nin altına inmesiyle oluşan bir durumdur. Bu beslenme

probleminin ortaya çıktığı çocuklara bakıldığında genellikle düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip olan ailelerden geldikleri görülmektedir. Bu nedenle yumurta ve kırmızı et çeşitlerinin az tüketilmesi veya hiç tüketilmemesi sonucu oluşan bir sağlık sorunu olması bu bulguyu destekler niteliktedir. Demir eksikliği görülen çocuklar; akademik alanda başarısızlık, odaklanamama, dikkat dağınıklığı ve anlamada güçlük çekme gibi sorunlarla karşı karşıya kalırlar. Özetle demir eksikliği olarak başlayan bu durum zamanla tüm gelişim alanlarına da etki etmektedir. Bu nedenle demir açısından zengin beslenmeye dikkat edilmelidir (Turan, 2016). Okul öncesi dönem gelişimsel olarak kritik bir süreci kapsaması sebebiyle hastalıklar konusunda da titiz davranılması gereken bir dönemdir. Özellikle bu dönemde beslenme bozukluğu sorunlarının fazla olduğu bilinmektedir. Yapılan çalışmalar da beslenme bozukluğu riskinin en yüksek seyrettiği grubun okul öncesi çocukları olduğunu göstermektedir. Planlı, düzenli ve içerik olarak zengin menüler sunulmayan çocuklarda birçok vitamin ve mineral eksikliği ortaya çıkmaktadır. Başta ekonomik sebeplerden kaynaklı olarak sağlıklı beslenmenin görülemediği ailelerde büyüyen çocuklarda gelişimsel gerilikler meydana gelmektedir. Bu durumun tam tersi olan yüksek gelire sahip ailelerde ise çocukların yağ ve enerji alımlarının fazla olduğu saptanmıştır. Oysaki ölçülü beslenme alışkanlığı en doğrusudur. Bu dönemde çocuklarda seyreden beslenme bozukluklarının ilki demir eksikliğidir (Oğuz ve Önay Derin, 2013; Arlı vd., 2020).

1.1.2.1.2. Açlık ve İştah

Açlık kavramı, besin alımlarına rağmen bu besinlerin vücudun ihtiyacını beklenen düzeyde karşılayamaması olarak tanımlanır. İştah ise besinleri tüketmeye karşı oluşan istek ve haz durumudur. Kokusu, tadı ve görüntüsü çocuklar için cazip ve lezzetli olan besinler iştah açıcıdır. Okul öncesi dönemde iştah açıcı besinlerle karşılaşan çocuklar besinlere karşı iyi izlenim oluştururlar. Ancak hem görsel açıdan hem de lezzet açısından damağa hoş gelmeyen tatlar ise çocukların besin tüketmeye karşı olan tavrını olumsuz etkiler. Okul öncesi dönem çocukları sürekli hareket halinde oldukları için çoğu zaman acıktıklarını hissetmez ya da oyun içerisinde bu duygularını ertelerler. Ancak uzun süre aç kalmak çocuklarda birtakım değerlerin düşmesine neden olurken bir yandan da uzun süreli açlığa alışmış olurlar. Çocukların sevmediği ya da yerken haz almadıkları yiyeceklerin, vücuda sağladıkları faydanın yeteri kadar olmadığı da bilinen bir gerçektir. Bu nedenle çocuklara sürekli farklı alternatifler sunmak bu durumu aşmalarında büyük bir adımdır. Çocukların her yeni besini kabullenmesi zaman alsa da bu süreç tanıdık besinlerin takviyesi ile

desteklenebilir (Uzşen, 2016; Uysal, 2018; Arlı vd., 2020).

Çocukların tükettikleri en yaygın atıştırma yiyecekler tatlılar, çikolata, bisküvi, tost ve çips olarak kaydedilmiştir. Çocuklar tarafından yenen yiyeceklerin çoğu “sağlıksız” olarak kabul edilmektedir. Yetişkinlerin ise çocuklara kıyasla daha sağlıklı beslendikleri görülmüş ve tükettikleri beş yiyecekten üçü “sağlıklı” olarak nitelendirilmiştir. Genel olarak en sık yedikleri yiyeceklerin tost, çikolata, bisküvi, elma ve yoğurt olduğu bildirilmiştir (Brown ve Ogden, 2004).

1.1.2.1.3. Besin Boğulmaları

Besin boğulmaları genellikle 1-3 yaşları arasında sıklıkla görülen ölüm riski yüksek bir durumdur. Katı yiyeceklere geçişle başlayan bebeklik sürecinden itibaren yutma ve çiğneme sorunlarından kaynaklı olarak boğulmalar meydana gelmektedir. Özellikle de fındık, fıstık, üzüm, leblebi gibi küçük besinlerin tüketimi sırasında bu risk daha fazladır. Ayrıca sert kabuklu ya da damağa yapışma ihtimali olan ezme, reçel gibi besinlerin alımı da boğulma sorunlarına yol açmaktadır (Arlı vd., 2020).

1.1.2.2. Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Beslenme Davranışlarını Etkileyen Etmenler

Bir çocuğun hayatının ilk beş yılı, hızlı bir büyüme ve öğrenme dönemidir. Bu nedenle çocukların sosyal ve fiziksel gelişimlerini teşvik edecek faaliyetlere ihtiyaçları vardır (Curtis ve O’Hagan, 2003). Bu sebeptendir ki okul öncesi çağındaki çocuklara doğru içerikler sunmak ve sağlıklı beslenme alışkanlıkları kazandırmak büyük önem arz eder. Gelecek nesillerin sağlıklı büyümesi ne ölçüde yeterli ve dengeli beslendiklerine bağlıdır. Yeterli ve dengeli beslenmeyi öğrenmelerinde ise aile ve okul ortamının, akran etkileşiminin ve medyanın önemi büyüktür (Özer vd., 2017).

1.1.2.2.1. Aile Ortamı

Okul öncesi dönem hem oyun hem de taklit çağı olarak adlandırılmaktadır. Çocukların oynayarak keşfettikleri ve yeni deneyimlere de yine oyun içerisinde ulaştıkları bilinmektedir. Hareket halindeki aktif çocuklar oldukça fazla enerji harcamaktadırlar. Harcanan enerji besin ögesi ihtiyaçlarını da artırmaktadır. Okul öncesi çocukları için bu dönemde aktif olmak sağlık göstergesi olarak ifade edilir. Bu yüzden ki taklit döneminde olan ve çevresindeki insanların davranışlarını taklit ederek öğrenen çocukların beslenme

biçimlerinin düzeltilmesi konusuna önem verilmektedir. Özellikle anne ve babalar bu konuda önemli rol modeldirler (Arlı vd., 2020). Çocukların yeme davranışları ilk olarak aile sofrasında şekillenmeye başlar. Anne ve babanın besin tercihleri, yemek sofrasındaki tutumları ve çocuklara sundukları besinler çocukların beslenme alışkanlıklarının ne yönde oluşacağını belirleyen önemli unsurlardandır (Bulcun vd., 2018 Akt. Güldalı Dereli, 2019).

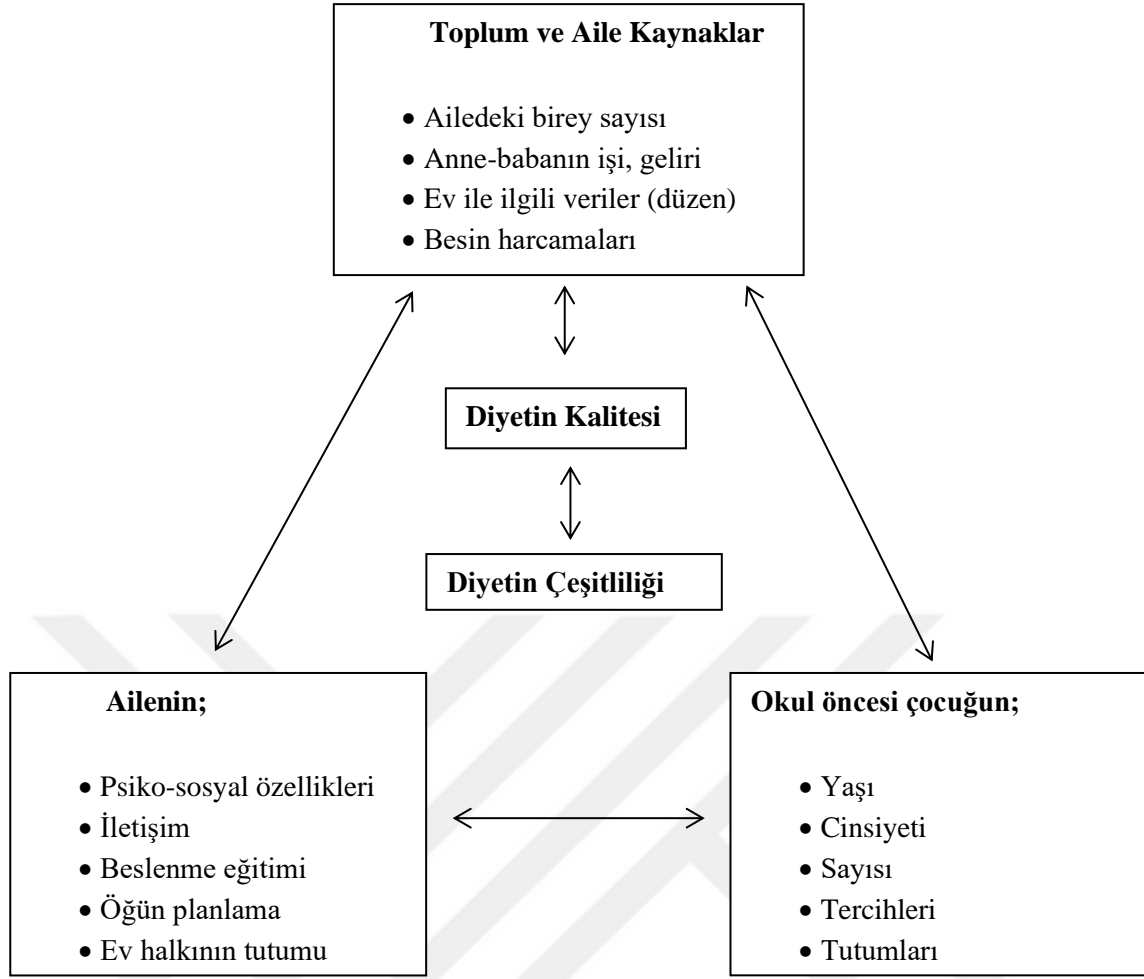
Okul öncesi dönem çocukların ebeveynleri, çocukları için birincil sosyalleşme ortamını sağlar. Aile ortamının davranış, tutum ve bilgiyi yapılandırmada önemli etkisi vardır (Hindin vd., 2004). Lohse vd. (2012) 'nin yaptıkları çalışmada ailelerin konuyla ilgili bilgi düzeyi arttıkça çocuklarının sağlıklı beslenme üzerindeki olumlu etkilerinin arttığı anlaşılmıştır. Bu sebeple beslenme eğitime aileyi de dahil etmenin önemi kuşkusuz büyüktür. Yetişkinlerin çocuk üzerindeki rol modelliği önemli bir rol oynar. Çocuklar genellikle yetişkin davranışlarını taklit eder. Bu nedenle, günlük yaşamda veya yemek zamanı boyunca ebeveynlerin yemeklere olan tutumları çocukların yiyecekleri nasıl kabul ettiği ve beslenme davranışları konusunda etkili faktörlerdir. Çocuklarda sağlıklı yeme alışkanlıkları oluşturmak ebeveynlerin beslenme konusundaki davranışlarında tutarlılık göstermesi ile mümkün olmaktadır (Ping vd., 2016)

Brown ve Ogden (2004) çocukların yeme tutumları ve davranışları üzerinde ebeveyn etkisini görmek amacıyla atıştırma yiyeceklere odaklanarak bir çalışma gerçekleştirmiştir. Sonuç olarak olumlu ebeveyn modeli sergilemenin bir çocuğun beslenmesini düzenlemede ve çocuğa olumlu beslenme alışkanlıkları kazandırmada iyi bir yöntem olacağı görülmüştür. Gelişmiş bir ülkede yapılan çalışmada çalışmaya katılan annelerin yarısından fazlasının yiyecek alışverişlerine çocuklarıyla beraber gittikleri saptanmıştır. Çocukların ise market alışverişlerinde en çok yönedikleri grubun şekerlemeler olduğu görülmüştür (Arlı vd., 2020). Idrovo vd. (2013)'nin çalışmasında da ebeveynlerin katılımının, beş yaşın altındaki çocuklar için beslenme programlarının başarılı bir şekilde uygulanmasında etkili olduğunu göstermiştir. Ebeveynler, özellikle erken çocukluk döneminde evde çocukları için yiyecek seçme ve sağlamada öncü bir rol oynamaktadır. Şahin ve Filiz (1999)'in okul öncesi dönemde beslenme kavramının gelişimi üzerine ailenin etkisini değerlendirmek amacıyla yaptıkları çalışmada ise çocuğuna beslenme ile ilgili kitap okuyan anneler ve bazen okuyan anneler arasında anlamlı fark bulunmuştur.

Üzerinde durulması gereken bir diğer önemli nokta ise tüketilen besin miktarının yanı sıra yeni besinleri tüketmeye olan yatkınlıktır. Yeni deneyimler çocukları farklı damak

tatlarına ulaştırır. Ancak çocukların ne kadar yeni ve farklı besinlerle karşılaşacağı özellikle annenin aldığı beslenme eğitimine bağlı olarak şekillenmektedir. Annenin bu konuda eğitimi olması çocukların beslenmesini de zenginleştirmektedir. Yapılan araştırmalarda annelerin en çok besin seçimi ve menü planlama konularında desteğe ihtiyaç duydukları vurgulanmıştır. şu da unutulmamalıdır ki iyi bir beslenme eğitimine sahip anneler, gelir dizeyleri kötü dahi olsa bilinçli öğün planlamalarıyla çocuklarına sağlıklı içerikler sunabilirler. Yemek saatlerinin sakin ve huzurlu bir ortamda yenmesi, yemek yeme sırasında televizyon gibi dikkat dağıtan durumların olmaması, yemek saatlerinin her gün düzenli olarak aynı saatte yenmesi, porsiyonların çocukların yiyebileceği miktarda olması, çocukların yeni bir besini kabullenmesinde aşama aşama ilerlenmesi, yemeklerde çocuğun varlığının ve söz hakkının önemsinmesi, yemeklerin çocuğun ilgisini çekecek bir sunumla servis edilmesi çocuklara doğru beslenme alışkanlığı kazandırmada oldukça etkilidir (Gözübüyük, 2015; Alp, 2018; Arlı vd., 2020) .

Sonuç olarak anne baba tutumları beslenme konusunda oldukça önemlidir. Otoriter ebeveynlerin çocuklarının beslenmesi konusunda daha titiz davrandıkları, çoğunlukla onlara demir ve kalsiyum açısından zengin yiyecekler sundukları saptanmıştır. Hoşgörülü ailelerin ise beslenme konusunda çocuklarını serbest bırakarak çocuklarının sağlıklı olmayan beslenme alışkanlıkları kazanmalarına yol ağtıkları görölmüştür. Diğer faktörler ise aşağıdaki gibidir:



Şekil 1.1. Çocuğun Beslenmesini Etkileyen Faktörler

1.1.2.2.2. Okul Ortamı

Çocukluk çağındaki beslenmeye bağlı hastalıkların çocukların tüm gelişim alanlarına etkisi olduğu hatta bazı kronik hastalıkların hayat boyu kalıcı etkiler bırakabildiği göz önünde bulundurulduğunda hastalıkların iyileştirilmesinden ziyade sağlıklı beslenme alışkanlığının edinilmesi çocukların sağlıkları açısından daha önlemler ve etkili bir çözüm olacaktır. Bu dönemde çocuklara beslenmeye dair olumlu bakış açısının kazandırılması zor ve bir o kadar zaman alıcı olsa da başarılı olduğu takdirde yaşam kalitesi yüksek bir gelişim sürecinden geçecekleri bilinmektedir. Bu yüzden özellikle okul öncesi eğitim kurumlarında beslenme eğitimleri düzenlenmektedir. Planlı bir şekilde okul öncesi eğitime entegre edilen bu eğitim çocuklarda olumlu beslenme algısının oluşmasına ya da olumsuz olan beslenme algılarını iyileştirmede güçlü bir yol olarak görülmektedir. Somut olanı, kolay geleni, bildiğini, yakın hissettiğini daha iyi ve kolay öğrendiği bilinen okul öncesi dönemi çocukları için geleneksel yöntemlerden ziyade aktif olarak katılım gösterebilecekleri bir eğitim süreci geçirmeleri olumlu davranışları kazanmalarında büyük etkiye sahip olacaktır (Akder vd.,

2018).

Toplumdaki fertlerin alışkanlıklarını oluşturmaya başladıkları dönemin okul çağı olduğu göz önünde bulundurulduğunda (DPT, 2003), okullarda uygulanması öngörülen beslenme eğitimleri çocuklara olumlu beslenme alışkanlığına dair birçok beceriyi kazandırabilmektedir. Ayrıca hastalıklardan korunmalarını sağlarken sonraki yaşamlarında yetişkinlik çağı hastalıklarına yakalanmalarını da önlemektedir (Baysal, 1999; Sormaz, 2013).

Bireylerin olumlu beslenme alışkanlıkları kazanmalarında her ne kadar çevrenin büyük bir etkisi olsa da beslenme eğitiminde formal yaşantıların etkisi çok büyüktür (Ermış vd., 2014). Beslenmeye duyarlı programlar, beslenmeye özgü müdahalelerin artmasına yardımcı olabilir ve küçük çocukların tam potansiyelleriyle büyüüp geliştirebilecekleri teşvik edici bir ortam yaratabilir. Okullarda beslenme eğitimi için geliştirilmiş rehberlik ve müfredatla beslenme bilgisi ve uygulamalarını geliştirmek ve okul çocukları hazırlamak için okulların kullanılmasına vurgu yapılmaktadır (Ruel vd., 2013).

1.1.2.2.3. Akran Etkileşimi

Akraba ya da akranların sahip olduğu beslenme alışkanlıkları çocukları doğrudan etkilemektedir (Arlı vd., 2020).

Sosyal Öğrenme Teorisi (Bandura, 1977) doğrultusunda, bazı araştırmalar gözlemsel öğrenme ve modellemenin rolünü vurgulamıştır. Birch (1980)'in yapmış olduğu çalışmada akran modelleme, çocukların sebze tercihini değiştirmek için kullanılmıştır. Çalışmada beslenme davranışları değiştirilmesi hedeflenen çocuklar, beslenme saatinde farklı bir sebze tercih eden diğer çocuklara 4 gün boyunca öğle yemeklerinde eşlik etmiştir. Birkaç hafta sonra ise değerlendirilen çocukların sebze tercihlerinde değişim olduğu ifade edilmektedir.

Çocukların yeme davranışlarını değiştirmek için tasarlanmış bir müdahale çalışmasında da video tabanlı akran modellemesinin olumlu etkileri görülmüştür. (Lowe vd., 1998 Akt. Brown ve Ogden, 2004).

1.1.2.2.4. Medya

Günümüzde çocuklar gününün büyük çoğunluğunu televizyon, telefon ve tablet ile geçirmektedir. Çocuklar televizyon ve tablette karşılaştıkları çizgi filmler, reklamlar

aracılığıyla beslenmeyle ilgili çeşitli mesajlara maruz kalmaktadırlar. Ancak bu mesajlar olumlu veya olumsuz olmaktadır (Öztürk Samur ve Çiftçi, 2019). Özellikle gıda reklamlarında oynatılan kahramanlar, çizgi film karakterleri çocuğa rol model olarak o besine dikkatini çekmektedir. Çocukların reklamlardaki karakterlerle özdeşim kurarak o karakterle bağdaştırdıkları ürüne karşı sempati duydukları saptanmıştır (Arnold vd., 2004 Akt. Yıldız ve Deneçli, 2013). Çalışma sonunda görülmüştür ki reklamlardaki animasyon karakterler, çocukların söz konusu ürünü tüketme eğilimlerini arttırmaktadır (Yıldız ve Deneçli, 2013). Reklamlarda gıdaların sunuluş şekli ve ilgi çekici ambalajları çocukların o yiyeceği tüketme isteğini de tetikleyen unsurlar olmaktadır (Dilber ve Dilber, 2018). Özellikle okul öncesi dönemi çocukların besinleri seçme kriterleri incelendiğinde daha çok izledikleri ve marka olan ambalajlı ürünleri tercih ettikleri görülmüştür (Lindstrom, 2012 Akt. Yıldız ve Deneçli, 2013). Aynı zamanda çocukların yiyecek seçiminde reklamı olan gıdaları reklamı olmayan gıdalara kıyasla daha önce seçip hızlı ve dürtüsel bir şekilde karar verdikleri saptanmıştır (Bruce vd., 2016). Böylece gıda reklamlarının ardından özellikle küçük yaş çocuklarının beslenme şeklinde değişim, öğün dışı besin tüketimi ve market alışverişlerinin artması gibi durumlar gözlenmektedir.

Yanılıcı ve aldatıcı gıda reklamlarının beslenme üzerindeki olumsuz etkilerinin bir diğeri de obezite olarak ortaya çıkmaktadır (Dilber ve Dilber, 2018). Özellikle yüksek kalorili gıdalara özendirilen ve bu gıdaların tüketimini sıkılaştıran çocuklarda obezite görülme olasılığı günden güne artmaktadır. Obezite, büyüme çağındaki çocukların gelişimlerini olumsuz etkilerken sağlıklarını da riske atmaktadır. Bu nedenle okullarda obeziteyi önleyici eğitimlerin verilip çeşitli önlemlerin alınması bu durumun önüne geçmede etkili olacaktır. Örneğin Finlandiya'daki okullarda yemeklerin kalorilerinin ve besin içeriklerinin açıkça yayınlanması şartı getirilmiştir. Bu derece önem arz eden beslenme konusunda doğru olmayan özendirici reklamlara yönelik de bazı İskandinav ülkelerinde yasaklama işlemi gerçekleştirilmiştir (Babaoğlu ve Hatun, 2002). Çocukların maruz kaldığı reklamlar beslenme alışkanlıklarının oluşumunda önemli bir yere sahiptir. Reklamlar denetlenerek beslenmeye dair olumsuz mesaj içerenler çocuklara izletilmemelidir. Hatta bu tarz reklamlar besin değeri düşük yiyeceklerin tüketimine olan ilgiyi artırdığı için kaldırılmalıdır (Arlı vd., 2020).

Çocukların televizyon, bilgisayar ve video oyunları ile geçirdikleri zaman boyunca hareketsiz kalışları obezite riskini artırmaktadır. Düzenli fiziksel aktivite sağlıklı büyüme ve

gelişmede önemli bir rol oynamaktadır. Sadece çocuklukta değil yetişkinlikte de fiziksel aktiviteye duyulan ihtiyaç fazladır. Düzenli beslenme alışkanlığına eşlik eden fiziksel aktivite hem sosyalleşme hem de kronik hastalıkları önleme açısından hayatı etkilemektedir (Arlı vd., 2020).

Öğretmenler çocukların sağlıklı davranışlarında önemli bir rol oynadıkları için, okul öncesi öğretmenleri, ebeveynler ile okul öncesi kurumlarında çalışan personeller okul öncesi çocuklarda aşırı kiloyu ve obeziteyi önlemede etkilidirler (Derscheid vd., 2010). Okul öncesi öğretmenlerinden eğitimde medyayı kullananlar bunu daha çok Beslenme Dostu Okul Projesi kapsamında yaptıklarını açıklamışlardır. Çocuklara beslenme konusunda çizgi filmler, reklamlar ve kısa filmler izletmek amacıyla medyayı bir yöntem olarak gördükleri ancak medyanın yanlış kullanımının okul öncesi çağı çocuklarının beslenme alışkanlıklarında geri dönüşü zor olabilecek etkilere sebep olabileceğini de eklemiştir. Çocukların yeme davranışlarında görülen hataların sebebi olarak da başta aile ve ailenin müsaade ettiği medya etkisine dikkat çekmektedirler. Bu konuda ailelerin bilinçlenmeleri gerekmektedir. Özellikle çocukların yemek yemesi için bir yöntem olarak kullanılan medyanın çocukların olumsuz beslenme alışkanlıkları kazanmalarına zemin hazırladığı bilinmektedir. Bu konuda ailelere medyanın kullanımı ve sağlıklı beslenme alışkanlıklarının kazandırılmasıyla ilgili olarak çalışmalar ve eğitimler düzenlenmelidir (Koyuncu Şahin vd., 2018; Kurt ve Altun, 2014).

1.1.3. Beslenme Eğitimi

Beslenme eğitimi çalışmaları ilk olarak ABD’de başlamıştır. I. Dünya Savaşı sonunda beslenmeyi iyileştirici çalışmalarına duyulan ihtiyaç sonucunda bazı okul programlarına beslenme eğitimi uygulamaları eklenmiştir. Fakat bu uygulama bazı okullarla sınırlı kaldığı için çok fazla etkili olamamıştır. İnsanlığın tarih boyunca birçok savaşa, savaşların getirdiği kıtlık ve ekonomik çöküşe şahit olması beslenme alışkanlıklarındaki değişimleri de beraberinde getirmiştir. Ülkelerin beslenme alışkanlıklarının konu alındığı ilk Beslenme Eğitimi Konferansı 1941’de ABD’de gerçekleştirilmiştir. Diğer kuzey Avrupa ülkeleri de 1980’li yıllarda kendi beslenme politikalarını oluşturmaya başlamışlardır (Uçar ve Aktaş, 2019)

Beslenme rehberlerinin oluşturulması fikri ise ilk olarak Gıda ve Tarım Örgütü (FAO) ve Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından 1992’de Roma’da düzenlenen

Uluslararası Beslenme Konferansı (ICN) sayesinde desteklenmiştir. Konferansta alınan kararlardan biri de her ülkenin kendi bireylerinin demografik özelliklerine uygun olarak besine dayalı beslenme rehberi geliştirmeleri olmuştur. Hazırlanacak olan bu beslenme rehberlerinin sağlıklı yaşamı desteklemede ve beslenme eğitimi programlarını geliştirmede etkili olacağı görüşü savunulmuştur. 2014 yılında tekrardan önemi vurgulanan beslenme rehberleri konusunda incelenen ülkeler arasından tam 100 ülkenin kendi beslenme rehberine sahip olduğu görülmüştür. Türkiye'deki ilk beslenme rehberini de Hacettepe Üniversitesi Beslenme ve Gıda Bilimleri Enstitüsü yayınlamıştır. Sağlıklı yaşam önerilerini toplumla paylaşabilme adına önemli bir veri sayılmaktadır (Tüber, 2015). 1970'li yıllarda ortaya çıkan beslenme eğitime dair programların her biri kuşkusuz beslenme hatalarına yol açmaktaydı. Gelenekselciliğin hakim olduğu ve kısıtlı iletişim araçları yoluyla verilmeye çalışılan bu eğitimlerin yerini günümüzdeki toplumsal temelli eğitimler almıştır (FAO/WHO, 1991). Türkiye bu süreçte International Conference on Nutrition (ICN) Dünya Deklarasyonu (1992) ile bağlantılı bir program izlemiştir. Okullarda verilen eğitimlerin yanı sıra Sağlık Bakanlığı'nın, Tarım ve Orman Bakanlığı'nın ve Milli Eğitim Bakanlığı'nın beslenme eğitimi konusunda çeşitli çalışmaları bulunmaktadır (Uçar ve Aktaş, 2019)

Gelişen dünya düzeni ile birlikte toplumların yeme alışkanlıklarında da değişimler meydana gelmiştir. Kadınların büyük çoğunluğunun iş hayatına girmesi, ekonomik gelişmeler, nüfus artışı, gıda reklamlarının artması, yemek hazırlamaya ayrılan sürenin azalması, ev dışında yemek tüketiminin artmasının yanı sıra öğün atlamasının yaygınlaşması gibi durumlar bireylerin beslenme düzen ve alışkanlıklarını etkilemektedir. Ev dışında beslenmenin yaygınlaşması bireylerin besin seçimlerinin önemini de artırmıştır. Besin çeşitliliğini dikkate alarak yeterli ve dengeli beslenmenin gerekliliği ise hala anlaşılammamaktadır. Bu nedenle bireylerin besin çeşitliliğine dayalı doğru beslenme alışkanlıklarını artırmak amacıyla beslenme eğitimine ihtiyaç duyulmaktadır (Uçar ve Aktaş, 2019).

Gil (2010) beslenme eğitimini, bireylere kendi toplumlarına uygun beslenme biçimleri ile ilgili bilgileri kullanarak olumlu yeme davranışları kazandırılması ve buna bağlı olarak sağlıklarının geliştirilmesi olarak tanımlamaktadır (Uçar ve Aktaş, 2019).

Beslenme eğitimini gerçekleştirmede üç aşama öne arz etmektedir. Bunlardan ilki, motivasyon aşamasıdır. Hedefi belirlemek ve neden bu değişikliğe gerek duyulduğunu anlatmak önemlidir. İkincisi, eylem aşaması olarak kabul edilir. Bu aşamada süreçte neler

yapılacağı ve ne gibi değişikliklerin meydana geleceğinin anlaşılması söz konusudur. Son aşama ise eğitimcilerin çevresel etmenleri de işin içine katarak süreci bir temele dayandırmasıyla şekillenmektedir (Contento, 2008).

Beslenme eğitimi verirken geleneksel yöntemlerin kullanılması sadece bilgi aktarımını sağladığından anlatılanların davranış haline dönüşmesi mümkün olmayabilir. Bu nedenle özellikle çocuklar için planlanacak beslenme eğitimlerinin dikkat çekici ve çocuğun aktif olacağı şekilde yapılandırılması gerekmektedir (Akder vd., 2018). Beslenme eğitimcileri, çocuklara etkili bir şekilde ulaşmak için bazı faktörleri göz önünde bulundurmalıdır. Eğitimin amacı dikkatlice belirlenmelidir. Eğitimciler, beslenme eğitimi konularını geliştirmek ve sunmak için kullanılacak teoriyi belirlemelidir. Bir beslenme eğitimi programının bu stratejik özelliklerini belirledikten sonra eğitimciler değerlendirme yaparak programın etkililiğini değerlendirmelidir (Powers vd., 2005).

Etkin bir beslenme eğitimini olumlu etkileyip fırsata çevirecek etmenlerin yanı sıra süreci olumsuz etkileyip tehdit oluşturacak çeşitli etmenler de yer almaktadır (Uçar ve Aktaş, 2019). Bu tehdit ve fırsat oluşturan durumlardan şu şekilde bahsedilebilir:

Tehditler	Fırsatlar
<ul style="list-style-type: none">• Eğitim seviyesinin düşüklüğü,• Gelir yetersizliği,• Politika yetersizlikleri,• Bilgi kirliliği,• Örgün eğitimde beslenme konusuna yeteri kadar yer verilmemesi,• Uygulamalı beslenme eğitiminin verilmesi için okullarda yeterli kaynak ve uygun ortamın olmayışı,• Öğretmen yetiştiren kurumların uygulamalı beslenme eğitimi derslerine yer vermemesi,• Konunun tüm paydaşlarının dayanışma içerisinde olmaması.	<ul style="list-style-type: none">• Beslenme konusunun sağlık, fen, eğitim, davranış ve sosyal bilimler gibi birçok alanla ilişkili olması,• Toplumun beslenme konusuna ilgili olması,• Ulusal ve uluslararası politikalarındaki gelişmeler,• Beslenme eğitiminde kullanılacak materyallerin kolay ulaşılabilirliği,• Okul ortamının büyük kitlelere ulaşılabilme olanağını artırması,• Besinlere ulaşmada kolaylık.

Şekil 1.2. Beslenme Eğitimi Konusundaki Tehditler ve Fırsatlar (Uçar ve Aktaş, 2019; s.47)

Eğitim, belirli bir konu hakkında yapılacak bilgilendirme ile bireylerde hedeflenen davranışı oluşturma amacını taşıyan sistematik bir süreçtir. Eğitimin içeriği ne olursa olsun sürece başlamadan önce ne, ne zaman, neden, nasıl, nerede ve kim sorularına cevap aranmalıdır. Eğitim sürecinin planlı olması ve eğitim verilecek kişi ya da grubun özelliklerinin bilinmesi eğitimin hedefe ulaşmasında önemli olacaktır. Beslenme alışkanlıkları da kişiden kişiye değiştiği için beslenmeye dair eğitimlerde önce bireyleri tanımak, özelliklerini saptamak bu noktada eğitimin etkililiğini değerli kılacaktır (Kutluay

Merdol, 2008).

Bu kapsamda verilecek eğitimlerin ilk olarak amacı belirlenir. Bireylere hangi davranışı kazandırmak istediğimiz eğitimin amacını oluşturur. Ardından verilecek bu eğitimin nerede ve ne kadar bir sürede verileceğini planlamaktır. Eğitim için seçilecek yer ve zaman hem eğitimciler hem de eğitimi alacak kişiler için uygun olmalıdır. Eğitimin adımları parçalara ayrılarak etkili bir şekilde sunulur. Özellikle çocuklar için eğitim daha çok parçalara ayrılarak daha kolay anlayacakları şekilde tasarlanır. Süreçte yararlanılacak yöntem ve materyaller de dikkatli bir şekilde belirlenir. Uygulamanın ardından değerlendirmeler yapılarak sürecin amaca ne ölçüde ulaştığı kontrol edilir. Gerekliyse düzeltmeler yapılarak süreç tekrar edilir (Kutluay Merdol, 2008; Ataman, 2009; Akder vd., 2018).

Beslenme hakkında yetersiz bilgi birçok sağlık sorununa yol açtığından her yaştan insana bu riskleri azaltmak için beslenme eğitimi verilmesi gerekmektedir. Bu eğitimlere mümkün olduğunca erken başlamanın önemi bilindiğinden okul öncesi dönemde başlanması gerekmektedir. Ailenin yanı sıra okullar, bu konuda çocuklarda farkındalık yaratmak için çocukların beslenme konusunda eğitilmesinden sorumludur. Bu, çocukların sadece fiziksel sağlıklarını iyileştirmelerine değil, aynı zamanda okuldaki başarı düzeylerini de yükseltmelerine yardımcı olacaktır (Yardımcı vd., 2015).

1.1.3.1. Okul Öncesi Dönemde Beslenme Eğitimi ve Önemi

Contento (2008)'ya göre beslenme eğitimi; doğru ve sağlıklı besin seçme davranışlarının artırılarak daha bilinçli beslenme alışkanlığı kazandıracak çevre destekli toplumsal eğitim stratejilerinin bütünüdür. Beslenme eğitimi; sağlığa uygun bir şekilde beslenmeyi öğrenme, doğru beslenme biçimini alışkanlık haline getirme ve edinilen bu bilgileri pratikte kullanabilme becerisini kazandırmaktadır (Akış, 2018).

Örgün ve yaygın eğitimin her aşamasında beslenme eğitimi verilmelidir (Yardımcı vd., 2015). Beslenme eğitimi, örgün eğitim olarak okul çatısı altında daha planlı ve kapsamlı bir şekilde gerçekleştirilebilse de bu eğitime aile içinde okul çağından önce başlanması çocukların olumlu beslenme davranışlarını içselleştirmesini kolaylaştıracaktır (Şanlıer ve Aytekin, 2004). Beslenme eğitiminde beslenme uzmanlarına, eğitimcilere ve ailelere iş birliği yapma gerekliliği doğmaktadır. Okullarda beslenme eğitimi adı altında ailelere yapılacak her bilgilendirmenin okul-aile-çocuk iletişimini ve eğitimin etkililiğini

yükselteceği öngörülmektedir (Ünver ve Ünüsan, 2005). Küçük çocuklarda beslenme alışkanlıklarını etkileyen paydaşları bu eğitime dahil etmek beslenme eğitimine bütünsel bir yaklaşım getirecektir. Bu yaklaşım, çocuklar için bir beslenme müfredatı, okullar için sağlıklı bir yaşam politikası oluşturulması, öğretmenlerin ve personelin eğitimi, ebeveynlere erişim ve evde sağlıklı alışkanlıkların teşvik edilmesi gibi farklı araçların kullanımını içerir (Idrovo vd., 2013).

Okul öncesi öğretmenleri kendi sağlık uygulamalarının önemini fark ederlerse, okul öncesi çocuklarla çalışırken sağlıklı uygulamaları daha başarılı bir şekilde modelleyebilir ve teşvik edebilirler. Öğretmenler, beslenme kavramlarını öğretmek için her gün çember zamanı, serbest oyun ve yemek zamanı yoluyla yiyecekleri çizme, besin grubu piramidine bakma ve yiyecek gruplarını belirleme çalışmaları yaptıklarını belirtmişlerdir. Aynı zamanda öğretmenler serbest oyun sırasında, beslenme eğitimini kolaylaştırmak için dramatik oyunlardan yararlandıklarını belirtmişlerdir. Öğretmenler, dramatik oyun alanında yiyecek gruplarına dair gazete ve dergi kupürlerini kullanmışlardır. Ayrıca yemek zamanı, çocuklardan yedikleri yiyecekleri besin piramidinde görüldüğü gibi yiyecek gruplarına yerleştirme etkinliği gerçekleştirmişlerdir (Derscheid vd., 2010).

Beslenme eğitiminin hedefe ulaşabilmesi için verilecek beslenme eğitiminin bazı özelliklere sahip olması gerekmektedir. Bu özellikler ise şunlar olmalıdır; (Aktaş vd., 2006a; Anonim, 2010 Akt. Yardımcı, 2015):

- Yemeğe karşı olumlu bir tutum oluşturmak
- Zararlı besinler yerine sağlıklı besinlerin kabulünü teşvik etmek
- Beslenme ve sağlık arasındaki ilişkiyi anlama ve öğretme
- Yeterli miktarda enerji içeren besinler sağlamak
- Çocukların büyüyen bedenleri için sağlıklı olan şeyleri yapmalarının gerekliliğini anlamalarını sağlamak
- Yiyeceklerin nereden geldiği ve nasıl hazırlandığı konusunda çocuklarda farkındalık yaratmak
- Çocukların beslenmeye dair olumlu tutumlar geliştirmelerine ve sağlığı hakkında doğru bilgi edinmelerine yardımcı olmak
- Ebeveynlerin, öğretmenlerin, idarecilerin ve yemek servisi personelinin beslenme

ilkeleri ve uygulamaları hakkında sahip oldukları bilgilerini artırmak ve beslenme eğitimi müfredatı ile materyallerini geliştirmek, teşvik etmek, yaymak ve değerlendirmek.

Okullarda beslenmenin ve sağlığın iyileştirilmesine yönelik çalışmalara rağmen, erken çocukluk eğitim programlarında beslenme konusuna kapsamlı bir şekilde yer verilmemesi bu alanın yetersiz kalmasına neden olmaktadır. Bu durum, ABD'deki obez çocukların yaklaşık yarısının 2 yaşına kadar kilolu olduğu göz önüne alındığında obezite önleme konusunda önemli bir boşluk yaratmaktadır (Idrovo vd., 2013).

Çocukların özellikle 3-11 yaşları arasında vücuda alınan oksijenin % 50'sini beyin kullanmaktadır. Çocukların beyin çalışma hızının yetişkinlere göre 1.5 kat fazla olduğu göz önünde bulundurulduğunda beyin glikoza daha fazla ihtiyaç duymaktadır. Beyin enerji kaynağı olarak glikozu kullandığında beynin glikoza duyduğu ihtiyaç 10 yaşına kadar sürerken 16-18 yaşlarına gelindiğinde bu ihtiyaç yetişkin beyni düzeyine inmektedir. Bu sebeple çocuklarda gece boyu süren açlığın sabah ilk öğün olan kahvaltı ile giderilmesi büyük önem taşımaktadır. Kahvaltıyla güne başlayıp beyin çalışma hızını artmasıyla diğer öğünlere olan ihtiyaç da aynı hızla ortaya çıkmaktadır (Tüber, 2015; Demircioğlu ve Yabancı, 2003). Okul çağı çocuklarına verilen beslenme eğitiminin okuldaki kahvaltı davranışlarına etkisini gösteren araştırmada çocukların büyük bir kısmının kahvaltı öğününü atladığı vurgulanmıştır (Sormaz ve Demirkol, 2015). Benzer çalışmalar da kahvaltı öğününün aynı oranlarda atlandığını göstermektedir (Evrin, 2010; Kaşıkçı, 2010; Demirözü, 2011). Sormaz ve Demirkol'un eğitim grubuna uygulamalarının ardından kahvaltı öğününü atlama davranışında azalma olduğu kaydedilmiştir. Çocukların okuldayken kahvaltıda en fazla tercih ettikleri içeceğin süt olduğu belirtilirken evdeki kahvaltılarında ise en çok çayı tercih ettikleri görülmüştür. Uygulama öncesi ekmeklerden en çok beyaz ekmeği tükettikleri görülürken uygulama sonrası ise en fazla buğday ekmeğini tüketmeye başladıkları saptanmıştır. Yeterli ve dengeli beslenmenin temeli olan besin çeşitliliğine ve günlük öğünleri atlamadan beslenmeye özen gösteren çocuklar hem mental açıdan ilerleme gösteren hem de akademik açıdan başarıları artan bireyler olarak hayatlarına devam etmektedirler (Sormaz ve Demirkol, 2015).

La Torre vd. (2017), çalışmasında beslenme eğitimi hem ilkokul 2. sınıf hem de ilkokul 4. sınıf öğrencilerine uygulamıştır. Verilen eğitim sonunda sonuçlara bakıldığında 2. sınıf öğrencilerinin 4. sınıf öğrencilerine oranla daha başarılı oldukları görülmüştür. Bu

durum beslenme eğitimine erken yaşta başlamanın ne kadar etkili olabileceğini göstermiştir (Zembat vd., 2015). Küçük çocuklar için beslenme teşvikini arttırmanın bir diğer önemli nedeni, çocukların gıda alımını kendi kendine düzenleyebilme yeteneğiyle doğduklarını ancak yetişkin rol modelliğinin çocukların beslenme davranışlarını etkileyebileceğini gösteren çalışmalara dayanmaktadır. Erken yaşta öz düzenlemeyi teşvik eden programların çocukların yetişkinliğe götürülecek sağlıklı beslenme alışkanlıkları oluşturmalarına yardımcı olacağı düşünülmektedir (Lund, 2011; Idrovo vd., 2013).

Özellikle abur cubur tüketimi daha çok ergenlik dönemi beslenme şekli olsa da günümüzde okul çağı çocukları tarafından da tüketim oranının arttığı bilinmektedir. Okul öncesi dönem çocuklarının çikolata, şeker, pasta ve asitli içecekler gibi besleyici yönü olmayan sağlığa zararlı besinlerden uzak tutulması gerekmektedir (Küçükali, 2006). Beslenme eğitimi özellikle bazı sağlıksız davranışları azaltarak çocukların beslenme alışkanlıklarını ve davranışlarını geliştirir (Howerton vd., 2007).

1.1.4. Öz-Yeterlik Kavramı

Bandura, öz-yeterlik kavramından ilk kez 1977 yılında yayınlamış olduğu çalışmasında bahsetmiştir. Bandura (1977) öz-yeterliği, zorluklara karşı mücadele etmeye ne derece yatkın olduğunu, bununla beraber zamanın nasıl yönetildiğini ve ne derece çaba sarf edildiğini göz önünde bulundurarak öz-yeterliği, bireyin başarmak için geçeceği yollar ile yapabileceklerinin sınırını bilmesine yönelik farkındalığı olarak ifade eder (Koç vd., 2015).

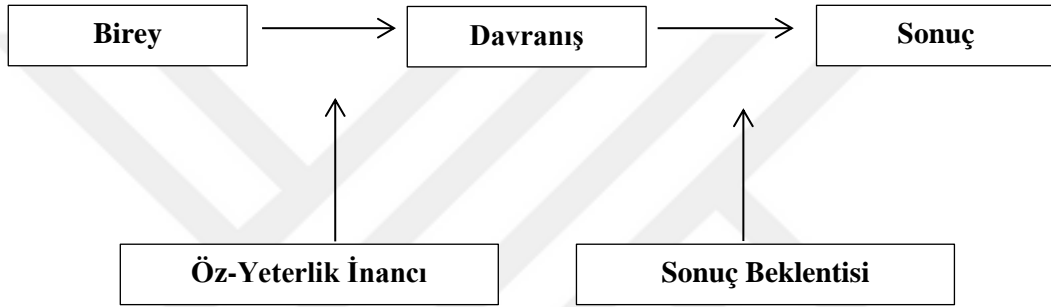
Öz-yeterlik; bireyin olaylarla baş etme, farklı durumları organize edip başarabilme yetisine olan inancıdır (Tuckman, 1991 Akt. Senemoğlu, 2018).

Coleman ve Karraker (1997) 'e göre ise öz-yeterlik kavramı, bireyin gerçekleştirdiği davranışlarının sonucunda ortaya çıkan performanstan memnuniyet durumudur. Buna göre öz yeterlik kavramı kişinin motivasyonu, bilişsel süreçleri ve tecrübeleri ile ilişkilidir.

Maddux (2000) ise öz-yeterlik kavramını, kişinin isteği doğrultusunda yeni ve farklı şeyler üretebilmelerine olan inançları şeklinde tanımlamıştır.

Bandura, sosyal psikoloji dalında yer alan ve kişinin bir konunun gerekliliklerini yapabilme kapasitesine dair sahip oldukları inanç olarak tanımlanan öz-yeterlik kavramı üzerine çeşitli çalışmalar gerçekleştirmiştir (Seferoğlu ve Akbıyık, 2005). Bandura'ya göre

bilişsel süreçler yeni davranış kalıplarının kazanılmasında ve sürdürülmesinde oldukça önemlidir. Bandura'nın sosyal öğrenme teorisinde öz-yeterlik kavramının, doğrudan veya dolaylı olarak deneyimlerimizin sonucunda edinilen bilgi kaynakları aracılığıyla oluştuğu belirtilir. Ancak bazı durumlar daha fazla beceri ve daha zorlu performanslar gerektirdiği için bu durumlar diğerlerinden daha fazla olumsuz sonuç riski taşır. Beklentiler de buna göre değişmektedir (Ross, 1992). Sosyal öğrenme yaklaşımı, küresel kişilik özelliklerinden veya etkinlik güdülerinden ziyade kişinin algıladığı başa çıkma yeteneklerinin ölçüsüne dayanmaktadır. Kişi her davranışın bir sonucu doğuracağını bilir. Ancak etkinlik öncesi beklentiler ile sonuç beklentisi farklıdır. Kişi etkinlik öncesi gereken davranışı başarıyla sürdürebileceğine inanır (Bandura, 1977; Sakız, 2013).



Şekil 1.3. Birey, Davranış ve Sonuç Süreciyle Öz-Yeterlik İnancı ve Sonuç Beklentisi Arasındaki İlişki (Bandura, 1977; s.193).

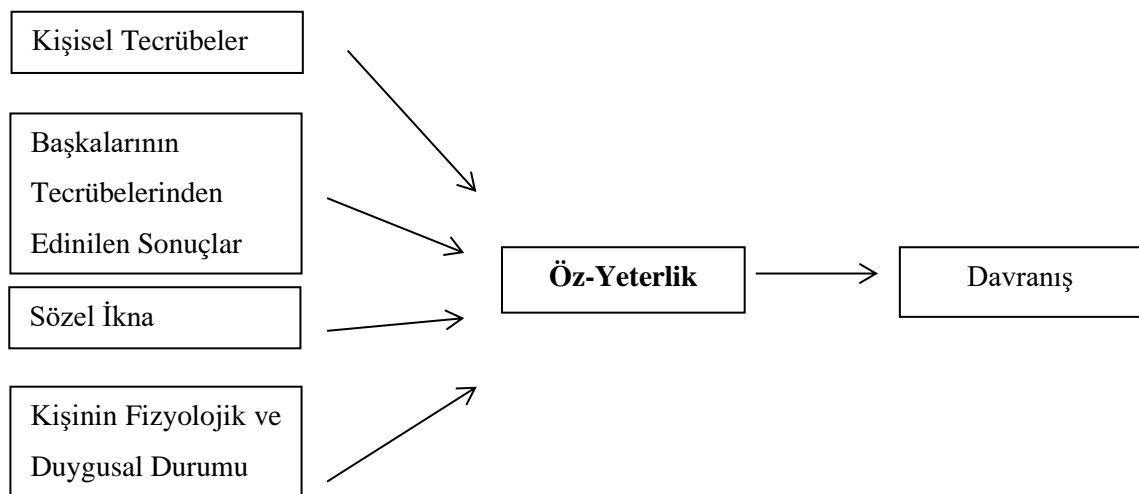
İnsanların kendi etkililiklerindeki inançlarının gücü, belirli durumlarla başa çıkmaya çalışıp çalışmayacaklarını etkileyecektir. Bu başlangıç seviyesinde, algılanan öz-yeterlik davranış ortamlarının seçimini etkiler. İnsanlar başa çıkma becerilerini aştığına inandıkları tehdit edici durumlardan korkarlar ve bunlardan kaçınırlar. Algılanan öz-yeterlik sadece faaliyetlerin ve ortamların seçimi üzerinde direktif bir etkiye sahip olmakla kalmaz, aynı zamanda nihai başarı beklentileriyle başladıktan sonra başa çıkma çabalarını da etkileyebilir (Arseven, 2016). Etkinlik beklentileri, insanların engeller ve aşırı deneyimler karşısında ne kadar çaba harcayacaklarını ve ne kadar devam edeceklerini belirler. Algılanan öz-yeterlik ne kadar güçlü olursa çaba gösterme kabiliyeti de o derece etkili olur. Aslında nispeten güvenli olan öznel olarak tehdit edici faaliyetlerde bulunanlar, etkinlik duygularını güçlendiren düzeltici deneyimler kazanacak ve böylece savunma davranışlarını ortadan kaldıracaktır (Pendergast vd., 2011). Başa çıkma çabalarını erken sona erdirenler, kendi kendini bozma beklentilerini ve korkularını uzun süre koruyacaklar. Bununla birlikte, uygun beceriler ve yeterli teşvikler göz önüne alındığında, etkinlik beklentileri, insanların faaliyet seçiminin, ne kadar çaba göstereceklerinin ve stresli durumlarla başa çıkmak için ne kadar

çaba göstereceklerinin önemli bir belirleyicisidir (Bandura, 1977).

Bandura (1984)'ya göre birey başkalarını gözlemleyerek yeni bilişsel beceriler ve psiko-motor beceriler öğrenebilir. Gözlemci model sayesinde yeni değerler ve inançlar kazanılabilir. Gözlemci modelden çevrenin ve eşyaların nasıl kullanılacağını da öğrenir. Aynı zamanda modelin duygularını açıklama biçimini gözlemleyerek kendi de benzer biçimde duygularını açıklayabilir.

Ortak insan doğası temel kapasiteler düzeyindedir ve kültürler aracılığıyla faaliyet gösterdikleri özel mekanizmalar, bu potansiyelleri çeşitli biçimlerde şekillendirir. Örneğin, insanlar gerçek ve sembolik modelleme yoluyla bilgi, tutum, değer, duygusal eğilimler ve yeterlikler edinmelerini sağlayan gözlemsel öğrenme için gelişmiş bir kapasite geliştirmiştir (Bandura, 1994).

Öz-yeterlik yargıları dört temel kaynaktan elde edilen bilgiler sonucunda oluşmaktadır: Bu kaynaklardan ilki bireyin doğrudan kendi yaşantıları yoluyla elde ettiği bilgilerdir. İkincisi dolaylı yaşantılardır. Dolaylı yaşantılar, kişinin kendisiyle özdeşleştiği kişilerin başarı ya da başarısızlıklarından kendine pay çıkarıp neleri yapıp neleri yapamayacağına ilişkin yargısını belirler. Sözel ikna, bireyin başarabileceğine ya da başaramayacağına dair cesaretlendirilmesi ya da çeşitli öğütleri işitmesi öz-yeterlik yargısını belirler. Dördüncü kaynak olan psikolojik durum ise bireyin belirli bir iş için yapabileceklerine dair beklentisi öz-yeterlik inancını oluşturur (Bandura, 1980 Akt. Senemoğlu, 2018). İnsanların yeterliklerine dair inançları dört ana etki kaynağı ile geliştirilebilir (Bandura, 1977). Bu kaynaklar aşağıdaki gibidir:



Şekil 1.4. Öz-Yeterlik Kaynakları (Bandura, 1977; s.193).

Güçlü bir yeterlik duygusu yaratmanın en etkili yolu ustalık deneyimleridir. Başarılar kişinin kişisel yeterliklerine sağlam bir inanç oluşturur. Başarısızlıklar, özellikle de yeterlik duygusu sağlam bir şekilde kurulmadan önce meydana gelirse kalıcı olamaz. Eğer insanlar sadece kolay başarılar yaşarlarsa hızlı sonuçlar beklerler ve başarısızlıkla kolayca caydırılırlar. Esnek bir yeterlik duygusu, azim çabasıyla engellerin üstesinden gelme deneyimini gerektirir. İnsan arayışlarındaki bazı aksilikler ve zorluklar, başarının genellikle sürekli çaba gerektirdiğini öğretmede yararlı bir amaca hizmet eder (Coleman, 1997). İnsanlar başarılı olmak için gerekenlere sahip olduklarına ikna olduktan sonra, sıkıntı karşısında ısrar ederler ve aksiliklerden hızla geri dönerler. Zor zamanlardan dışarı çıkarak sıkıntıdan daha güçlü ortaya çıkarlar. Yeterlikle ilgili kendi inançlarını yaratmanın ve güçlendirmenin ikinci yolu, sosyal modellerin sağladığı dolaylı deneyimlerdir (Zimmerman, 2000). İnsanların kendilerine benzer çabaların sürekli çaba ile başarılı olduklarını gözlemlemek, gözlemcilerin de başarılacak etkinliklerde ustalaşabilecek yeteneklere sahip olduklarına dair inançlarını artırır. Aynı şekilde, çabalarının başarısızlıkla sonuçlandığını gören bireyler yeterliklerine ilişkin yargılarını ve çabalarını baltalamaktadır. Modellemenin algılanan öz-yeterlik üzerindeki etkisi, modellerle algılanan benzerlikten büyük ölçüde etkilenmektedir (Bandura, 1984). Varsayılan benzerlik ne kadar büyük olursa modellerin başarıları ve başarısızlıkları o kadar ikna edici olur. İnsanlar modelleri kendilerinden çok farklı görürlerse algılanan öz-yeterlikleri modellerin davranışından ve ürettiği sonuçlardan fazla etkilenmez. Modelleme etkileri, birisinin yargılanmasına karşı sosyal bir standart sağlamaktan daha fazlasını yapar. İnsanlar istedikleri yetkinliklere sahip yetkin modeller ararlar. Davranışları ve ifade edilen düşünce biçimleri yoluyla, yetkin modeller bilgiyi iletir ve gözlemcilere çevresel talepleri yönetmek için etkili beceri ve stratejiler öğretir. Daha iyi araçların edinilmesi algılanan öz-yeterliği artırır.

Sözel ikna, insanların başarılı olmak için gerekenlere sahip olduklarına dair inançlarını güçlendirmenin üçüncü bir yoludur (Skaalvik ve Skaalvik, 2014; Sarar, 2018). Algılanan öz-yeterlikte ikna edici artışların insanları başarılı olmak için yeterince çabalamaya yönlendirdiği ölçüde, becerilerin geliştirilmesini ve kişisel etkinlik duygusunu teşvik ederler. Sadece sözel ikna ile kişisel etkililiğe ilişkin yüksek inançları zayıflatmak, onu zayıflatmaktan daha zordur. Etkinlikteki gerçekçi olmayan artışlar, çabalarının hayal kırıklığı yaratan sonuçlarıyla hızla doğrulanmıyor. Ancak yetenekleri olmadığına ikna olan insanlar, potansiyelleri geliştiren ve zorluklar karşısında hızla vazgeçen zorlu faaliyetlerden kaçınma eğilimindedir (Watson, 2006; Bandura, 1984). Faaliyetleri daraltarak ve

motivasyonu baltalayarak kişinin yeteneklerine inanmamak kendi davranışsal geçerliliğini yaratır. İnsanlar ayrıca yeteneklerini değerlendirirken kısmen duygusal durumlarına güvenirler. Stres reaksiyonlarını ve gerginliklerini kötü performansa karşı kırılabilirlik belirtileri olarak yorumlarlar. Güç ve dayanıklılık içeren aktivitelerde insanlar yorgunluklarını ve ağrıların fiziksel bozulma belirtileri olarak değerlendirirler. Ruh hali ayrıca insanların kişisel etkinliklerine ilişkin yargılarını da etkiler. Pozitif ruh hali algılanan öz-yeterliği artırır, umutsuz ruh hali azalır. Yeterliliklerine olan inançları değiştirmenin dördüncü yolu, insanların stres reaksiyonlarını azaltmak ve olumsuz duygusallıklarını değiştirmektir. Önemli olan duygusal ve fiziksel reaksiyonların yoğunluğu değil, bunların nasıl algılandığı ve yorumlandığıdır (Fahlman vd., 2011) Etkililik duygusu yüksek olan insanlar, duygusal uyarılma durumlarını enerji verici bir performans kolaylaştırıcısı olarak görürken kendinden kuşku duyanların uyarılmalarını zayıflatıcı olarak görür. Etkililiğin fizyolojik göstergeleri, sağlığın işleyişinde ve diğer fiziksel aktivitelerde özellikle etkili bir rol oynar (Bandura, 1994).

Etkililik inançlarının insan işlevlerini etkilediği dört ana psikolojik süreç şu şekildedir:

1.1.4.1. Bilişsel Süreçler

Öz-yeterlilik inançları bilişsel süreçler üzerinde çeşitli etkilere sahiptir. Amaca yönelik olan birçok insan davranışı, değerli hedefler içeren öngörü ile düzenlenir. Kişisel hedef belirleme, yeteneklerin kendi kendini değerlendirmesinden etkilenir. Algılanan olumsuzluk ne kadar güçlü olursa insanların kendileri için belirlediği hedef de o kadar yüksek olur ve hedefe olan bağlılıkları artar. Çoğu hedef önce düşüncede düzenlenir. İnsanların etkinliklerine olan inançları oluşturdukları ve tahminde buldukları durumları şekillendirir (Bandura, 1977; Zimmerman, 2000). Etkililik duygusu yüksek olanlar performanslarına dair olumlu düşünceler geliştirirler. Etkinliklerinden şüphe duyanlar ise başarısızlık senaryoları kurar. Kişi kendi potansiyelinin farkında değil ve yapabilecekleri konusundan şüpheliyse başarıya ulaşması zordur. Düşüncenin ana işlevi, insanların olayları tahmin etmelerini sağlamak ve yaşamlarını etkileyenleri kontrol etmenin yollarını geliştirmektir (Çubukçu ve Girmen, 2007).

Durumsal talepler, başarısızlıklar ve önemli yankıları olan aksaklıklar karşısında görev odaklı kalmak güçlü bir etkinlik duygusu gerektirir. İnsanlar zorlu çevresel talepleri

yönetme görevleriyle karşı karşıya kaldıklarında, etkinliği hakkında kendinden şüphe duyanlar, analitik düşünmelerinde gittikçe daha düzensiz hale gelip isteklerini azaltır ve böylece performanslarının kalitesi bozulur (Bandura, 1977). Buna karşılık, esnek bir etkinlik duygusu sürdürenler kendilerini zorlayıcı hedefler belirleyerek performans başarılarında işe yarayan iyi analitik düşünceler oluştururlar (Bandura, 1993).

1.1.4.2. Motivasyon Süreçleri

Kişinin kendine inanmasında motivasyon önemli bir rol oynar. Çoğu insan motivasyonu bilişsel olarak üretir. İnsanlar kendilerini motive eder ve eylemlerini öngöründe bulunarak tahmin ederek yönlendirir. Ne yapabileceklerine dair inançlar oluştururlar. Potansiyel eylemlerin olası sonuçlarını öngörürler. Kendileri için hedefler belirlerler ve değerli gelecekleri gerçekleştirmek için tasarlanmış eylemleri planlarlar. Etrafında farklı teorilerin oluşturulduğu üç farklı bilişsel motivasyon biçimi vardır. Bunlar nedensel atıfları, sonuç beklentilerini ve bilişsel hedefleri içerir. Öz-yeterlik inançları bu tür bilişsel motivasyonların her birinde çalışır. Öz-yeterlik inançları nedensel atıfları etkiler. Kendilerini son derece etkili olarak gören insanlar başarısızlıklarını yetersiz çabaya, kendilerini yetersiz gören insanlar başarısızlıklarını düşük yeteneklere bağlarlar (Bandura, 1994).

Öz-yeterlik inançları, motivasyona çeşitli şekillerde katkıda bulunur; insanların hedeflerini, ne kadar çaba harcadıklarını, zorluklar karşısında ne kadar devam ettiklerini ve başarısızlıklara karşı dayanıklılıklarını belirler. Engeller ve başarısızlıklarla karşılaştığında, yetenekleri hakkında kendinden şüphe duyan insanlar çabalarını azaltır ya da çabucak vazgeçerler. Yeteneklerine güçlü inancı olanlar ise meydan okumayı başaramadıklarında daha fazla çaba gösterirler. Güçlü azim, performans başarılarına katkıda bulunur (Kotaman, 2008)

1.1.4.3. Duyuşsal Süreçler

İnsanların baş etme yeteneklerine olan inançları, tehdit edici veya zor durumlarda ne kadar stres ve depresyon yaşadıklarını ve motivasyon düzeylerini etkiler. Stresörler üzerinde kontrol uygulamak için algılanan öz-yeterlik, kaygı uyarılmasında merkezi bir rol oynamaktadır. Tehditler üzerinde kontrol uygulayabileceklerine inanan insanlar rahatsız edici düşünce kalıpları yaratmazlar. Ancak tehditleri yönetemediklerine inananlar yüksek kaygı uyarılmaları yaşarlar. Çevrelerini tehlikeyle dolu olarak görürler. Olası tehditlerin

şiddetini büyütürler ve nadiren olan şeyler hakkında endişelenirler. Bu kadar verimsiz düşünmeyle kendilerini üzüp çalışma motivasyonlarını düşürürler. Algılanan başa çıkma öz-yeterliliği, kaygı uyarılmasının yanı sıra kaçınma davranışını da düzenler (Bandura, 1994; Zimmerman, 2000).

Düşük bir etkinlik duygusu, depresyonun yanı sıra kaygı da üretir. Bunu birkaç farklı şekilde yapar. Kendilerine, yapabileceklerinden yüksek standartlar belirleyen insanlar, elde edemeyeceklerini düşünürler ve kendilerini depresyona sürüklerler. Depresyona giden ikinci bir etkililik yolu, düşük bir sosyal etkililik duygusudur. Sosyal olarak etkili olduklarına karar veren insanların algıladıkları sosyal verimsizlik, sosyal izolasyon yoluyla depresyona karşı savunmasızlığı arttırmaktadır (Ashton, 1984; Bandura, 1994).

Algılanan öz-yeterliliğin sağlığı geliştirmeye yaradığı kanıtlar da vardır. Yaşam tarzı alışkanlıkları sağlığı geliştirebilir veya bozabilir. Algılanan öz-yeterlilik inancı ne kadar güçlü olursa insanların sağlığı bozan alışkanlıklarını azaltmada ve sağlığı teşvik edici alışkanlıklarını normal yaşam tarzlarına entegre etme konusunda o kadar başarılı oldukları görülmüştür (Karahana, 2008).

1.1.4.4. Seçim Süreçleri

İnsanlar kısmen çevrelerinin ürünüdür. Bu nedenle, kişisel etkinlik inançları, insanların seçtikleri faaliyet ve ortam türlerini etkileyerek yaşamlarının izlediği yolu şekillendirebilir. İnsanlar başa çıkma kapasitelerini aştıklarını düşündükleri faaliyetlerden ve durumlardan kaçınırlar. Ancak zorlayıcı faaliyetleri kolayca üstlenirler ve kendilerini idare edebilecekleri yargıladıkları durumları seçerler. Yaptıkları seçimler sayesinde insanlar yaşam kurslarını belirleyen farklı yetkinlikler, ilgi alanları ve sosyal ağlar geliştirirler (Bandura, 1993). Seçim davranışını etkileyen herhangi bir faktör kişisel gelişim yönünü derinden etkileyebilir. Bunun nedeni, seçilmiş ortamlarda faaliyet gösteren sosyal etkilerin, belirleyicinin veriminden sonra belirli yetkinlikleri, değerleri ve ilgi alanlarını desteklemeye devam etmesidir. Kariyer seçimi ve gelişimi, seçim ile ilgili süreçler aracılığıyla yaşam yollarının seyrini etkileme konusunda öz-yeterlilik inançlarının gücünün bir örneğidir. Seviyesi ne kadar yüksekse insanların öz-yeterlilik algısı, ciddi olarak düşündükleri kariyer seçeneklerinin kapsamı ne kadar genişse, onlara olan ilgileri de o kadar artar ve seçtikleri meslek arayışları için eğitsel olarak daha iyi hazırlanırlar ve başarıları o kadar büyük olur. Meslekler insanların yaşamlarının önemli bir bölümünü oluşturur ve onlara önemli bir

kişisel gelişim kaynağı sağlar (Tuckman, 1990; Bandura, 1994).

1.1.5. Öz-Yeterlik Kavramının Önemi

Öz-yeterlik inançları, etkin, dolaylı, sosyal ve fizyolojik olarak aktarılan çeşitli etkinlik bilgilerinin bilişsel işlenmesine dayanan karmaşık bir öz ikna sürecinin ürünüdür (Bandura, 1984). Bir kez oluştuktan sonra, etkinlik inançları insan işlevselliğinin seviyesine ve kalitesine önemli ölçüde katkıda bulunur (Pendergast vd., 2011).

Öz-yeterlik tıp, atletizm, medya çalışmaları, iş değişimi, sosyal ve politik değişim, psikoloji, psikiyatri ve eğitim gibi çeşitli alanlarda araştırmalar yaratmıştır. Psikolojide; fobiler, depresyon, sosyal beceriler, atılganlık, sigara içme davranışı ve ahlaki gelişim gibi klinik problemler üzerine yapılan çalışmaların odağı olmuştur. Öz-yeterlik; akademik başarı, başarı ve başarısızlığın nitelikleri, hedef belirleme, sosyal karşılaştırmalar, bellek, problem çözme, kariyer gelişimi, öğretim ve öğretmen eğitimi gibi eğitim yapıları çalışmalarında özellikle öne çıkmıştır (Pajares, 2002). Genel olarak araştırmacılar kendi kendine yeterlik inançları ile davranış değişiklikleri ve sonuçlarının yüksek derecede ilişkili olduğunu ve kendi kendine yeterliğin mükemmel bir davranış yordayıcısı olduğunu belirlemişlerdir (Poddar, 2010).

Öz-yeterlik duygusu sadece başarı veya başarısızlık beklentilerini etkilemekle kalmaz, aynı zamanda hedef belirleme yoluyla motivasyonu da etkiler. Herhangi bir alanda yüksek bir etkililik duygusu varsa daha yüksek hedefler belirleme, başarısızlıktan daha az korkma ve zorluklarla karşılaştığımızda daha uzun süre devam etme eğilimindeyiz (Erdem ve Demirel, 2007).

Algılanan öz-yeterlik, insanların yaşamlarını etkileyen olaylar üzerinde etki yaratan belirlenmiş performans seviyeleri üretme yetenekleri hakkındaki inançları olarak tanımlanır. Öz-yeterlik inançları, insanların kendilerini nasıl hissettiklerini, düşündüklerini, motivasyonlarını ve davranışlarını belirler. Bu inançlar Bandura'ya göre bilişsel, motivasyonel, duygusal ve seçim süreçleri olmak üzere dört ana başlık olarak karşımıza çıkmaktadır (McAuley, 1985). Güçlü bir etkinlik duygusu, insan başarısını ve kişisel refahını birçok yönden artırır. Yetenekleri konusunda yüksek güvenceye sahip insanlar, zor görevlere kaçınılması gereken tehditler değil, üstesinden gelinmesi gereken zorluklar olarak yaklaşırlar. Böyle etkili bir görünüm, faaliyetlere içten ilgi ve derin bir dikkati teşvik eder (Tschannen-Moran ve Hoy, 2001). Öz-yeterliği yüksek bireyler kendilerine zorlu hedefler

belirler ve onlara bağıllık gösterirler. Başarısızlık karşısında daha fazla çaba ve azim gösterirler. Yaşadıkları herhangi bir başarısızlıktan sonra ise yeterlilik duygularını tekrar kazanmaları uzun sürmez. Başarısızlığı, yeterli çabaya ya da edinilebilir olan yetersiz bilgi ve becerilere bağlar. Tehdit edici durumlara, onlar üzerinde kontrol uygulayabileceklerinden emin olarak yaklaşır. Bu durum kişisel başarılar üretmek strese ve depresyona karşı savunmasızlığın azalmasına neden olur. Aksine, yeterliklerinden şüphe duyan insanlar kişisel tehditler olarak gördükleri zor görevlerden kaçınırlar ve hedeflere bağıllıkları zayıftır. Zor görevlerle karşılaştıklarında kişisel eksiklikleri, karşılaştıkları engeller ve başarılı bir şekilde nasıl performans göstereceklerine odaklanmak yerine her türlü olumsuz sonuç üzerinde dururlar. Genellikle zorluklar karşısında hızla pes ederler. Başarısızlık veya aksaklıklardan sonra etkililik duygularını geri kazanmaları güç olur. Stres ve depresyona meyillidirler (Bandura, 1994).

Öz-yeterlik inançlarını artırmanın bir yolu, fiziksel ve duygusal refahı arttırmak ve olumsuz duygusal durumları azaltmaktır. Bireyler kendi düşünce ve duygularını değiştirme yeteneğine sahip olduklarından, öz-yeterlik inançları da kendi fizyolojik durumlarını güçlü bir şekilde etkileyebilir (Erdem ve Demirel, 2007).

1.1.5.1. Öğretmen Öz-Yeterlik Algısı

Öğrencilerde olumlu yönde kalıcı izli davranış değişikliği meydana getirmeyi sağlayan öğretmenler toplumun en önemli unsurudur (Özlü, 2012). Öğretmen, eğitim programında yer alan hedeflere ulaştırmada ve bunun yanı sıra bilgi ve beceri düzeylerini arttırmada uyguladığı bilimsel süreç becerileriyle öğrenci niteliğini yükseltmektedir. Öğretmenler tüm bunları gerçekleştirirken Milli Eğitimin genel amaç ve ilkeleri ışığında ilerlemektedir (Dağlıoğlu, 2010).

Ashton (1984), öğretmen öz-yeterliği kavramını; öğretmenlerin, öğrencilerin performanslarını şekillendirme potansiyelleri ya da öğretmenliğin gerektirdiği vasıfları en iyi şekilde gerçekleştirmeye olan inançları olarak tanımlamaktadır.

Gordon vd. (1998)'ne göre öğretmen yeterliği, öğrencilerin bir eylemi gerçekleştirebilmek için var olan potansiyellerini açığa çıkarma konusunda kendilerinde buldukları güç ve kapasiteyi göstermektedir (Kurbanoglu, 2004).

Öğretmen öz-yeterliği, öğretmenin herhangi bir konuda öğrenciler üzerinde

yaratabileceği olumlu etki olarak da tanımlanır (Hoa ve Hau, 2004). Öz-yeterlik olarak adlandırılan bu öz algı, öğretmenlerin ödevleri ve etkinlikleri nasıl seçtikleri, farklı metotlara yönelik girişimlerini, azimlerini ve duygusal tepkilerini şekillendirmede önemli bir rol oynamaktadır. Öz-yeterlik nihayetinde bilgi ve eylem arasında aracılık eden bilişsel bir yapıyı açıklar (Achurra ve Villardón, 2012).

Öz-yeterlik inançları; bireyin söz konusu durumla ilgili geçmiş deneyimlerinden, o durumu yaşarken karşılaştığı cevaplardan, doğduğu kültür ve yaşadığı çevreden ve bireyin yaptığı meslekten büyük derecede etkilenir. Tüm bireyler için her durumda ve her ortamda büyük öneme sahip olan öz-yeterlik inancı, insanlığı etkileyen öğretmenlik mesleğine mensup kişiler için daha büyük önem arz etmektedir (Skaalvik, 2010; Henson, 2001). Öğretmenler yetiştirdikleri bireyleri akademik olarak eğitmekten öte sosyal ve duygusal olarak da geliştirip hayata hazırlamaktadır. Bu sebeple öğretmenlerin sahip oldukları öz-yeterlik inançları ne kadar etkili bir eğitim-öğretim süreci geçirileceğinin de göstergesidir (Özenoğlu Kiremit, 2006).

Şu ana kadar mevcut olan kanıtlar, öğretmen öz-yeterliği çalışmasında iki temel boyutun göz önünde bulundurulması gerektiğini göstermiştir; İlk boyut öğretme ve öğrenme durumlarında kişisel yetenek algıları ile temsil edilirken diğer boyut öğretmenlerin kontrolü dışındaki etkenlerin algılanması ile ilgilidir (Hou ve Hau, 2004).

Belirli bir alanda düşük bir etkinlik duygusu olan bireyler, kişisel tehditler olarak algıladıkları zor görevlerden kaçınırlar. Güçlü bir etkinlik duygusu kişisel başarıyı birçok yönden arttırır. Yüksek verimliliğe sahip insanlar zor görevlere kaçınılması gereken tehditler yerine üstesinden gelinmesi gereken zorluklar olarak yaklaşırlar. Böyle etkili bir görünüm kişisel başarılar üretir, stresi azaltır ve depresyona karşı savunmasızlığı azaltır (Bandura, 1993; Karahan, 2008).

Öğretmenlerin öz-yeterlik inançlarının öğretimdeki etkisi açıkça ortaya korsa da öğretimin etkinliği sadece buna bağlı değildir. Öğrencilerin istenen öğrenme çıktılarını elde etmelerine yardımcı olmak için gerekli bilgi ve becerilere sahip olmalıdırlar. Bilgi, eğitim ve öğretim becerileri öğrencinin öğrenmesinde birbirini tamamlayan unsurlardır (Achurra ve Villardón, 2012). Öğretmen öz-yeterliğini güçlendiren etkenleri bilmek, öğretmenlerin yeterlilik inançlarının artması ve mesleki gelişimlerine katkıda bulunması açısından önemlidir. Öz-yeterliğin temeli Bandura'nın sosyal-bilişsel kuramına dayanmaktadır

(Henson, 2001). Bandura'nın öz-yeterlik hakkındaki görüşlerine dayanarak öz-yeterliği yüksek olan öğretmenlerin daha iyi bir eğitim verebilecekleri söylenir (Gökyer ve Bakcak, 2018).

Öğretmenlerin öz-yeterlik düzeylerinin öğrencilerin algılanan öğrenme çıktıları ile anlamlı, pozitif ve orta düzeyde bir korelasyona sahip olduğu görüşmüştür. Bunun yanı sıra öz-yeterlik düzeyi daha yüksek olan öğretmenlerin düşük öz-yeterlik seviyesine sahip öğretmenlere kıyasla daha yüksek öğrenme seviyelerine sahip öğrencilere sahip olduğu kaydedilmiştir (Achurra ve Villardón, 2012). Öğrencilerin öğretim etkinliklerinde gösterdikleri başarı, büyük ölçüde öğretmenlerin mesleki kapasitelerine olan güvenlerine bağlıdır (Rodríguez vd., 2009).

1.1.5.1.1. Öğretmen Öz-Yeterliğinin Öğrenciler ve Öğrenme Süreçleri Üzerindeki Etkisi

Yeterlik, öğretmenin mesleğinin gerektirdiği davranış ve becerileri sergileyecek potansiyele sahip olması demektir. Yeterliğe sahip öğretmenlerde görülen özellikler kendisini doğru ifade edebilmesi, planlı ve düzenli çalışması, farklı metotları uygulayabilme becerisine sahip olmasıdır (Ün Açıkgöz, 2016).

Öğretmenler öğrencilerin öğrenmesine rehberlik ederken öğretmenlerin bir diğer misyonları da onlara her açıdan rehber olmaktır. Öğrencilerin öğretmenleriyle geçirdikleri zaman göz önünde bulundurulduğunda öğrenilenlerin dersle sınırlı kalmadığı aşıkardır. Ayrıca bir öğretmenin duruşu, ilgi alanları, toplumsal olaylara karşı duyarlılığı veya kültürel değerlere olan yakınlığı mesleki başarısına etki ederken öğrencilerin tutumlarını da etkilemektedir (Viel Ruma, 2010; Mojavezi ve Tamiz, 2012). Öğretmenin kişisel özellikleri de bu konuda önemli yer tutmaktadır. Özetle, öğretmenin duruşu, fikirleri ve kişiliği verdiği eğitimin kalitesini etkilerken öğrencilerin hayatında da izler bırakmış olmaktadır (Ün Açıkgöz, 2016).

Yüksek öz-yeterlik düzeyine sahip öğretmenlerin yeni fikirlere daha açık olduğunu, yeni öğretim yöntemlerini denemek, sınıflarını daha iyi tasarlamak ve düzenlemek için daha fazla istekli olduklarını ve öğretimlerinden daha hevesli ve memnun olduklarını göstermektedir (Allinder, 1995; Tschannen-Moran ve Hoy, 2001). Kısacası, öz-yeterlik inançları öğretim uygulamasını ve eğitim sürecine yönelik tutumu ve dolayısıyla öğretme ve öğrenmenin kalitesini etkilemektedir.

Hamacheck (1975), Rogers (1979), Smith ve Lusterman (1979) öğretmen-öğrenci ilişkilerine dair farklı çalışmalar yapmışlardır. Hamacheck (1975); akademik ve mesleki gelişmişliği yüksek, öğrencilerini iyi tanıyan, gelenekselci eğitim anlayışından uzak, demokratik olan ve öğrenme sürecini ilgi çekici hale getiren öğretmenleri iyi öğretmen olarak tanımlamıştır. Smith ve Lusterman (1979), kendilerini yeterli hisseden, problemlerle karşılaştıklarında endişelenen değil mücadele eden, kendilerine güvenen, yeteneklerinin farkında olan, öğrencilere rehber olan ve onlara değer veren bireyleri iyi öğretmen olarak tanımlamıştır. Hamacheck, Rogers, Smith ve Lusterman öğretmenin kişilik özellikleri ve bir konudaki yeterlilik duygusunun öğretmen-öğrenci ilişkilerinde ön planda olduğunun altını çizmişlerdir (Ün Açıköz, 2016).

Cusgrove (1959), geliştirmiş olduğu öğretmen-öğrenci ilişkilerine dair ölçeği ile yaptığı araştırmada, öğrencilerin derse verdikleri önemin öğretmenin yeterlilik duygusu ile ilişkili olduğunu saptamıştır. Williams ve Ware (1977)'in öğrencilerin öğretimi değerlendirmesi üzerine yaptığı araştırmada görülmüştür ki öğretmenin konu alanına dair yeterliği öğrencilerin başarıları ve ilgileri üzerinde etkilidir. Sonuç olarak öz-yeterliği yüksek öğretmenlerden akademik ve bilişsel gelişmişlik, sınıf içi ve sınıf dışı uygun davranışlarda bulunma, olumlu kişilik özellikleri sergileme ve olumlu öğrenci ilişkilerine sahip olmaları beklenmektedir. Bu özellikleri taşıyan ve öz-yeterlik düzeyi yüksek olan bir öğretmenin öğrenci ilişkilerinde de olumsuzluklar beklenmez. Özetle, yeterliğe sahip öğretmen tüm bu konularda iyi olan kişidir (Ün Açıköz, 2016).

Öğrencileri konuyu birçok yönden düşünmeye teşvik etmesi, öğrencilere farklı tip sorular sorması, öğrenme ortamını öğrencilerde ilgi uyandıracak şekilde düzenleme (Bandura, 1984), bilgiyi öğrencilerin merak duygularını uyandıracak ve potansiyellerini gerçekleştirme fırsatı bulacakları şekilde organize etme (Viel-Ruma, 2010) eğitim öğretim sürecinde çeşitli materyallerden yararlanma, süreç ve sonuç değerlendirmelerini yapabilme gibi etkili öğretme becerisine sahip bir öğretmen öğrencilerin başarı eşliğini de arttırmaktadır (Ün Açıköz, 2016).

Öğrenmeye elverişli ortamlar yaratma görevi büyük ölçüde öğretmenlerin yeteneklerine ve öz-yeterliklerine dayanmaktadır. Kanıtlar, sınıf ortamlarının kısmen öğretmenlerin öğretim etkinliklerine olan inançları tarafından belirlendiğini göstermektedir. Gibson ve Dembo (1984), yüksek bir öğretim etkinliği duygusu olan öğretmenlerin akademik öğrenmeye daha fazla ders zamanı ayırdıklarını, öğrenmede zorluk çeken

öğrencilere başarılı olmaları için ihtiyaç duydukları yardımı sağladıklarını ve başarıları için övdüklerini bulmuşlardır. Buna karşılık, düşük bir öğretim etkinliği duygusu olan öğretmenler, akademik olmayan eğlencelere daha fazla zaman harcarlar, hızlı sonuç alamazlarsa öğrencilerden kolayca vazgeçerler ve öğrencileri başarısızlıkları için eleştirirler. Böylece öğretim etkinliklerine güçlü bir şekilde inanan öğretmenler öğrencileri için ustalık deneyimleri yaratırlar. Kendinden şüphe duyanlar, öğrencilerin etkililik ve bilişsel gelişim duygusunu zayıflatan sınıf ortamları oluştururlar.

1.2. İlgili Araştırmalar

Okul programlarının öğrencilerin sağlığı üzerindeki önemi açık bir şekilde görülürken öğretmenlerin okul temelli beslenme programlarına dair inançları ve bu programların çocukların beslenme alışkanlıklarını ne düzeyde etkiledikleri konusundaki araştırmalar sınırlı kalmıştır.

Ünüsan ve Yalçın (2020), okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi öz-yeterliklerini ve kullandıkları öğretim yöntemlerini araştırmak amacıyla yaptıkları çalışmayı 133 kadın okul öncesi öğretmeniyle gerçekleştirmişlerdir. İlk olarak, daha önce sağlık eğitiminde kullanılan anketten revize edilerek oluşturulmuş ölçme aracı ile öğretmenlerin öz-yeterliklerine bakılmıştır. Puan ortalamaları 74 ± 65.6 ile nispeten yüksek çıkmıştır. İkinci bölümde ise, öğretmenlerin beslenme eğitiminde kullandıkları öğretim yöntemleri belirlenmiştir. Çalışmanın sonunda ise öğretmenlerin beslenme eğitimi öz-yeterlikleri ile kullandıkları öğretim yöntemleri arasındaki ilişkiye Kendall's Tau-b ile bakılarak istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Öğretmenlerin öğrencilerin sağlığına dair öğretimlerine olan inançları ile rol oynama methodu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p < 0.05$). Ayrıca saha gezileri ile proje tabanlı öğrenme yönteminin de öğretmenlerin beslenme eğitimi öz-yeterlikleri ile doğrudan ilişkili olduğu bulunmuştur.

Perikkou vd. (2015)'nin çalışmasında öğretmenlerin öğretim deneyimleri ile beslenme eğitimi programlarını uygulamaya hazır olmaları arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Öğretmenlerin beslenme eğitimlerini uygulamaya hazır olup olmadıklarını anlamının ve karşılaştıkları eylemleri bilmenin, gelecekteki daha yeni okul sağlığı programlarını ve uygulamalarını geliştirme ve uygulama konusunda destek olacağı düşünülmektedir.

Idrovo vd., (2013) yaptıkları çalışmada okul müdürlerinin % 60'ı beslenme

eğitimine dair bir m¼fredat kullanmadıklarını, % 27'si ise sahip oldukları bilgilere kendilerinin ulaştığını bildirmektedir. Öğretmenlerin ise % 79'unun beslenme m¼fredatı öğrettiklerini; % 59'unun her gün öğrettiğini, % 82'sinin ise haftada en az bir kez öğretim yaptıklarını vurgulamaktadır. Öğretmenlerin % 20'si ise hiçbir zaman beslenme m¼fredatı kullanmadığını ifade etmektedir. Ebeveynlerin % 62'si çocuklarının okulda beslenme ve sağlıklı yaşamı öğrendiğini, % 32'si ise bilmediklerini ifade etmektedir. Bununla birlikte, ebeveynlerin çoğu (% 86) beslenme eğitiminin okullarda yer almasının “çok önemli” olduğunu düşünürken bunun “önemli” olduğunu düşünen % 14, “hiç önemli olmadığını” belirten ebeveyn oranının ise % 1'den az olduğu vurgulanmaktadır.

Lund (2011) tarafından yapılan çalışmada okullarda beslenme eğitiminin çok önemli olduğunu düşünen öğretmenlerin % 75.2, sadece biraz önemli olduğunu belirtenlerin ise % 24.8 olduğu ifade edilmiştir. Katılımcılara “Eğitiminizin beslenme eğitimi için ne kadar yeterli olduğunu düşünüyorsunuz?” diye sorulduğunda sadece % 27.1'i çok yeterli olduğunu, % 56.2'si biraz yeterli, % 16.7'si hiç değil olarak belirtmiştir. Beslenme eğitimi için kaynaklarının hiç yeterli olmadığını söyleyen öğretmenlerin % 43.6, kaynakların biraz yeterli olduğunu söyleyen öğretmenlerin % 41.7 kaynakların çok yeterli olduğunu söyleyen öğretmenlerin ise % 14.7 olduğu gör¼lm¼şt¼r. Katılımcıların % 60.3'¼ sınıflarında beslenme öğretirken % 39.7'sinin beslenmeye dair herhangi bir eğitim gerçekteşirmediği gör¼lm¼şt¼r. Sınıflarında beslenme eğitimi vermeyenlerin % 36'sı yeterince zaman olmadığını, %34'¼ m¼fredatın parçası olmadığını, % 18'i ise malzemelere sahip olmadıklarını ifade etmiştir.

Woodson vd. (1995)'nin çalışmasında da beslenme eğitimi vermeyen öğretmenlerin sebepleri; % 33 zaman eksikliği, % 18'i materyal eksikliği olarak belirtilmiştir. Birçok öğretmen beslenme eğitimi kaynak ve faaliyetlerinin kendileri için sınırlı veya kullanılamaz olduğunu belirtmiştir. % 70 b¼ltenlere % 67 bireysel çalışmalara ilgi göstermiştir. Öğretmenlerin en çok beslenme ve sağlık ile beslenme ve akademik performans arasındaki ilişkiyi öğrenmekle ilgilendikleri gör¼lm¼şt¼r.

Brenowitz ve Tuttle (2003) ilköğretim öğretmenlerinin beslenme ve beslenme eğitimi yeterlikleri için harcadıkları zamanı araştırmıştır. Çalışmadaki öğretmenlerin 54'¼ (% 67.5), okul yılı boyunca en az bir kere beslenmeye dair kavramlar öğrettiğini bildirmiştir. Öğretmenlerin çoğu, okul yılı boyunca 10 veya daha az saat beslenme konusuna zaman ayırmıştır. Bu bulgular öğretimine çok az zaman ayrılan beslenme

eğitiminin çocukların beslenme bilgisi, tutum ve davranışlarında istikrarlı değişikliklere yol açmada oldukça yetersiz kalması kaçınılmazdır.

Hu vd. (2009)'nin yaptıkları çalışma sonucu, bir yıllık müdahale programının çocuklar arasında yararlı davranışsal değişiklikler yarattığını, sağlıksız beslenme davranışlarını azalttığını ve sağlıklı yaşam tarzı davranışlarını arttırdığını göstermektedir. Bu nedenle çocuğun yetersiz beslenmesi ve özellikle gelişmekte olan ülkelerde pek çok ailede görülen hatalı beslenme karşısında beslenme eğitimi ile çocukların büyüme ve gelişiminin takip edilmesi okul öncesi eğitimin odak noktası olmalıdır (Hu vd., 2009; Pekcan, 2015).

Rossiter vd. (2007)'nin çalışmasında öğretmenlerin % 50'sinden azının, çoğu gün 5 porsiyon meyve ve sebze tükettikleri vurgulanmaktadır. Sonuçlar, bu öğretmenlerin sağlıklı ilgili beslenmeye değer vermelerine ve sağlıklı bir okul ortamının önemini anlamalarına rağmen, sağlıksız beslenmeyle ilgili sınıf uygulamalarına katılmalarının düşük olduğunu ve olumlu beslenme davranışlarını modelleme olasılıklarının olmadığını göstermektedir.

Cason (2001) çalışmasında beslenme eğitimcilerinin, çocukların yiyecek ve beslenme hakkında bilgi edinmesinde ve sağlıklı gelişmesinde önemli rol oynadığını kanıtlamaktadır. Beslenme eğitiminin küçük çocuklarda etkili olması için, eğitimin gelişimsel olarak yaş grubuna uygun olması, ilgili sorunlara odaklanması, öğrenci merkezli olması ve olumlu davranış değişikliğine yönelik etkinlik temelli olması gerekmektedir. Beslenme eğitimi sonrasında yapılan testte çocukların daha fazla sebze, meyve ve sağlıklı atıştırmalıkları tercih ettikleri tespit edilmiştir. Yine son testte, yemekten hoşlanmadıkları yiyeceklerin tadına bakma isteklerinin arttığı görülmüştür. Eğitim sonrası meyve, sebze, et, süt ve ekmek tüketiminin arttığı görülmüştür. Yağlar ve tatlılar alanında ise tüketimin azaldığı saptanmıştır. Ayrıca çocukların sevdikleri meyve ve sebze çeşitlerinin arttığı görülmüştür.

Powers vd. (2005) tarafından yapılan çalışma, olumlu mesajları öğreten beslenme eğitimi programlarının potansiyel olarak beslenme davranışlarını iyileştirebileceğini ve çocukların beslenme bilgisini arttırabileceğini göstermiştir. Aile, akranlar, medya ve çevre çocukların beslenme alışkanlıklarını etkilemektedir. Araştırmalar, çocukluk döneminde gelişen yeme davranışlarının yetişkinlikte de devam ettiğini göstermiştir. Bu çalışma okullardaki beslenme eğitiminin, ilköğretim çağındaki çocuklar arasında süt tüketimindeki

düşüşü azaltabileceğini göstermektedir. Deney grubundaki çocukların süt tüketiminde artış görülmüştür. Peynir tüketimi anlamlı bir şekilde artmıştır. Bu nedenle, bu araştırmanın kontrol grubundakiler de dahil olmak üzere çocuklarda süt tüketimindeki azalma, okul temelli beslenme eğitimi verilerek yavaşlatılabilir. “Son 20 yılda süt tüketimi azalmıştır.” Meyve ve sebze tüketiminde ise artış olmuştur. Eğitimciler veya diğer okul sağlığı görevlileri, benzer bir beslenme eğitimi programı uygulayarak öğrencilerin beslenme davranışlarını ve beslenme bilgilerini olumlu yönde etkileyebilir.

Erdoğan (1999)’ın Türkiye’de 1996–1998 yılları arasında yayımlanmış telif çocuk kitaplarının içerik analizini yaptığı araştırmasında, kitaplarda yer alan temalar içinde öz bakım becerileri alanında beslenme temasının en az işlenen temalar içinde olduğunu tespit etmiş, incelenen 286 kitap içinde bu temayı işleyen yalnızca bir kitap olduğunu belirtmiştir. Bu bulgunun aksine Dilek (2015) tarafından yapılan çalışmada 3-6 yaş resimli hikaye kitaplarında yer alan resimlerde öz bakım becerilerini incelediğinde % 31.42 oranla en fazla yeterli ve dengeli beslenme becerisinin yer aldığını belirtmiştir.

Aktaş vd. (2006) yaptıkları çalışmada beslenme eğitiminin 6 yaşındaki çocukların beslenme davranışları üzerindeki etkisini araştırmışlardır. Eğitim sonunda çocukların besin piramidine ve besin gruplarına dair bilgilerinde artış gözlerken besin seçimlerinde iyileşmeler olduğunu kaydetmişlerdir. Çocuklar hangi besinlerden daha çok tüketmeleri gerektiğini öğrenirken hangi besinlerden uzak durmaları gerektiğini fark etmişlerdir. Yine eğitim sonucunda farklı yiyeceklere olan ilgileri artarken beslenme alışkanlıklarında da iyileşmeler görülmüştür (Yardımcı vd., 2015).

Angın ve Aktaş (2011), proje temelli yaklaşım ile 6 yaşındaki çocukların sebze tüketimi konusundaki farkındalıklarını artırmayı amaçladıkları çalışmalarını Konya il merkezinde özel bir ilköğretim okulunun anasınıfına devam eden 19 çocukla gerçekleştirmişlerdir. Araştırmacılar tarafından tasarlanan süreçte proje çalışması; sanat, bilim ve mutfak etkinlikleri ile genişleterek çocuklara üç hafta boyunca farklı içerikler sunulmuştur. Sonuç olarak ise sebze konulu projenin çocukların sebze çeşitlerini öğrenmesini, sebze tüketiminin önemine varmalarını ve çeşitli duyuşsal deneyimler yaşamalarını sağlamıştır.

Obalı (2009)’nın yaptığı çalışmada da okul öncesi eğitimi almakta olan altı yaş grubu çocuklarına verilen proje yaklaşımıyla beslenme eğitiminin çocukların besin grupları

bilgisi ve beslenme davranışlarında eğitim öncesi durumlarına oranla anlamlı bir farklılık oluşturduğu görülmüştür.

Başkale (2010)'nin yaptığı çalışmada 238 çocuğa Piaget'nin kuramına dayalı beslenme eğitimi uygulanmıştır. Çocukların beslenme bilgi düzeylerine dair eğitimden önce, eğitimden sonra ve eğitimden 1 yıl sonra alınan veriler analiz edilmiştir. Verilen eğitim sonrasında çocukların beslenme bilgi puanlarının arttığı ve besin tüketim sıklıklarında olumlu değişimlerin olduğu kaydedilmiştir. Eğitim sonrasında çocukların sebze, meyve, süt ve süt ürünleri, balık gibi besinlere dair tüketimlerinde artış gözlenirken şekerli gıdalara ve hazır içeceklere olan eğilimde düşüş görülmüştür.

Uzşen (2016) beslenme eğitiminin çocukların beslenme alışkanlıkları üzerindeki etkisini ortaya koymak amacıyla yapmış olduğu araştırmada çocukların eğitim sonrasında beslenme bilgi düzeylerinde artış olduğu saptanmıştır. Çalışmaya dahil olan okul çağı çocuklarının yarısından fazlasının gün içinde öğün atladığını belirtmiştir. Eğitim sonunda bu oranın düştüğü gözlenmiştir. Çocukların öğün atlama davranışlarında eğitim öncesi ve sonrasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Öğün atlama durumunun sabah kahvaltısına olan ilgisizlikten kaynaklandığı görülmüştür. Kahvaltı öğününü iştahsızlık veya zaman olamaması nedeniyle atlayan çocuklar, öğle öğününü ise okulda abur cuburlar ile geçiştirmektedir. Gün içinde bu şekilde başlayan beslenme hatası öğünlerin atlanmasına ve gün boyu sağlıksız beslenme saatleri yaşanmasına neden olmaktadır.

Gripshover ve Markman (2013) besin çeşitliliğine dikkat çekmek amacıyla yapılan çalışmada verilen beslenme eğitimi sonrasında çocukların hemen hepsi sadece bir çeşit yemek yemenin sağlıklı olmayacağını belirtmiştir. Ayrıca, eğitim alan çocukların neredeyse yarısı, bir çeşit yiyeceğin neden yetersiz olduğunu açıklayarak vücudumuzun farklı besin maddelerine duyduğu ihtiyaç konusunda fikirlerini belirtebilmişlerdir. Çocuklar eğitim sayesinde beslenmeye dair temel kavramları edinmiş ve bu kavramları sürecin ötesindeki başka durumlara genelleyerek açıklamalarda bulunabilmişlerdir. Aynı zamanda müdahale grubundaki çocukların eğitim sonunda sebze tüketimlerini arttırdığı gözlenmiştir.

Ünver ve Ünüsan (2005)'in yaptığı araştırmada çocukların % 58'i sebzeleri iyi tüketirken çalışma kapsamında verilen beslenme eğitimi sonrası bu oranın % 70'e çıktığı saptanmıştır. Yine eğitim öncesi günde günlük iki bardak süt içen çocukların oranı % 32 iken eğitim sonrasında bu oranın % 70'e yükseldiği görülmüştür. Verilen eğitim sayesinde

et, yumurta ve kuru-baklagil grubunu yeme sıklıklarında da olumlu yönde değişiklikler olduğu kaydedilmiştir. Ayrıca sık sık abur-cubur besin tüketenlerin oranının beslenme eğitimi sonunda % 48'den % 16'ya düştüğünü belirtmiştir.

İtalya'da bir ilköğretim okulunda da meyve tüketimini artırmaya yönelik gerçekleştirilen beslenme eğitiminin ardından çocukların meyve, sebze ve kurubaklagil tüketimlerinde artış olduğu görülmüştür (Panunzio vd., 2007).

Oğuz ve Önay Derin (2013) yaptıkları çalışmada, 416 okul öncesi çocuğunun beslenme alışkanlıklarına dair bilgi edinmek adına öğretmenlerinin görüşleri değerlendirilmiştir. Edinilen bilgiler sonucunda kız çocuklarının % 55.1'inde, erkek çocuklarının ise 45.8'inde yemek seçme davranışı gözlenmiştir. Yemeklerde çatal ve kaşık kullanımının kız çocuklarda daha fazla olduğu saptanmıştır. Çocukların % 59.5'inin yemeklerini dökmeden kendi başlarına yiyebildiği ancak sadece % 28.4'ünün yemeklerini konuşmadan yediği belirlenmiştir. Çocukların beslenme davranışları üzerinde etkisi olan ailelere ve öğretmenlere büyük görevler düşmektedir. Özellikle yemek seçen çocuklar için aileler evde, öğretmenler de okulda çeşitli etkinlikler düzenleyerek ve örnek davranışlar sergileyerek olumsuz olan yeme davranışlarını olumluya çevirebilir. Bu konuda okul öncesi öğretmenleri yeterli bilgiye sahip olmalı ve çocuklara iyi bir rehberlik edebilmelidir. Aileler de iş birliği yaparak okulda verilen eğitimin evde de desteklenmesini sağlamalıdır.

Turan (2016), okul öncesi çocuklarıyla yaptığı çalışmada çocukların % 43.4'ünde yemek yeme sorununun olduğunu ve bu sorunların % 25.3'ünü iştahsızlığın, % 25'ini çok az çeşitte yemek yemenin, % 16.5'ini ise tabağındaki yemeği bitirmeme durumunun oluşturduğunu kaydetmiştir. Çocukların tükettiği besin gruplarının çoktan aza sıralanışının; süt ve ürünleri (% 91.5), ekmek ve tahıllar (% 71.5), fast-food (% 58.9), sebze ve meyveler (% 54.4) olduğu kaydedilen bulgular arasındadır. Ancak çocukların cinsiyetlerine ve okul öncesi eğitime başlama yaşına dair bulguların beslenme alışkanlıklarıyla ilişkili olmadığı belirlenmiştir. Annelerin eğitim durumuna, ailenin gelir düzeyine, beslenme alışkanlığı kazandırmada etki sahibi olan kişi sayısına bakıldığında çocukların yemeğini kendisi yemesi arasında herhangi bir ilişki bulunmamıştır. Çocukların beslenme alışkanlıkları ile beslenme kaynaklı sağlık sorunu yaşama arasında anlamlı bir fark bulunmuştur.

Liu ve Raine (2016)'in yaptıkları çalışmada 3 yaşına gelindiğinde fiziksel yetersiz beslenme göstergelerine sahip çocukların kontrollerle karşılaştırıldığında anlamlı düzeyde

daha düşük pozitif sosyal işlevsellik gösterdikleri görülmüştür. Olumlu sosyal davranışlar ile sağlıklı yaşam kalitesi arasında bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Nelson (2006), yaptığı çalışmada sağlıklı yiyecek tüketimi ile televizyon izlemek için harcanan zaman aynı anda arttığını kaydetmiştir. Fazla kilo, çocukları daha küçük yaşlarda ve artan sayılarda etkileyerek yaşam boyu süren kronik bir hastalık için risk altında tutar. Çocukların televizyon izleyerek ve bilgisayar kullanarak fiziksel aktiviteye girdikleri zamandan iki kat daha fazla zaman harcadıkları görülmüştür. Çocuklarda beslenmeyi iyileştirme ve fazla kilolu olmayı önlemeye yönelik çabalar, bebeklerin ve çocukların ebeveynlerine odaklanmalı ve küçük çocuklar için fiziksel aktivite ve beslenme yiyecek geçişleri ile ilgili beklentilere rehberlik etmelidir.

Skaalvik ve Skaalvik (2009), çalışmasında öğretmenlerin öz yeterliğinin ebeveynlerle olan ilişkiler ile yakından ilgili olduğunu belirtmiştir. Ebeveynlerle pozitif ilişkilerin, öğretmenlerin daha güçlü öz-yeterliklere sahip olduğunu öngörmüştür. Ailelerin konuyla ilgili bilgi düzeyi arttıkça çocuklarının sağlıklı beslenme üzerindeki olumlu etkilerinin arttığını göstermektedir (Lohse vd., 2012).

Türker vd. (2016)'nin çalışmasında okul öncesi dönem çocuğu olan annelerin beslenme konusundaki bilgi düzeylerini belirlemek istemiştir. Söz konusu çalışmada beslenme bilgi düzeyi yüksek çıkan annelerin lisans ve lisansüstü eğitim almış oldukları görülmüştür. Beslenme bilgi düzeylerinin düşük olduğu saptanan annelerin ise genelde ilköğretim mezunu olduğu belirlenmiştir.

Turan (2016)'ın yaptığı çalışmada okul öncesi dönem çocuğuna sahip annelerin % 40.5'inin, çocuklarına beslenme alışkanlığı kazandırma konusunda yeterli olduğu kaydedilen bulgular arasındadır. Annelerin % 32.3'ü beslenmeye dair bilgileri internet sitelerinden edindiğini aktarmıştır. Annelerin % 55.1'inin ise çocuklarına beslenme alışkanlığı kazandırmada günlük çektiği belirlenmiştir. Çocukların çoğunluğunun süt-süt ürünleri (% 91.5), et-yumurta-kuru baklagiller (% 60.8), ekmek-tahıllar (% 71.5), sebze-meyveler (% 54.4), şekerli yiyecekler-tatlılar (% 47.8), fast-food (% 58.9) grubundaki besinleri her gün tükettikleri belirlenmiştir.

Koyuncu Şahin vd. (2018)'in yaptıkları çalışmada okul öncesi öğretmenleri çocukların yedikleri yemeklerin farkında olmamasını, yemek seçme davranışında bulunmalarını ve fast-food ağırlıklı beslenmelerinin sebebini medya olarak belirtmiştir.

Çocukların özellikle hazır gıdaları daha çok tercih etmelerinde ailelerin etkisini öne sürerlerken diğer etken olarak medyayı göstermişlerdir.

Alandaki diğer araştırmalar göstermiştir ki ebeveynlerin beslenmeye dair bilgi düzeylerinin artması çocuklarının sağlıklı beslenme konusunda göstermiş oldukları olumlu davranışların sayısını ve kalıcılığını artırmaktadır (Lohse vd., 2011; Lioret vd., 2013). Ailelerin beslenme konusunda istenen bilinç düzeyine ulaşmalarında onlar için hazırlanacak beslenme eğitimlerinin ve uygulanacak programlarının katkısı büyük olacaktır. Çocuklar üzerinde bu istikrarlı davranışlar sürdürülebilirse çeşitli çocukluk hastalıkları, kanser de dahil olmak üzere kronik hastalıklar önlenmektedir (Howerton vd., 2007)

Saelens vd. (2002)'nin yaptığı çalışma ailelerin yemek yemesi için tablet, telefon verdikleri çocukların yediği yemeği fark etmeden bilinçsiz bir şekilde tükettikleri konusunda ortak bulgular göstermektedir. Bunun yanı sıra çocuklar izlemiş oldukları çizgi film ya da reklamlardan gördükleri fast-food gıdalara özenmektedirler. Çalışma çocukların televizyon karşısında ve tablet, telefon ile geçirdikleri sürenin artması durumunda fast-food gıda tüketiminde artış olduğunu vurgulamaktadır. Bu bulguya benzer olarak Matheson vd. (2004) de çocukların televizyon izleme süreleriyle, hazır ve paket gıda tüketimleri arasında doğru orantı olduğunu saptamıştır.

Çocukluk çağı obezitesi karmaşık ve çok faktörlü bir sorundur. Bu faktörler arasında hareketsiz yaşam tarzları, sosyoekonomik durum, eğitim ve sosyal normlardaki değişimler vardır. Lund (2011), çalışmasında çocukluk obezitesinin olası bileşeni olan beslenme eğitimini ele almıştır. Öğretmenlerin çoğu beslenme eğitiminin çok önemli olduğuna inanmasına rağmen eğitimlerinin ve kaynaklarının yetersiz olduğunu belirttikleri saptanmıştır.

Ashton ve Webb (1986) öğretmenlerin öğretim öz-yeterliklerinin öğrencilerin akademik başarıları üzerindeki kümülatif etkisini belgelemişlerdir. Öğretmenlerin etkinliklerine ilişkin inançları, öğrencilerin akademik yıl boyunca matematiksel ve dil başarı düzeylerini öngörmekte ve öğrencilerin giriş yeteneklerindeki değişiklikler istatistiksel olarak kontrol edilmektedir (Bandura, 1993).

Idrovo vd. (2013), okullarda en popüler beslenme teşvik biçimleri posterler (% 40) ve el ilanları (% 47) idi. Okulların % 25'inin beslenme teşviki için "özel günleri" vardı. Öğretmenler, ebeveynler için en çok kullanılan beslenme ve sağlıklı yaşam tanıtım

biçiminin “bireysel görüşmeler” (% 49), çalışma kağıtları (% 29) ve çalıştaylar (% 23) +olduğunu belirtmiştir. Aynı zamanda, ebeveynlerin % 35’i okullarda beslenme ve sağlıklı yaşam hakkında bilgi almadığını bildirmiştir. Bilgi alan ebeveynler, bunu daha çok çalışma kağıtları (% 32) veya atölye çalışmaları (% 19) yoluyla aldıklarını bildirmişlerdir.

Sharma vd. (2013), yaptığı çalışma kapsamındaki öğretmenlerin % 3’ünün en az dört beslenme sorusunu doğru, % 18’inin ise en az üçünü doğru cevapladığı görülmüştür. Beslenme tutumlarını değerlendirirken, öğretmenlerin % 54’ü hangi beslenme bilgisine inanmanın zor olduğunu % 9’unun ise beslenme alışkanlıklarının sağlıklı olduğuna karar vermenin zor olduğunu belirtmiştir. Bu çalışmadan elde edilen veriler, bu öğretmenlerin beslenme ile ilgili davranışlarda daha fazla eğitim alabileceklerini göstermektedir. Öğretmenlerin yeterli bir beslenme geçmişi yoksa okul öncesi çocukları için etkili beslenme programlarını uygulayabilmeleri ve destekleyebilmeleri muhtemel değildir.

Allinder (1995)’in çalışmasında, öğretmenlerin öz-yeterlikleri ile öğrenci başarıları arasında yüksek korelasyon bulunmuştur. Öğretmenlerin etkinlik inançlarını netleştirmelerine ve bu inançların davranışta nasıl temsil edileceğine dair iyi organize edilmiş bir anlayış geliştirmelerine yardımcı olmak için tasarlanmış bir öğretmen eğitimi programı, özellikle programın etkinlik inançları ile öğretmen davranışları arasında ilişkilerin artmasıyla sonuçlanmalıdır. Etkinlik duygusu yüksek olan öğretmenler, öğrencilerle çalışmalarının önemli ve anlamlı olduğunu düşünürler; öğrencilerin öğrenmesi üzerinde olumlu bir etkisi olduğunu düşünürler. Verimliliği düşük olan öğretmenler ise öğretme konusunda hayal kırıklığına uğramakta ve cesaretini kırmaktadırlar. Öğretmen eğitim programının, öğrenme ve gelişme için insan potansiyelini tanıyan yetenek kavramlarına olan bağlılığını tanıtmayı ve teşvik etmesi gerekir.

Öğretmenlerin sınıftaki eylemlerinin etkinliği ve öğrencilerinin öğrenmelerini etkileme yetenekleri konusunda sahip oldukları inançları güçlendirir. Bandura, öz yeterliğin, küresel bir kişilik özelliğinden ziyade duruma özgü bir davranış belirleyicisi olduğunu vurgulamıştır. Ancak Ashton ve Webb (1986) öğretmen davranışının en iyi genel kişisel etkinliğini ve hareket eden öğretim etkinlikleriyle tahmin edilebileceğini savundu. Yüksek öz-yeterlik inancı öğretmenlerin öğrencilerinin ihtiyaçlarını karşılamakta gösterdikleri çabayı artırır (Fritz, 2010).

Midgley vd. (1989)’nin yaptıkları çalışmanın hipotezi öğrencilerin her okul yılında

matematikteki öz-yeterliklerindeki değişiklikler, öğretmenlerin o yılıki etkinlik inançları ile ilgili olacağını savunmaktadır. Öğretmenlerin kişisel etkinlikleriyle ilgili inançları ile öğrencilerin matematikteki performans ve potansiyelleri ile konunun zorluğu hakkındaki inançları arasında tutarlı bir ilişki vardır. Öğretmenin inancı arttıkça öğrencinin inancı ve başarısı da artmaktadır. Olumlu ya da daha az olumsuz olmaktadır. Düşük öğretmen inancı, yıllar içerisinde öğrencilerin inançlarını da olumsuz etkilemektedir.

Çocuklar yiyeceklerini seçme konusunda yeterli bilgiye ve beslenme bilincine sahip olmadıkları için ailelere ve öğretmenlere önemli görevler düşmektedir. Zamanının çoğunu okulda geçiren çocuklara verilecek eğitimler ve yapılacak uygulamalar bu konuda rehber olacaktır. Çocukların besin tercihlerini olumlu etkileyecek bu süreç daha sağlıklı ve beslenme konusunda daha bilinçli nesillerin yetişmesini sağlayacaktır (Zembar vd., 2015).

Woodson vd. (1995) yaptıkları çalışmada öğretmenlerin % 61'inin kendi başına beslenme bilgisi edindiğini belirtmiştir. Diğerler öğretmenlerin ise beslenme konusunda biraz çalıştıklarını belirtmiştir. Sadece % 11'inin hiç beslenme eğitimi almadığı görülmüştür. Öğretmenlerin % 50'si beslenmeyi sağlığa, % 38'i bilime, % 30'u beden eğitimine dahil etmiştir. İlkokul ve ortaokul öğretmenlerinin hepsi öğretmeye erken başlaması konusunda hemfikirdir. % 80'i anaokulunda başlaması gerektiğini savunurken % 68'i geçen yıl beslenme eğitimi verdiğini açıklamıştır. İlkokuldaki öğretmenlerin % 17'si 1 saatten az, % 61'i 1-5 saat, % 22'si 5 saatten fazla, ortaokuldaki öğretmenlerin % 5'i 1 saatten az, % 45'i 1-5 saat, % 50'si 5 saatten fazla beslenme eğitimi verdiğini belirtmiştir. Bir önceki yıl beslenme eğitimi vermeyen öğretmenlerin sebepleri; % 33 zaman eksikliği, % 18'i materyal eksikliği olarak belirtmiştir. Birçok öğretmen beslenme eğitimi kaynak ve faaliyetlerinin kendileri için sınırlı veya kullanılamaz olduğunu belirtmiştir. % 70 bültenlere % 67 bireysel çalışmalara ilgi göstermiştir. En çok beslenme ve sağlık (beslenmenin önemi, kronik hastalıkların önlenmesi) ile beslenme ve akademik performans arasındaki ilişkiyi öğrenmekle ilgilendiler. Öğretmenlerin yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi arasında fark olmadığı görülmüştür.

Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme konusundaki bilgi düzeylerinin ölçüldüğü araştırma sonucunda öğretmenlerin % 96.1'i beslenme ile ilgili ders aldıklarını ifade etmişlerdir. Öğretmenlerin % 87.5'i ise öğünlerden en önemlisinin sabah kahvaltısı olduğunu belirtmişlerdir. Öğretmenlerin % 47.3'ü sabah kahvaltısını, % 41.8'i öğle yemeğini, % 42.9'u ise akşam yemeğini istemedikleri için yemediklerini söylemişlerdir.

Öğretmenlerden % 14.4'ü yemek seçme davranışı bulunmadığını belirtirken % 36.6'sı yemekleri tüketme durumlarının lezzetlerine bağlı olduğunu söylemiştir. Öğretmenlerin % 27.6'sı her zaman öğün aralarında sebze/meyve tükettiğini belirtmiştir. Okulöncesi öğretmenlerinin % 0.78'inin çok zayıf, % 20.23'ünün zayıf, % 46.3'ünün orta, % 27.62'sinin iyi ve % 5.06'sının çok iyi düzeyde beslenme bilgisi olduğu saptanmıştır. Öğretmenlerin beslenme bilgisi puan ortalaması 15.64 ± 3.83 bulunurken; bu ortalamadan erkek öğretmenlerin beslenme bilgilerinin puan ortalaması 12.6 ± 2.4 , kadın öğretmenlerin beslenme bilgilerinin puan ortalaması ise $15.7 \pm 3,83$ olarak belirlenmiştir (Gündoğdu, 2009).

Brouwers ve Tomic (2000)'in yaptıkları çalışmada öğretmen öz-yeterliği ile öğretmenin sınıf yönetimi arasında ilişki bulunmuştur. Sınıf içinde uyumlu davranışlar gösteren öğrencilerin, öğretmenlerinin öz-yeterlik algıları üzerinde olumlu etkiler oluşturduğu saptanmıştır. Öz-yeterlik algısı güçlenen öğretmenlerin daha azimli ve daha demokratik tutum sergilediği görülmüştür. Bunun yanı sıra sınıf içerisinde öğrenciler arasında rekabetçi yaklaşımı önleyerek öğrenci başarısında ve olumlu davranışlarında artış sağladıkları görülmüştür. Öğretmen öz-yeterlik durumu öğrenciler üzerinde etkiye sahip olduğu gibi, öğrencilerin başarı ve uyum düzeyleri de öğretmenlerin öz-yeterliklerine etki etmektedir. Örneğin olumsuz öğrenci davranışları öğretmenlerin öz-yeterlik inançlarını olumsuz etkileyerek düşük benlik algısı oluşturdukları görülmüştür. Aynı zamanda adaptasyon sorunu yaşama, mesleğe karşı saygının azalması ve öğretim sürecini verimli geçirememeye gibi duygu durumları da söz konusu olabilmektedir.

Öğretmen öz yeterliğinin uyarlanabilir motivasyonla ilişkili olduğu görülmüştür (Skaalvik ve Skaalvik, 2014). Çaba harcayanlar ve işi yapacaklarına inananlar aslında yapmayı beklediklerinden daha fazlasını yaparlar (Tuckman ve Sexton, 1990). Kişi herhangi bir konuda yeteneği ve donanımı olmasına karşılık mevcut potansiyeline dair şüphe duyuyor ve özgüven eksikliği yaşıyorsa başarısızlığa daha yakındır (Gawith, 1995 Akt. Kurbanoglu, 2004).

Öğretimin ilk yılları, öğretmen etkinliğinin uzun vadeli gelişimi için kritik olabilir. Öğretmen hazırlık programları ve alandaki ilk birkaç yıl boyunca yapılan çalışmalar, etkinlik inançlarının geliştirildiğini göstermiştir (Hoy ve Spero, 2005).

2. BÖLÜM

2. YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli

Çalışmada okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterliklerini incelemek amacıyla nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeli seçilmiştir. Tarama araştırmaları, bir konuya ya da duruma ilişkin çalışmaya katılan kişilerin görüşlerinin ya da bilgi, yetenek ve tutumlarının ölçüldüğü, diğer araştırma türlerine göre daha büyük örneklerle çalışılan araştırmalardır (Büyüköztürk vd., 2016).

2.2. Çalışma Grubu

Çalışma, 2019-2020 Eğitim-Öğretim yılında Bitlis ili merkez ve Tatvan, Ahlat, Adilcevaz, Güroymak, Mutki, Hizan ilçelerinde bulunan Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı resmi ve özel anaokulları ile ilkokulların bünyesindeki anasınıflarında görev yapmakta olan 380 okul öncesi öğretmeni ile yürütülmüştür. Evrendeki tüm birimlere ulaşıldığında örnekleme gerek duyulmaz. Evrendeki tüm birimlere ulaşarak bilgilerin elde edilmesine sayım denir (Büyüköztürk vd., 2016). Bu çalışma da sayım yoluyla gerçekleştirilmiştir. Çalışmada evreni oluşturan 408 kişiye ulaşılmış ancak çalışmaya katılmaya gönüllü olmayanlar ve ölçeğe eksik cevap verenler çıkarıldığında çalışma, 380 öğretmenle gerçekleştirilmiştir.

Tablo 2.1. Çalışmanın Değişkenlerine İlişkin Frekans ve Yüzde Sonuçları

Değişkenler		f	%
Cinsiyet	Kadın	358	94.2
	Erkek	22	5.8
Yaş	25 yaş ve altı	130	34.2
	26-30 yaş	110	28.9
	31-35 yaş	51	13.4
	36-40 yaş	57	15.0
	41 yaş ve üzeri	32	8.5
Kadro Durumu	Kadrolu Öğretmen	175	46.1
	Sözleşmeli Öğretmen	122	32.1
	Ücretli Öğretmen	83	21.8
Öğrenim Durumu	Kız Meslek Lisesi ve Önlisans	39	10.3
	Lisans	321	84.4
	Lisansüstü	20	5.3
Kıdem	5 yıl ve daha az	208	54.7
	6-10 yıl	69	18.2
	11-15 yıl	67	17.6
	16-20 yıl	18	4.8
	21 yıl ve daha fazla	18	4.7
Çalışılan Yaş Grubu	3-4 yaş	44	11.5
	4-5 yaş	137	36.1
	5-6 yaş	199	52.4
Görev Yapılan Okul Türü	Bağımsız Anaokulu	143	37.6
	İlkokul Bünyesindeki Anasınıfı	209	55.0
	Özel Okul Öncesi Kurumu	28	7.4
Sınıf Mevcudu	10 çocuk ve daha az	46	12.1
	11-15 çocuk	100	26.3
	16-20 çocuk	126	33.2
	21-25 çocuk	85	22.4
	26 çocuk ve daha fazla	23	6.0
Beslenme Eğitimi Alma Durumu	Evet	176	46.3
	Hayır	204	53.7
Yeterli ve Dengeli Beslenme Durumu	Evet	318	83.7
	Hayır	62	16.3
Toplam		380	100.0

Tablo 2.1. incelendiğinde çalışmaya katılan okul öncesi öğretmenlerinin % 94.2'sinin kadın öğretmenlerden, %5.8'ini ise erkek öğretmenlerden oluştuğu görülmektedir. Çalışmaya katılan okul öncesi öğretmenlerinin % 34.2'si 25 yaş ve altında, % 28.9'u 26-30 yaş arasında, % 13.4'ü 31-35 yaş arasında, % 15'i 36-40 yaş arasında, % 8.5'i 41 yaş ve üzerindedir. Kadro durumu değişkenine bakıldığında çalışmaya katılan okul öncesi öğretmenlerinin % 46.1'inin kadrolu öğretmenlerden, % 32.1'inin sözleşmeli öğretmenlerden, % 21.8'inin ücretli öğretmenlerden oluştuğu görülmektedir. Ayrıca okul öncesi öğretmenlerinin % 10.3'ünün kız meslek veya önlisans, % 84.4'ünün lisans mezunu, % 5.3'ünün ise lisansüstü mezunu olduğu görülmektedir. Kıdem değişkenine bakıldığında ise çalışmaya katılan okul öncesi öğretmenlerinin % 54.7'sinin 5 yıl ve daha az, % 18.2'sinin 6-10 yıl, % 17.6'sının 11-15 yıl, % 4.8'inin 16-20 yıl, % 4.7'sinin 21 yıl ve daha

fazla kıdeme sahip olduğu görülmektedir. Çalışmaya katılan okul öncesi öğretmenlerinin % 11.5'inin 3-4 yaş grubu, % 36.1'inin 4-5 yaş grubu, % 52.4'ünün ise 5-6 yaş grubu çocuklarla çalıştıkları görülmektedir. Çalışmaya katılan okul öncesi öğretmenlerinin % 37.6'sının bağımsız anaokulunda, % 55'inin ilkokul bünyesindeki anasınıfında, % 7.4'ünün ise özel okul öncesi kurumlarında çalıştıkları görülmektedir. Çalışmaya katılan okul öncesi öğretmenlerinin % 12.1'inin 10 çocuk ve daha az, % 26.3'ünün 11-15 çocuk, % 33.2'sinin 16-20 çocuk, % 22.4'ünün 21-25 çocuk, % 6'sının ise sınıf mevcudunun 26 ve daha fazla çocukta olduğu görülmektedir. Çalışmaya katılan okul öncesi öğretmenlerinin % 46.3'ünün beslenme eğitimi aldığı, % 53.7'sinin ise beslenme eğitimi almadığı görülmektedir. Çalışmaya katılan okul öncesi öğretmenlerinin % 83.7'sinin yeterli ve dengeli beslendiği, % 16.3'ünün ise yeterli ve dengeli beslenmediği görülmektedir.

2.3. Veri Toplama Araçları

Çalışmada veri toplama aracı olarak Angın (2020) tarafından geliştirilmiş olan “Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği” ve araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır.

2.3.1. Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği

Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterliklerini ölçmek amacıyla Angın (2020) tarafından geliştirilen ölçek 28 maddeden oluşmaktadır. Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği 5'li Likert tipi derecelendirme ölçeği olup “Tamamen Uygun Değil”, “Uygun Değil”, “Kısmen Uygun”, “Uygun” ve “Tamamen Uygun” seçeneklerinden oluşturulmuştur. “Tamamen Uygun” seçeneğinden “Tamamen Uygun Değil” seçeneğine 5'ten 1'e doğru değerler verilmiştir. Ölçekten en az 28 en fazla 140 puan alınabilmektedir. Ölçeğin Cronbach's Alpha katsayı değeri .98 olarak hesaplanmıştır.

2.3.2. Kişisel Bilgi Formu

Çalışmada yer alan okul öncesi öğretmenlerine ait demografik özelliklerin elde edilebilmesi amacıyla hazırlanan kişisel bilgi formu cinsiyet, yaş, öğrenim durumu, kıdem, kadro durumu, çalışılan yaş grubu, sınıf mevcudu, görev yapılan okul türü, yeterli ve dengeli beslenme durumu ve beslenme eğitimi alma durumuna yönelik sorulardan oluşmaktadır.

2.4. Verilerin Toplanması

2019-2020 Eğitim-Öğretim yılında Bitlis ili merkez ve Tatvan, Ahlat, Adilcevaz, Güroymak, Mutki, Hizan ilçelerinde bulunan Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı resmi ve özel anaokulları ile ilkokulların bünyesindeki anasınıflarında görev yapmakta olan okul öncesi öğretmenlerine uygulanacak olan “Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği” için okul müdür ve müdür yardımcıları ile görüşülmüştür. Bu doğrultuda okul öncesi öğretmenlerine ölçekler ulaştırılmıştır. Okul öncesi öğretmenlerine teslim edilen ölçekler 1-7 gün içerisinde geri toplanmıştır.

2.5. Verilerin Analizi

Çalışmada kullanılan kişisel bilgi formunda yer alan değişkenlerin frekans ve yüzdelik dağılımları hesaplanmıştır. Kişisel bilgi formu ile toplanan bağımsız değişkenlere göre “Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği”ne ilişkin farklılığı belirleme amacıyla parametrik testler uygulanmıştır.

Normal dağılım gösteren verilerde iki farklı gruptan (cinsiyet, yeterli ve dengeli beslenme durumu, beslenme eğitimi alma durumu) elde edilen ortalamalar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek için yapılan parametrik test ilişkisiz örneklem için t testi uygulanırken; ikiden fazla grubun (yaş, kıdem, kadro durumu, öğrenim durumu, çalışılan yaş grubu, görev yapılan okul türü, sınıf mevcudu) ortalamalarını karşılaştırmak için parametrik test ilişkisiz örneklem için tek faktörlü varyans analizi yani tek yönlü anova testi uygulanmıştır.

Tablo 2.2. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Ölçekten Aldıkları Toplam Puanlara İlişkin Normallik Analizi Değerleri

	n	\bar{x}	Çarpıklık k	Çarpıklığın Standart Hatası	Basıklık	Basıklığın Standart Hatası
Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği Toplam Puan	380	122,48	-,699	,125	-,081	,250

Tablo 2.2.'de görüldüğü gibi ölçekten alınan toplam puanlara bakılarak normallik analizleri yapılmıştır. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1 ile +1 aralığında oldukları görülmektedir. Bu değerlere göre dağılımın normalliği kabul edilmektedir (Morgan vd., 2004).

Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği'nden elde edilen verilerin çözümlenmesinde, öğretmenlerin ölçeğin geneli üzerinden aldıkları ortalama puanlar ve standart sapma dikkate alınarak öz-yeterlik düzeyleri düşük-orta-yüksek şeklinde gruplandırılmıştır.

Puanlar gruplandırılırken;

Düşük Düzey; En Düşük Puan $< X \leq$ Aritmetik Ortalama – Standart Sapma;
Orta Düzey; Aritmetik Ortalama – Standart Sapma $< X \leq$ Aritmetik Ortalama + Standart Sapma
Yüksek Düzey; Aritmetik Ortalama + Standart Sapma $< X \leq$ En Yüksek Puan
(Kesgin, 2006) hesaplaması göz önünde bulundurulmuştur. Betimleme sürecinde frekans (f), yüzde (%), ağırlıklı ortalama (\bar{X}) ve standart sapma (SS) değerleri kullanılmıştır.

Tablo 2.3. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Ölçekten Aldıkları Toplam Puanlara İlişkin Öz-Yeterlik Puan Aralığı, Frekans ve Yüzdeler

Grup Adı	Öz-Yeterlik Puan Aralığı	f	%
Düşük düzey	$71 < x \leq 108$	69	18.2
Orta düzey	$109 < x \leq 136$	236	62.1
Yüksek düzey	$137 < x \leq 140$	75	19.7

Tablo 2.3. incelendiğinde çalışmaya katılan okul öncesi öğretmenlerinin %18.2'si düşük, %62.1'i orta, %19.7'si ise üst öz-yeterlik puan aralığında yer almıştır. Bu sonuçlara göre öğretmenlerin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterliklerinin çoğunlukla orta düzeyde toplanmış olduğu görülmektedir.

3. BÖLÜM

3. BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde çalışmanın katılımcılarının ölçekten aldığı toplam puanlara ilişkin betimsel istatistikler ve alt amaçlara ait verilerin analizlerine ilişkin bulgular ve bunlara ait yorumlara yer verilmiştir.

3.1. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Ölçekten Aldıkları Toplam Puanlara İlişkin Betimsel İstatistikler

Tablo 3.1. Okul öncesi öğretmenlerinin ölçekten aldıkları toplam puanlara ilişkin betimsel istatistikler

	n	Min	Max	\bar{X}	SS
Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği Toplam Puan	380	71	140	122.48	14.13

Tablo 3.1. incelendiğinde çalışmaya katılan okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterlik ölçeğinden aldıkları puanların ortalamasının $\bar{X}=122.48$ olduğu görülmektedir. Bu sonuç öğretmenlerin çoğunun beslenme eğitimi öz-yeterliklerinin orta düzeyde olduğunu göstermektedir.

3.2. Cinsiyet Değişkeni Açısından Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterlik Analiz Sonuçları

“Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterliklerinde cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir farklılık var mıdır?” alt amacına ilişkin olarak “Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği”nden elde edilen toplam puanlar arasında cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için t testi uygulanmıştır. Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterlik ölçeğinden aldıkları puanların cinsiyet değişkenine göre analiz sonuçları Tablo 3.2.’de verilmiştir.

Tablo 3.2. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterliklerinin Cinsiyet Değişkenine Göre T Testi Sonuçları

	n	\bar{X}	S	Sd	t	p
Kadın	358	122.08	14.13	378	-2.27	.02
Erkek	22	129.09	12.67			

Tablo 3.2. incelendiğinde çalışmaya katılan 380 okul öncesi öğretmeninin beslenme eğitimi öz-yeterlikleri üzerinde cinsiyet değişkeninin bir etkisinin olup olmadığını ortaya koymak için yapılan ilişkisiz örneklem t testinde, kadın okul öncesi öğretmenlerinin ölçekten aldıkları puan ortalaması (\bar{x} =122.08) ile erkek okul öncesi öğretmenlerinin ölçekten aldıkları puan ortalaması (\bar{x} =129.09) arasında anlamlı bir fark görülmüştür. [$t_{(378)}=-2.27$, $p<0.05$]. Buna göre erkek okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi öz-yeterlikleri (\bar{x} =129.09) kadın okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi öz-yeterliklerinden (\bar{x} =122.08) daha yüksek bulunmuştur.

3.3. Yaş Değişkeni Açısından Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterlik Analiz Sonuçları

“Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterliklerinde yaş değişkeni açısından anlamlı bir farklılık var mıdır?” alt amacına ilişkin olarak “Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği”nden elde edilen toplam puanlar arasında yaş değişkeni açısından anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için tek yönlü varyans analizi olan Anova testi uygulanmıştır. Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz yeterlik ölçeğinden aldıkları puanların yaş değişkenine göre analiz sonuçları Tablo 3.3.’de verilmiştir.

Tablo 3.3. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterliklerinin Yaş Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	p
Gruplar arası	846.58	4	211.65	1.06	.38
Gruplar içi	74800.32	375	199.47		
Toplam	75646.90	379			

Tablo 3.3.’de çalışmaya katılan 380 okul öncesi öğretmeninin beslenme eğitimi öz-yeterlik ölçeğinden aldıkları puanlar arasında yaş değişkenine göre bir fark olup olmadığını sınamak için tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Test sonucunda, 25 yaş ve altı (\bar{x} =121.67), 26-30 yaş (\bar{x} =122.68), 31-35 yaş (\bar{x} =122.94), 36-40 yaş (\bar{x} =122.02) ve 41 yaş ve üzeri (\bar{x} =120.44) gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir [$F_{(4-375)}= 1.06$, $p>0.05$]. Bu durumda yaş değişkeninin okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi öz-yeterlikleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı söylenebilir.

3.4. Öğrenim Durumu Değişkeni Açısından Beslenme Eğitime İlişkin Öz-Yeterlik Analiz Sonuçları

“Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterliklerinde öğrenim durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık var mıdır?” alt amacına ilişkin olarak “Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği”nden elde edilen toplam puanlar arasında öğrenim durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için tek yönlü varyans analizi olan Anova testi uygulanmıştır. Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterlik ölçeğinden aldıkları puanların öğrenim durumu değişkenine göre analiz sonuçları Tablo 3.4.’de verilmiştir.

Tablo 3.4. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitime İlişkin Öz-Yeterliklerinin Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	p
Gruplar arası	366.97	2	183.48	.92	.40
Gruplar içi	75279.94	377	199.68		
Toplam	75646.90	379			

Tablo 3.4.’de çalışmaya katılan 380 okul öncesi öğretmenin beslenme eğitimi öz-yeterlik ölçeğinden aldıkları puanlar arasında öğrenim durumu değişkenine göre bir fark olup olmadığını sınamak için tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Test sonucunda, kız meslek lisesi ve ön lisans ($\bar{x}=122.72$), lisans ($\bar{x}=122.20$), lisansüstü ($\bar{x}=126.60$) mezunu öğretmenlerin öz-yeterlikleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir [$F_{(2-377)} = .92, p > 0.05$]. Bu durumda öğrenim durumunun okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi öz-yeterlikleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı söylenebilir.

3.5. Kıdem Değişkeni Açısından Beslenme Eğitime İlişkin Öz-Yeterlik Analiz Sonuçları

“Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterliklerinde kıdem değişkeni açısından anlamlı bir farklılık var mıdır?” alt amacına ilişkin “Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği”nden elde edilen toplam puanlar arasında kıdem değişkeni açısından anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için tek yönlü varyans analizi olan Anova testi uygulanmıştır. Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterlik ölçeğinden aldıkları puanların kıdem değişkenine göre analiz sonuçları Tablo 3.5.’de verilmiştir.

Tablo 3.5. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterliklerinin Kıdem Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	p
Gruplar arası	479.47	4	119.87	.60	.66
Gruplar içi	75167.43	375	200.45		
Toplam	75646.90	379			

Tablo 3.5.'de çalışmaya katılan 380 okul öncesi öğretmenin beslenme eğitimi öz-yeterlik ölçeğinden aldıkları puanlar arasında kıdem değişkenine göre bir fark olup olmadığını sınamak için ilişkisiz örneklem için tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Test sonucunda, 5 yıl ve daha az ($\bar{x}=121.78$), 6-10 yıl ($\bar{x}=123.98$), 11-15 yıl ($\bar{x}=123.86$), 16-20 yıl ($\bar{x}=120.28$) ile 21 yıl ve üzeri ($\bar{x}=121.89$) kıdeme sahip öğretmenler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir [$F_{(4,375)} = .60, p > 0.05$]. Bu durumda kıdem okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi öz-yeterlikleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı söylenebilir.

3.6. Kadro Durumu Değişkeni Açısından Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterlik Analiz Sonuçları

“Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterliklerinde kadro durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık var mıdır?” alt amacına ilişkin “Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği”nden elde edilen toplam puanlar arasında kadro durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için tek yönlü varyans analizi olan Anova testi uygulanmıştır. Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterlik ölçeğinden aldıkları puanların kadro durumu değişkenine göre analiz sonuçları Tablo 3.6.'de verilmiştir.

Tablo 3.6. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterliklerinin Kadro Durumu Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	p	Anlamlı fark
Gruplar arası	1486.03	2	743.01	3.78	.02	Kadrolu-Sözleşmeli
Gruplar içi	74160.88	377	196.71			
Toplam	75646.90	379				

Tablo 3.6.'de çalışmaya katılan 380 okul öncesi öğretmenin beslenme eğitimi öz-yeterlik ölçeğinden aldıkları puanlar arasında kadro durumu değişkenine göre bir fark olup olmadığını sınamak için tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Test sonucunda, kadrolu

(\bar{X} =124.10), sözleşmeli (\bar{X} =119.65) ve ücretli (\bar{X} =123.25) öğretmenlerin en az ikisinin arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmiştir [$F_{(2-377)}= 3.78, p<0.05$]. Yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda, anlamlı farkın, kadrolu öğretmenler ile sözleşmeli öğretmenler arasında olduğu görülmüştür. Test sonucu hesaplanan etki büyüklüğü ($\eta^2=0,02$) bu farkın küçük düzeyde olduğunu göstermektedir.

3.7. Çalışılan Yaş Grubu Değişkeni Açısından Beslenme Eğitimi İlişkin Öz-Yeterlik Analiz Sonuçları

“Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterliklerinde çalışılan yaş grubu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık var mıdır?” alt amacına ilişkin “Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği”nden elde edilen toplam puanlar arasında çalışılan yaş grubu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için tek yönlü varyans analizi olan Anova testi uygulanmıştır. Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterlik ölçeğinden aldıkları puanların analiz sonuçları Tablo 3.7.’de verilmiştir.

Tablo 3.7. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterliklerinin Çalışılan Yaş Grubu Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	p
Gruplar arası	863.34	2	431.67	2.18	.12
Gruplar içi	74783.57	377	198.36		
Toplam	75646.90	379			

Tablo 3.7.’de çalışmaya katılan 380 okul öncesi öğretmenin beslenme eğitimi öz-yeterlik ölçeğinden aldıkları puanlar arasında çalışılan yaş grubu değişkenine göre bir fark olup olmadığını sınamak için tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Test sonucunda, 3-4 yaş (\bar{X} =121.30), 4-5 yaş (\bar{X} =120.79), 5-6 yaş (\bar{X} =123.91) grubu çocuklarla çalışan okul öncesi öğretmenleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir [$F_{(2-377)}= 2.18, p>0.05$]. Bu durumda çalışılan yaş grubunun okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi öz-yeterlikleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı söylenebilir.

3.8. Görev Yapılan Okul Türü Değişkeni Açısından Beslenme Eğitimi İlişkin Öz-Yeterlik Analiz Sonuçları

“Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterliklerinde görev yapılan okul türü değişkeni açısından anlamlı bir farklılık var mıdır?” alt amacına ilişkin

“Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği”nden elde edilen toplam puanlar arasında görev yapılan okul türü değişkeni açısından anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için tek yönlü varyans analizi olan Anova testi uygulanmıştır. Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterlik ölçeğinden aldıkları puanlara ilişkin analiz sonuçları Tablo 3.8.’de verilmiştir.

Tablo 3.8. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterliklerinin Görev Yapılan Okul Türü Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	p
Gruplar arası	194.84	2	97.42	.49	.61
Gruplar içi	75452.06	377	200.14		
Toplam	75646.90	379			

Tablo 3.8.’de çalışmaya katılan 380 okul öncesi öğretmenin beslenme eğitimi öz-yeterlik ölçeğinden aldıkları puanlar arasında görev yapılan okul türü değişkenine göre bir fark olup olmadığını sınamak için tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Test sonucunda, Bağımsız anaokulunda ($\bar{X}=123.39$), ilkökul bünyesindeki anasınıfında ($\bar{X}=122.00$) ve özel okul öncesi kurumlarında görev yapan okul öncesi öğretmenlerinin ölçekten aldıkları puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir. [$F_{(2-377)} = .49$, $p > 0.05$]. Bu durumda görev yapılan okul türünün okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi öz-yeterlikleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı söylenebilir.

3.9. Sınıf Mevcudu Değişkeni Açısından Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterlik Analiz Sonuçları

“Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterliklerinde sınıf mevcudu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık var mıdır?” alt amacına ilişkin “Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği”nden elde edilen toplam puanlar arasında sınıf mevcudu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için tek yönlü varyans analizi olan Anova testi uygulanmıştır. Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterlik ölçeğinden aldıkları puanların analiz sonuçları Tablo 3.9.’da verilmiştir.

Tablo 3.9. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterliklerinin Sınıf Mevcudu Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	p
Gruplar arası	1526.89	4	381.72	1.93	.10
Gruplar içi	74120.02	375	197.65		
Toplam	75646.90	379			

Tablo 3.9.'da çalışmaya katılan 380 okul öncesi öğretmenin beslenme eğitimi öz-yeterlik ölçeğinden aldıkları puanlar arasında sınıf mevcudu değişkenine göre bir fark olup olmadığını sınamak için tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Test sonucunda, 10 çocuk ve daha az ($\bar{x}=117.67$), 11-15 çocuk ($\bar{x}=122.79$), 16-20 çocuk ($\bar{x}=122.60$), 21-25 çocuk ($\bar{x}=123.48$) ile 26 çocuk ve üzeri ($\bar{x}=126.48$) sınıf mevcuduna sahip okul öncesi öğretmenlerinin ölçekten aldıkları toplam puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir [$F_{(4-375)}= 1.93, p>0.05$]. Bu durumda sınıf mevcudunun okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi öz-yeterlikleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı söylenebilir.

3.10. Yeterli ve Dengeli Beslenme Durumu Değişkeni Açısından Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterlik Analiz Sonuçları

“Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterliklerinde yeterli ve dengeli beslenme durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık var mıdır?” alt amacına ilişkin “Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği”nden elde edilen toplam puanlar arasında yeterli ve dengeli beslenme durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için t testi uygulanmıştır. Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterlik ölçeğinden aldıkları puanların analiz sonuçları Tablo 3.10.'da verilmiştir.

Tablo 3.10. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterliklerinin Yeterli ve Dengeli Beslenme Değişkenine Göre T Testi Sonuçları

	n	\bar{x}	S	Sd	t	p
Evet	318	123.49	13.72	378	3.19	.00
Hayır	62	117.31	15.14			

Tablo 3.10.'da çalışmaya katılan 380 okul öncesi öğretmenin beslenme eğitimi öz-yeterlikleri üzerinde yeterli ve dengeli beslenme durumu değişkeninin bir etkisinin olup olmadığını ortaya koymak için yapılan ilişkisiz örneklem t testinde, yeterli ve dengeli beslendiğini ifade eden okul öncesi öğretmenlerinin puan ortalaması ($\bar{x}=123.49$) ile yeterli

ve dengeli beslenmediğini ifade eden okul öncesi öğretmenlerin puan ortalaması (\bar{X} =117.31) arasında anlamlı bir fark görülmüştür [$t_{(378)}= 3.19, p<0.05$]. Buna göre yeterli ve dengeli beslenen okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi öz-yeterlikleri (\bar{X} =123.49) yeterli ve dengeli beslenmeyen okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi öz-yeterliklerinden (\bar{X} =117.31) daha yüksek bulunmuştur.

3.11. Beslenme Eğitimi Alma Durumu Değişkeni Açısından Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterlik Analiz Sonuçları

“Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterliklerinde beslenme eğitimi alma durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık var mıdır?” alt amacına ilişkin “Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği”nden elde edilen toplam puanlar arasında beslenme eğitimi alma durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için t testi uygulanmıştır. Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterlik ölçeğinden aldıkları puanların analiz sonuçları Tablo 3.11.’de verilmiştir

Tablo 3.11. Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeterliklerinin Beslenme Eğitimi Alma Durumu Değişkenine Göre T Testi Sonuçları

	n	\bar{X}	S	Sd	t	p
Evet	176	124.71	14.36	378	2.88	.00
Hayır	204	120.56	13.67			

Tablo 3.11.’de çalışmaya katılan 380 okul öncesi öğretmenin beslenme eğitimi öz-yeterlikleri üzerinde beslenme eğitimi alma durumu değişkeninin bir etkisinin olup olmadığını ortaya koymak için yapılan ilişkisiz örneklem t testinde, beslenme eğitimi alan okul öncesi öğretmenlerinin puan ortalaması (\bar{X} =124.71) ile beslenme eğitimi almayan okul öncesi öğretmenlerinin puan ortalaması (\bar{X} =120.56) arasında anlamlı bir fark görülmüştür [$t_{(378)}= 2.88, p<0.05$]. Buna göre beslenme eğitimi alan okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi öz-yeterlikleri (\bar{X} =124.71) beslenme eğitimi almayan okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi öz-yeterliklerinden (\bar{X} =120.56) daha yüksek bulunmuştur.

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde, 2019-2020 Eğitim-Öğretim yılında Bitlis ili merkez ve Tatvan, Ahlat, Adilcevaz, Güroymak, Mutki, Hizan ilçelerinde bulunan Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı resmi ve özel anaokulları ile ilkokulların bünyesindeki anasınıflarında görev yapmakta olan okul öncesi öğretmenlerinin katılımıyla gerçekleştirilen çalışmanın bulgularına dayalı olarak ortaya çıkan sonuçlara ve sonuçlara bağlı olarak geliştirilen tartışma ve önerilere yer verilmiştir.

Okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterliklerini araştırmak amacıyla yapılan çalışmaya katılan 380 okul öncesi öğretmenin “Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği”nden aldıkları puanların ortalaması $\bar{X}=122.48$ olarak saptanmıştır. Ölçekten alınan puanlar düşük, orta ve yüksek olarak üç gruba ayrıldığında düşük düzey öz-yeterliğe sahip öğretmenlerin ortalamalarının 71-108 puan arasında, orta düzey öz-yeterliğe sahip öğretmenlerin ortalamalarının 109-136 puan arasında, yüksek düzey öz-yeterliğe sahip öğretmenlerin ise 137-140 puan arasında yer aldıkları görülmüştür. Çalışmaya katılan öğretmenlerin % 18.2’sinin düşük, % 62.1’inin orta, % 19.7’sinin ise yüksek öz-yeterliğe sahip olduğu belirlenmiştir. Çalışmada % 62.1’lik dilimle orta düzey beslenme öz-yeterliğine sahip olan öğretmenlerin puan ortalamalarının da $\bar{X}=122.48$ olduğu tespit edilmiştir. Öğretmenlerin beslenme eğitimi öz-yeterliklerinin orta düzeyde olması çeşitli çalışmalar ile örtüşmektedir (Woodson vd., 1995; Rossiter, 2007; Lund, 2011; Ünüsan ve Yalçın, 2020). Öğretmenlerin beslenme eğitimi öz-yeterliklerinin genel olarak orta düzeyde seyretmesinin birçok nedeni olduğu düşünülmektedir. Yapılan araştırmalarda, öğretmenlerin beslenme bilgisi ve eğitimi konularında yeterli bilgi sahibi olmayışlarının, beslenme eğitimi için başvuracakları kaynak eksikliğinin, zaman yetersizliğinin, yeterli malzemeye sahip olmayışlarının ve beslenme konusuna müfredatta yeteri kadar yer verilmemesinin öğretmenlerin beslenme eğitimi açısından kendilerini ne derece yeterli hissetmelerinde belirleyici olduğu ifade edilmektedir (Woodson, 1995; Lund, 2011). Beslenme eğitimine ayrılan zamanın daha yüksek öz-yeterliğe sahip olmaya etki ettiği söylenebilir (Brenowitz ve Tuttle, 2003). Öğretmenlerin öz-yeterlikleri öğretimde önemli bir konudur. Daha kaliteli öğretim sağlamak için öğretmenlerin öz-yeterlikleri dikkate alınmalıdır. Öğretmenlerin öğretmeye istekli olması, öğrencileri yönlendirmede etkili bir faktördür. Etkililik duygusu yüksek olan öğretmenler kendilerine ve öğrencilerine daha faydalı olmaktadır (Ashton, 1984; Bandura, 1994; Erdem ve Demirel, 2007). Bireylerin

öz-yeterlikleri arttıkça gösterilen çaba, kararlılık ve azim de artmaktadır. Öz-yeterlik düzeyleri zayıf olan bireylerin ise zorluklar karşısında tedirgin olduğu, kendilerinde mücadele etme gücünü hissetmedikleri ve motivasyonlarının kaygıdan etkilenmesi sonucunda başarısızlık yaşadıkları görülmüştür (Tschannen-Moran ve Hoy, 2001; Pajares, 2002). Ayrıca öz-yeterlikleri daha yüksek olan öğretmenlerin, düşük öz-yeterlik seviyesine sahip öğretmenlere kıyasla daha yüksek öğrenme seviyelerine sahip öğrencilere sahip olduğu da kaydedilmiştir (Achurra ve Villardón, 2012). Özetle, öğretmenin duruşu, fikirleri ve sahip olduğu yetkinliği verdiği eğitimin kalitesini etkilerken öğrencilerin hayatında da izler bırakmasına sebep olmaktadır (Ün Açıkgöz, 2016).

Çalışmaya katılan okul öncesi öğretmenlerinin cinsiyetleri ile beslenme eğitimi öz-yeterlik ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür ($p < 0.05$). Kadın öğretmenlerin puan ortalaması $\bar{X}=122.08$ iken erkek öğretmenlerin puan ortalamasının $\bar{X}=129.09$ olduğu görülmüştür. Böylece beslenme eğitimi öz-yeterlik ölçeğinden alınan puanlar arasındaki anlamlı farkın erkek öğretmenler lehine olduğu saptanmıştır. Literatür incelendiğinde; cinsiyet değişkenine göre öğretmenlerin çeşitli alanlarda yaptıkları öğretimler açısından öz-yeterlik algılarını inceleyen çalışmalarda hem erkekler (Savran ve Çakıroğlu, 2003; Morgil vd., 2004; Alpay, 2010; Tortop ve Ocak, 2010; Korkut ve Babaoğlu, 2012; Huang, 2013; Aytaç, 2018) hem de kadınlar lehine (Cheung, 2008; Çevik, 2011) anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilmiştir. Kimi çalışmalara bakıldığında ise, öğretmen öz-yeterliğinin cinsiyete göre farklılaşmadığı (Woodson vd., 1995; Yaman vd., 2004; Gençtürk, 2008; Üstüner vd., 2009; Çevik, 2010; Koparan vd., 2011; Tschannen-Moran ve Hoy, 2011; Kadim, 2012; Ülper ve Bağcı, 2012; Sarıçam ve Sarıkız, 2014; Kaya, 2019) görülmektedir. Bu çalışmada beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterliğin erkekler lehine çıkmasının nedeni, öğretmen öz-yeterliklerinin erkekler lehine çıktığı çalışmalarda olduğu gibi (Korkut ve Babaoğlu, 2012; Öztürk ve Yıldızbaş, 2019) toplumsal rollere de bağlanarak, erkek öğretmenlerin kendilerini alanda yetkin görmeleri ve beslenme eğitimi açısından da yeterli olduklarını düşünmeleri olabilir.

Yaş değişkeni açısından incelendiğinde, öğretmenlerin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterliklerinde anlamlı farklılık olmadığı saptanmıştır ($p > 0.05$). 25 yaş ve altı öğretmenlerin puan ortalamalarının $\bar{X}=121.67$, 26-30 yaş arası öğretmenlerin puan ortalamalarının $\bar{X}=122.68$, 31-35 yaş arası öğretmenlerin puan ortalamalarının $\bar{X}=125.94$, 36-40 yaş arası öğretmenlerin puan ortalamalarının $\bar{X}=122.02$, 41 yaş ve üzeri öğretmenlerin

puan ortalamalarının ise $\bar{X}=120.44$ olduğu saptanmıştır. Puan ortalamalarında bir farklılık olsa da istatistiksel olarak yaş değişkenine göre anlamlı bir farkın çıkmaması literatür ile de örtüşmektedir (Woodson vd., 1995; Alabay, 2006; Özbey ve Alisinanoğlu, 2009; Kadim, 2012; Şenol ve Ergün, 2015; Güler ve Kandemir, 2015). 25 yaş ve altı öğretmenlerin diğer yaş gruplarında yer alan öğretmenlere göre daha az puan ortalamasına sahip olmaları meslekte yeni olmalarına ve buna bağlı olarak da tecrübelerinin daha az olmalarına bağlanabilir. Öğretmenlerin 26-30 yaş aralığında yeterlik puan ortalamalarında yükseliş görülürken 31-35 yaşta ise en yüksek puan ortalamasına ulaştıkları görülmüştür. 36-40 yaş aralığında tekrar bir düşüş başlamakla birlikte 41 yaş ve üzerinde en düşük seviyeye ulaşması Zararsız (2012) ve Aslan (2019)'ın öğretmen öz-yeterlikleri üzerine yaptıkları çalışma bulguları ile örtüşmektedir. Yaş değişkenine göre öğretmenlerin genel olarak orta düzey yeterliliğe sahip olmaları ve yeterlik konusunda anlamlı bir farklılaşmanın görülmemesi her yaş grubundaki öğretmenin kendi nezdinde yeterliliklere sahip olmasından kaynaklanabilir. Genel olarak öğretmenlerin yaş değişkeni açısından beslenme eğitimi öz-yeterlik puanlarında anlamlı bir farkın olmamasının nedeni; 25 yaş ve altı öğretmenlerin daha yeni kuramsal bilgilere sahip olmalarından, beslenmeye dair yayın ve kaynakları daha çok takip etmelerinden ve daha idealist uygulamalara yer vermelerinden, 31-35 yaş aralığındaki öğretmenlerin en yüksek puan ortalamasına sahip olmaları mesleki tecrübeleriyle birlikte gelişmelere daha açık olabilmelerinden, 36 yaş ve sonrasındaki beslenme eğitimi öz-yeterlik puan ortalamalarında düşüşün ise mesleki tükenmişlik ve mental yorgunluklarından kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Yaş ortalaması arttıkça öğretmenlerdeki tükenmişlikten dolayı başarı ve öğretme çabalarında düşüş yaşadıkları bilinmektedir (Özipek, 2006). Özetle, yaş grubuna göre beslenme eğitimi öz-yeterliklerinde anlamlı bir farklılaşma olmaması yaş kriterinin öğretmenlerin bu konudaki çaba ve yetkinliklerini etkilemediğini göstermektedir.

Öğrenim durumu değişkenine göre incelendiğinde, öğretmenlerin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterlik düzeylerinde anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır ($p>0.05$). Kız meslek lisesi/önlisans mezunu öğretmenlerin puan ortalamalarının $\bar{X}=122.72$, lisans mezunu öğretmenlerin $\bar{X}=122.20$ ve lisansüstü eğitim mezunu öğretmenlerin ise $\bar{X}=126.60$ ile en yüksek puan ortalamasına sahip oldukları görülmüştür. Literatür incelendiğinde de öğretmen öz-yeterliklerinin öğrenim durumlarına göre farklılaşmadığı görülmektedir (Demirdalıcı, 2003; Kesgin, 2006; Karahan ve Balat, 2011; Piştav vd., 2015; Çiftçi, 2015; Aslan, 2019). Kız meslek lisesi/önlisans ve lisans mezunu öğretmenlerin

hemen hemen aynı puan ortalamasına sahip oldukları görülmüştür. Kız meslek lisesi/önlisans ile lisans öğrenim durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma olmaması, kız meslek lisesinden ve önlisans mezun olan öğretmenlerin gerek özel sektörde çalışarak gerekse ücretli öğretmenlik yaparak lisans mezunu öğretmenlerden daha erken mesleğe başlayarak daha fazla tecrübeye sahip olmalarına bağlanabilir (Dilekmen ve Tüzün, 2018). Özbey ve Alisinanoğlu (2009)'nun yaptıkları araştırma sonucunda kız meslek lisesi mezunu öğretmenlerin % 76'sının özel bir okulda çalıştığı vurgulanmaktadır. Özel okullardaki idare denetiminin öğretmenler üzerindeki öz veriyi ve mesleki çabayı arttırdığı ifade edilmektedir. Bu açıdan kız meslek lisesi mezunlarının lisans mezunlarına oranla eğitim açıklarını tecrübeyle kapattıkları söylenebilir. Lisansüstü mezunlarının en yüksek puan ortalamasına ($\bar{X}=126.60$) sahip olmaları ise yüksek lisans eğitimi sürecinde yaptıkları akademik çalışmalarla ve aldıkları derslerle alan bilgisi açısından daha çok bilgi sahibi olmalarından kaynaklanabilir. Sonuç olarak, okul öncesi öğretmenlerinin öğrenim durumlarına göre beslenme eğitimi öz-yeterlik puan ortalamalarında farklılık olsa da istatistiksel açıdan öz-yeterlik düzeylerinde anlamlı bir farklılık görülmemektedir. Beslenme eğitimi ile ilgili alınan eğitimlerin yanı sıra mesleki becerilerin ve tecrübelerin de puan ortalamalarında anlamlı farklılığın ortaya çıkmamasında etkili bir faktör olacağı düşünülmektedir. Daha düşük öğrenim durumuna sahip olan öğretmenlerin tecrübelerinin fazla olabilme durumu, daha yüksek öğrenim durumuna sahip öğretmenlerin ise uygulama açısından yetersiz olma ihtimalleri bu sonucun çıkmasında etkili olmuş olabilir.

Kıdem değişkenine göre incelendiğinde, öğretmenlerin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterlik düzeylerinde anlamlı bir farklılığa neden olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$). Kıdemi 5 yıl ve daha az olan öğretmenlerin puan ortalamalarının $\bar{X}=121.78$, 6-10 yıl arası olanların $\bar{X}=123.98$, 11-15 yıl arası olanları $\bar{X}=123.86$, 16-20 yıl arası olanların $\bar{X}=120.28$, 21 yıl ve daha fazla kıdeme sahip olan öğretmenlerin puan ortalamalarının ise $\bar{X}=121.89$ olduğu tespit edilmiştir. Literatür incelendiğinde de öğretmenlerin kıdemi ile öz-yeterlik düzeyleri arasında ise anlamlı bir fark bulunmadığı çalışmalara rastlanmaktadır (Demirdalç, 2003; Kesgin, 2006; Üstüner vd., 2009; Şahin, 2010; Kadim 2012; Korkut ve Babaoğlu, 2012; Gömleksiz ve Serhatlıoğlu, 2013; Gotch ve French, 2013; Piştav vd., 2015). Beslenme eğitimi öz-yeterlik düzeylerinde kıdem değişkeni açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma görülmesi de, mesleki kıdemi 6-10 ile 11-15 yılları arasında olan öğretmenlerin en yüksek puan ortalamasına sahip oldukları görülmüştür. Bu durum, Zararsız (2012) ve Aslan (2019)'ın çalışmalarında da en yüksek öz-yeterlik puan

ortalamasına 6-10 ve 11-15 yıl kıdeme sahip öğretmenlerin olduğu bulgusu ile benzerlik göstermektedir. 5 yıl ve daha az mesleki kıdeme sahip öğretmenlerin öz-yeterlik puan ortalamalarının $\bar{X}=121.78$ olması, 16 yıl ve üzerinde mesleki kıdeme sahip öğretmenlerin öz-yeterlik puan ortalamalarının ise $\bar{X}=120.28$ ile $\bar{X}=121.89$ arasında olmasının sebebi; 5 yıl ve daha az kıdeme sahip öğretmenlerin mesleğe yeni başlamış olmalarından kaynaklı yaşadıkları duygusal durumlar ve tecrübe yetersizliği olabileceken 16 yıl ve üzerinde mesleki kıdeme sahip öğretmenlerin puan ortalamalarının nedeni ise mental ve mesleki yorgunluk olarak gösterilebilir. Stres ve mutsuzluğun öz-yeterliği etkilediği bilindiğinden mesleki doyumla birlikte gelen mutsuzluğun öz-yeterliği olumsuz etkilediği söylenebilir (Bandura, 1977). Beslenme eğitimi öz-yeterliklerinin öğretmenlerin artan kıdemlerine rağmen anlamlı çıkmaması öğretmenlerin beslenme eğitimi öz-yeterliklerine etki edecek düzeyde çalışmaların içinde yer almamış olmalarına bağlanabilir. Köksal ve Kırılı (1998), yaptıkları çalışmada beslenme ile ilgili seminer/konferans ya da çalışmalara öğretmenlerin % 18'inin katıldığını, % 82'sinin katılmadığını vurgulamaktadır. Bir diğer sebep de öğretmenlerin beslenme konusunda temel bilgileri baz alarak ayrıntılı bir şekilde farklı kaynaklardan yararlanmaya ihtiyaç duymamaları gösterilebilir. Sakar ve Açkurt (2019), yaptıkları çalışmada kadın öğretmenlerin % 85.7'sinin, erkek öğretmenlerin % 68.2'sinin beslenme ile ilgili haberleri görsel basından takip etmekte olduğunu ifade etmektedir. Sabbağ (2003), yaptığı çalışmada öğretmenlerin % 46.46'sının fırsat buldukça, % 29.13'ünün gerektiğinde, % 16.20'sinin sürekli olarak beslenme konularına ilgi duyduğunu belirtmektedir. Güler ve Özçelik (2002), yaptıkları çalışmada öğretmenlerin beslenme ile ilgili bilgileri % 48 ile en fazla gazetelerden, % 40 ile dergilerden, % 39 ile televizyondan edindikleri belirtilmektedir (Sakar ve Açkurt, 2019). Bu çalışmalar göz önünde bulundurulduğunda öğretmenlerin beslenme konusuna yeteri kadar ilgi duymamalarının sınıf uygulamalarında bu konuya daha az yer vermelerine sebep olabileceğini düşündürmektedir. Böylece beslenmeye ilgi duymamaları bu konuda ekstra bir çaba harcayarak bilgiye ulaşmalarına engel olabilmektedir. Özetle, öğretmenlerin mesleğe yeni başlamış olması ya da çalışma yıllarının fazla olmasının, bu konuya ilgi duyulmadığı ya da çeşitli araştırmalar içine girilmediği takdirde kıdemin beslenme eğitimi öz-yeterliği konusunda etkisinin olmadığı şeklinde açıklanabilir.

Kadro durumu değişkenine göre incelendiğinde, öğretmenlerin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterlik düzeylerinde anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). Bu farklılığın kadrolu öğretmenler ile sözleşmeli öğretmenler arasında olduğu tespit edilmiştir.

Kadro durumu değişkeninde en düşük puan ortalamasına sözleşmeli öğretmenlerin (\bar{X} =119.65) sahip olduğu görülmüştür. Kadrolu öğretmenlerin ise (\bar{X} =124.10) daha yüksek puan ortalamasına sahip oldukları saptanmıştır. Bu sonucun kadrolu öğretmenlerin meslek hayatları boyunca edinmiş oldukları tecrübelerin beslenme eğitimi öz-yeterliklerine katkı sağlamasından kaynaklı olduğu söylenebilir. Kadrolu öğretmenlerin daha uzun meslek hayatlarında daha fazla hizmet içi eğitimlere ve çeşitli seminerlere katılma oranlarını da düşününce bu sonuç beklendik bir durumdur. Yapılan birçok araştırmada da hizmet içi eğitime katılan öğretmenlerin öz-yeterlik düzeylerinin hizmet içi eğitim almayanlara oranla daha yüksek çıktığı görülmektedir (Ekici 2008; Camadan 2012; Arslan, 2016). Ayrıca kadrolu öğretmenlerin sözleşmeli öğretmenlere oranla daha yüksek beslenme eğitimi öz-yeterliğine sahip olmaları özlük haklarının ve aylık gelirlerinin sözleşmeli öğretmenlerden daha iyi olmasına bağlanabilir. Bu durum mesleklerine olan bağlılıklarının ve alandaki çabalarının artmasına böylece daha verimli çalışmalarına sebep olabilmektedir. Özyürek ve Erbay (2015), yaptığı çalışmada öğretmenlerin yaşam doyumları (maaş, fiziksel ortam) arttıkça mesleki doyumlarında da olumlu değişimler meydana geldiğini vurgulamaktadır. Mesleki doyum, öz-yeterlik duygusuna etki ederken yüksek öz-yeterlik duygusu da alan ve meslek bilgisine olan ilgiyi ve uygulamadaki başarıyı artırıcı etki göstermektedir (Daştan, 2016). Ülkemizdeki eğitim sistemine bağlı olarak değişen öğretmen mesleki doyumları, mesleki kariyer fırsatlarının yetersizliği ve çalışma koşulları da bu durumu etkileyebilmektedir (Öztürk ve Yıldızbaş, 2019).

Çalışılan yaş grubu değişkenine göre incelendiğinde, öğretmenlerin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterliklerinde anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır ($p>0.05$). Kadim (2012) ve Piştav vd. (2015)'nin öğretmen öz-yeterlik çalışmalarında da çalışılan yaş grubuna göre anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir. Bu çalışmada 3-4 yaş grubu ile çalışan öğretmenlerin öz-yeterlik puan ortalamaları \bar{X} =121.30, 4-5 yaş grubu ile çalışan öğretmenlerin puan ortalamalarının \bar{X} =120.79, 5-6 yaş grubu ile çalışan öğretmenlerin ise puan ortalamalarının \bar{X} =123.91 olduğu kaydedilmiştir. Yaşları 3-4 arası olan çocuklarda iştahsızlık gibi beslenme sorunlarının daha fazla görüldüğü bilinmektedir (Dinçer vd., 2017). 3-4 yaşlar çocukların her alanda desteğe ihtiyaç duydukları yıllardır. Ancak 5 yaşa kadar beslenme konusunda desteğe ihtiyaç duymaları olağan karşılanır. 5-6 yaş arası kendi kendine yiyebilme becerisi kazanmasıyla birlikte farklı beslenme sorunları ortaya çıkmaya başlamaktadır (Kutluay Merdol, 2008). Campbell vd. (2006) yaptıkları çalışmada 5-6 yaş çocuklarının televizyon/tablet karşısında geçirdikleri sürenin artmasıyla beraber atıştırma

tüketiminde artışın bunun yanı sıra sebze tüketiminde ise azalmanın söz konusu olduğunu belirtmiştir (Akış, 2018). Her yaş grubunun kendine özgü beslenme özellikleri olduğu ve öğretmenlerin her yaş grubuyla yapacakları beslenme eğitimlerine önem vermeleri gerektiği aşikardır (Obalı, 2009). Bu sebeple öğretmenlerin çalıştıkları yaş grubuna göre öz-yeterliklerinde anlamlı bir farklılaşma görülmemesi durumu öğretmenlerin çocuklarının gelişim özelliklerini bilmelerine, yaş grubuna göre beslenme özelliklerine odaklanmalarına ve çocukların ilgilerine göre eğitim verme konusunda eşit düzeyde yetkin olmalarına bağlanabilir. Beslenme bütün yaş grubundaki çocuklar için hayati ve temel bir konudur (Akış, 2018).

Görev yapılan okul türü değişkenine göre incelendiğinde, öğretmenlerin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterlik düzeylerinde anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$). Literatür incelendiğinde de bu sonucun bazı çalışmalarla örtüştüğü görülmektedir (Kesgin, 2006; Kadim, 2012; Gömleksiz ve Serhatlıoğlu, 2013; Piştav vd., 2015). Bağımsız anaokulunda görev yapan öğretmenlerin puan ortalaması $\bar{X}=123.39$, ilkokul bünyesindeki anaokulunda çalışanların $\bar{X}=122.0$, özel okul öncesi kurumunda çalışanların puan ortalamaları ise $\bar{X}=121.50$ bulunmuştur. Öğretmenlerin öz-yeterliklerinin çalıştıkları kurum bazında farklı faktörlere göre değiştiği söylenebilir (Woodson vd., 1995). Görev yapılan okul türü beslenme eğitimi öz-yeterlikleri üzerinde etkili olmasa da daha yüksek puan ortalamasına bağımsız anaokulunda çalışan öğretmenlerin sahip olması; bu okulların imkanlarına, beslenme konusundaki paydaşlar arasındaki iş birliğinin daha iyi sağlanıyor olmasına ve velilerin beklentilerinin yüksek olmasına bağlanabilir (Özbey ve Alisinanoğlu, 2009). Yine de sonuç olarak beslenme eğitimi öz-yeterliklerinde anlamlı bir farkın çıkmaması Milli Eğitim Bakanlığı tarafından tüm kurumlara ortak müfredatın gönderilmesine, kazanım ve göstergelerin aynılığına bağlanabilir.

Sınıf mevcudu değişkenine göre incelendiğinde, öğretmenlerin beslenme eğitimi öz-yeterlikleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır ($p>0.05$). Yani bir diğer deyişle sınıftaki çocuk sayısı öğretmenlerin beslenme eğitimi konusunda ne kadar yeterlik sergileyebildiklerinin belirleyicisi olmamaktadır. Yılmaz ve Çokluk Bökeoğlu (2008), Kadim (2012), Piştav vd. (2015), Kaçar ve Beycioğlu (2017) da çalışmalarında sınıf mevcudunun öğretmen öz-yeterlikleri üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmadığını kaydetmiştir. Bu çalışmada 10 çocuk ve daha az sınıf mevcuduna sahip öğretmenlerin puan ortalamaları $\bar{X}=117.67$, 11-15 çocuk arası sınıf mevcuduna sahip olanların $\bar{X}=122.79$, 16-20

çocuk arası $\bar{X}=122.60$, 21-25 çocuk arası $\bar{X}=123.48$ iken 26 çocuk ve daha fazla sınıf mevcuduna sahip olan öğretmenlerin ise beslenme eğitimi öz-yeterlik puan ortalamasının $\bar{X}=126.48$ olduğu saptanmıştır. Öğretmenlerin beslenme eğitimi öz-yeterlik puanları arasında sınıf mevcudu açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmasa da çocuk sayısı arttıkça öğretmenlerin puan ortalamalarında artış olduğu görülmektedir. Kalabalık sınıflarda daha farklı fiziksel özelliklere (boy, kilo artışı), beslenme sorunlarına, aile içi beslenme tarzına ve alerjik durumlara sahip olan çocukların yer alacak olması, öğretmenlerin artan sınıf mevcuduyla birlikte beslenme eğitimi uygulamalarına daha fazla yer vermelerini gerektirebilecektir. Böylelikle beslenme eğitimi üzerinde daha fazla uygulama yapan öğretmenlerin farklı durumlarla karşılaştıklarında gösterdikleri çabalarının ve deneyimlerinin, beslenme alanında kendilerini daha yeterli görmelerine ve motive hissetmelerine sebep olacağı düşünülmektedir. Genel olarak bakıldığında ise sınıf mevcudu değişkeni açısından öğretmenlerin beslenme öz-yeterliklerinde istatistiksel anlamda bir farklılık çıkmaması ise, sınıf içerisindeki çocuk sayılarının beslenme saati düzenine ve beslenme eğitimi uygulamalarına engel teşkil etmediği düşünülmektedir. Yine bu sonuca bağlı olarak; sınıfların donanımının, günlük akışın sınıf mevcuduna göre düzenlenebilir olmasının ve eğitim programının esnekliğinin sınıf mevcudu değişkeninin öz-yeterlik üzerinde oluşturabileceği etkiyi engellediği söylenebilir. Ayrıca bu durum öğretmenlerin sınıf mevcudu ne olursa olsun eğitimlerini gerçekleştirebilme ve yeterlikleri üzerinde herhangi bir olumsuzluğa sebep oluşturabilecek durumları ortadan kaldırabilme becerilerinin yüksek oluşlarına da bağlanabilir (Aslan, 2019).

Çalışmaya katılan okul öncesi öğretmenlerinin % 46.3'ü beslenme eğitimi aldığını belirtirken geriye kalan % 53.7'sinin ise herhangi bir beslenme eğitimi almadığı tespit edilmiştir. Beslenme eğitimi alan öğretmenler ($\bar{X}=124.71$) ile almayan öğretmenlerin ($\bar{X}=120.56$) beslenme eğitimi öz-yeterlik puanları arasında beslenme eğitimi alan öğretmenler lehine anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Literatüre bakıldığında beslenme eğitimi alan kişilerin beslenme alışkanlıklarında olumlu değişiklikler olduğu görülmektedir (Emrich ve Mazier, 2009; Chotivichien vd., 2016; Nekitsing vd., 2018). Sakar ve Açkurt (2019) yaptığı çalışmada öğretmenlerin % 50'sinin yeterli, % 28'inin iyi, % 22'sinin ise yetersiz düzeyde beslenme bilgisine sahip olduğunu belirtmektedir. Okul öncesi öğretmenleri sahip olmaları gereken beslenme eğitimi bilgilerinin önemini fark ederlerse, okul öncesi çocuklarla çalışırken bu konuda daha başarılı bir şekilde örnek olabilir ve çocukları olumlu yeme davranışlarına teşvik edebilirler (Derscheid vd., 2010). Bir diğer

deyişle, öğretmenlerin yeterli ve dengeli beslenme konusunda bilgi düzeyi arttıkça bu konudaki uygulamalarında da iyileşmeler olacak ve motivasyonu da bu durumdan olumlu yönde etkilenecektir. Motivasyonu yüksek öğretmenler ise özellikle sahip oldukları alan bilgisi ile pedagojik alan bilgilerini de uygulamaya koyma konusunda kendilerine güvenen ve daha çok çaba gösteren öğretmenler olacaklardır. Okul öncesi eğitim kademesinden başlanarak beslenme eğitime yer verilmesi önemsenmelidir. Erken yaşlardan itibaren alınan beslenme eğitiminin bireylerin ileriki yaşamlarında etkisi gözle görülür olmaktadır (Özgenel ve Özden, 2019). Çocukların kişiliklerinin büyük bir kısmı okul öncesi dönemde oluştuğu için gerek aile içerisinde gerekse okul ortamında rol model aldığı kişiler tarafından sergilenecek olan örnek yeme davranışları çocukların sağlıklı alışkanlıklar kazanmasında önemli yer tutar. Sağlıklı beslenme demek sağlıklı çocuk demektir, sağlıklı geçen çocukluk ise sağlıklı yetişkinliği temsil ettiğinden iyi bir beslenme alışkanlığına sahip olmak önemlidir (Arlı vd., 2020). Öğrenmeye elverişli ortamlar yaratma görevi büyük ölçüde öğretmenlerin yeteneklerine ve öz-yeterliklerine dayanmaktadır. Sınıf ortamlarındaki düzen ve işleyiş de öğretmenlerin öğretim yeterliklerinden büyük ölçüde etkilenmektedir (Gibson ve Dembo, 1984). Öğrencilerin öğrenmesi için yüksek yeterlik duygusuna sahip öğretmenler, kendileri ve öğrencileri için hedefler koyar ve onlara ulaşmak için stratejiler belirler. Etkinliği yüksek olan öğretmenler hem kendileri hem de öğrencileri hakkında iyi hissederler. Yüksek etkinlik duygusu olan öğretmenler, öğrencilerin öğrenmesini etkileyebileceklerinden emindir. Öz-yeterlik yüksekse, öğretim konusunda istek de o kadar yüksek olmaktadır. (Bandura, 1977; Ashton, 1984; Bandura, 1994).

Çalışmaya katılan okul öncesi öğretmenlerinden % 83.7'si yeterli ve dengeli beslendiğini belirtirken % 16.3'ü yeterli ve dengeli beslenmediğini ifade etmiştir. Yeterli ve dengeli beslendiğini belirten öğretmenlerin (\bar{x} =123.49) yeterli ve dengeli beslenmediğini ifade eden öğretmenlere (\bar{x} =117.30) oranla daha yüksek beslenme eğitimi öz-yeterliliğine sahip oldukları tespit edilmiştir ($p<0.05$). Sakar ve Açkurt (2019)'un çalışmasında beslenme bilgisinin yüksek olduğunu belirten öğretmenlerin yeterli ve dengeli beslenen kişiler oldukları vurgulanmaktadır. Öğretmenlerin beslenme konusunda daha fazla bilgi sahibi olmaları beslenme eğitimi öz-yeterliklerini de olumlu yönde etkilemektedir. Rossiter vd. (2007)'nin çalışmasında beslenme eğitimi öz-yeterliliği yüksek olan öğretmenlerin beslenme alışkanlıklarından memnun olduklarını ve yüksek yağlı, şekerli yiyecek alımlarını sınırlandırarak fiziksel olarak aktif kalmak için çaba sarf ettiklerini belirtmektedir. Yetişkinlerin beslenme konusundaki tutum, davranış ve alışkanlıkları çocuk ve adölesan

bireyler için örnek teşkil etmektedir. Çocuk ve adölesanlara besin tüketimleri konusunda tercih yapmalarına olanak sağlamak önemlidir. Bu sayede besin seçimi konusunda özgürleşerek yeterli ve dengeli beslenme davranışının temelleri atılmış olur (Sormaz, 2013; Tüber, 2015; Ateş Özcan vd., 2019).

Bu çalışmada cinsiyet, kadro durumu, beslenme eğitimi alma durumu ve yeterli ve dengeli beslenme durumu değişkenleri açısından okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi öz-yeterlik düzeylerinde anlamlı bir farklılaşma tespit edilirken diğer demografik özellikler (yaş, kıdem, öğrenim durumu, çalışılan yaş grubu, sınıf mevcudu, görev yapılan okul türü) açısından anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır.

Öneriler

- Okul öncesi öğretmeni yetiştiren eğitim fakültelerinin ders programlarında okul öncesi dönemde fen eğitimi, sanat eğitimi, müzik eğitimi, çevre eğitimi, matematik eğitimi, oyun gelişimi ve eğitimi derslerine yer verildiği görülürken beslenme içerikli herhangi bir derse programda yer verilmediği görülmektedir. Oysa okul öncesi öğretmen adaylarına verilen lisans dersleri arasında beslenme eğitimi ve uygulamalarına yer verilmesinin, meslek hayatlarında yol gösterici olacağı gibi konuya olan ilgilerinin artmasında da etkili olacağı düşünülmektedir. Öğretmenlerin bu konuda bilgi donanımına sahip olması rol model olacağı çocuklara da doğru beslenme davranışlarını kazandırabilmek adına önem arz etmektedir. Bu nedenle beslenme eğitimi konusuna okul öncesi öğretmeni yetiştiren lisans programlarında yer verilmesi önerilmektedir.
- Bu çalışmada okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimi öz-yeterlikleri orta düzeyde bulunmuştur. Öğretmenlerin bu konudaki yeterliklerinin daha da gelişmesi adına okullarda beslenme ve beslenme ile ilgili çalışan alan uzmanlarıyla yapılacak çalışmaların önemli olacağı düşünülmektedir. Bu çalışmaların öğretmenlerin öz-yeterlik düzeylerinin artmasına katkı sağlayacağı gibi öz-yeterliklerindeki artışa bağlı olarak mesleki motivasyonlarını ve öz-güvenlerini de olumlu etkileyecektir. Bir diğer deyişle, öz-yeterlik düzeyi yüksek olan öğretmenlerin öğretim konusundaki isteklerinin artacağı, öğretim isteği artan öğretmenlerin ise kendilerine güvenme konusunda daha başarılı olacakları söylenebilir. Bunun yanı sıra Milli Eğitim Bakanlığı kapsamında öğretmenlere düzenlenecek beslenme eğitimi içerikli hizmet içi eğitimler ve seminerlerin artırılması önerilmektedir.

- Sağlıklı beslenme alışkanlıklarının çocuklara kazandırılmasında ve kalıcılığının sağlanmasında öğretmen ve aile işbirliğinin önemi dikkate alınarak çocuk, öğretmen ve ailede sağlıklı beslenme alışkanlıklarının kazanılmasının önemine ilişkin farkındalığın oluşması ve davranış değişikliklerinin ortaya çıkabilmesi açısından bu üç gruba yönelik eş zamanlı beslenme eğitimi programları yürütülebilir.
- Sözleşmeli öğretmenlerin kadrolu öğretmenlere oranla daha düşük beslenme eğitimi öz-yeterliğine sahip olmaları bulgusuna ulaşılmıştır. Kadrolu öğretmenlere göre daha yeni atanmış olan sözleşmeli öğretmenlere verilen hizmet içi eğitimlerine beslenme eğitiminin dahil edilmesinin etkili olabileceği düşünülmektedir.
- Bu çalışmanın beslenme eğitimi konu edinen çalışmalar içinde ilklerden olması nedeniyle yapılacak olan beslenme eğitimi ve öğretmen öz-yeterlik çalışmalarına yol gösteri olacağı düşünülmektedir. Erken çocukluk dönemi çocuklarının eğitimlerinden sorumlu olan sınıf öğretmenlerinin de beslenme eğitimi öz-yeterlik düzeylerinin incelenmesinin konunun önemine daha da dikkat çekeceği öngörülmektedir.
- Bu çalışma tarama deseninde gerçekleştirilmiştir. Yürütülecek çalışmalarda öğretmenlerle beslenme eğitimi öz-yeterlikleri üzerine derinlemesine bilgi edinmek amacıyla nitel yöntemin benimsendiği çalışmalar da yapılabilir.

5. KAYNAKLAR

- Achurra, C., Villardon, L. (2012). Teacher' self-efficacy and student learning. *The European Journal of Social & Behavioural Sciences*, 2(17), 367-383.
- Akder, R. N., Meseri, R., Çakıroğlu, F. P. (2018). Okul çağı çocukluk döneminde beslenme eğitimi. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2:1-10.
- Akış, G. (2018). *Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 5-6 yaş grubu çocukların okula uyumlarını yordayan değişkenlerin incelenmesi.* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Aksu, B., Özcan, C. (1981). Okul çağı çocuklarında beslenme sorunları ve bazı öneriler. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 10(19), 19-25.
- Akyel, Y., Çalışkan, N. (2013). Okul öncesi eğitim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin drama yöntemi yeterliliklerinin değerlendirilmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 14(3), 161-173.
- Alabay, E.(2006). İlköğretim okulöncesi öğretmen adaylarının fen ile ilgili öz-yeterlik inanç düzeylerinin incelenmesi. *Edu* 7. 2(1).
- Alay, F. (2019). *Okul çağı çocuklarına verilen beslenme eğitimi programının beslenme alışkanlıkları besin tüketim sıklıkları ve beslenme bilgisi üzerine etkisinin değerlendirilmesi.* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Allinder, R. M. (1995). An examination of the relationship between teacher efficacy and curriculum-based measurement and student achievement. *Remedial and Special Education*, 16(4), 247-254.
- Alp, A. G. (2018). *Otistik bozukluğu olan çocukların beslenme durumlarının tanımlanması ve ailelere verilen beslenme eğitiminin etkisinin belirlenmesi.* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Alpay, A. (2010). The adaptation study of general self-efficacy (GSE) scale to Turkish. *İnönü University Journal of The Faculty of Education*, 11(2), 113-131.
- Altıncı, E. E. (2017). Çocukluk çağı obezitesi ve okul temelli müdahaleler. *Uluslararası Hakemli Beslenme Araştırmaları Dergisi*, 10, 17-31.
- Angın, D. E. (2020). Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması [Yayımlanmamış makale].
- Angın, D. E., Aktaş, N. (2011). The vegetable Project: An experience in kindergarten. *International Congress Of Educational Research*, Educational for Active Ageing and Active Citizenship. (4-7 Mart 2012, İstanbul/Türkiye). S. 83-84, İstanbul.
- Anonim, 1991. The State of Food and agriculture 1990. FAO, Rome.

- Arlı, M., Şanlıer, N., Küçükkömürler, S., Yaman, M. (2020). *Anne ve çocuk beslenmesi* (Dokuzuncu baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Arseven, A. (2016). Öz yeterlilik: Bir kavram analizi. *International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 11(19), 63-80.
- Arslan, T. (2016). Okul öncesi öğretmenlerinin öz yeterlik inançları ile eleştirel düşünme becerileri arasındaki ilişki. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale.
- Ashton, P. (1984). Teacher efficacy: A motivational paradigm for effective teacher education. *Journal of Teacher Education*, 35(5), 28-32.
- Aslan, H. B. (2019). *Okul öncesi öğretmenlerinin oyun öğretimine ilişkin öz-yeterliliklerinin incelenmesi (Nevşehir ili örneği)*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aksaray.
- Ataman, Ü. (2009). *Okul öncesi beslenme eğitiminde çocuktan çocuğa eğitim*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Aydos, E. H. (2013). *Okul öncesi çocukları için sağlık eğitimi ölçeğinin geliştirilmesi ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Aytaç, A. (2018). Öğretmenlerin özyeterlilik algılarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Academy Journal of Education Sciences*, 2(1), 29-41.
- Babaoğlu, K., Hatun, Ş.(2002). Çocukluk çağında obezite. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*. C. 11, S. 1: 8-10.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.
- Bandura, A. (1984). Recycling misconceptions of perceived self-efficacy. *Cognitive Therapy and Research*, 8(3), 231-255.
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. In V. S. Ramachandran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior*, 4:71-81.
- Bandura, A.(1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational Psychologist*, 28(2), 117-148.
- Başkale, H. (2010). *Okul öncesi çocuklara verilen beslenme eğitiminin çocukların beslenme bilgisine, davranışlarına ve antropometrik ölçümlerine etkisi*. (Doktora Tezi), Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Baysal, A. (1981). Beslenme sorunlarının sosyal, kültürel eğitim ve ekolojik etmenlerle ilgili nedenleri ve çözüm önerileri. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 10.
- Baysal, A. (1995). *Genel beslenme*. Ankara: Hatiboğlu Yayınları, 9. Baskı.

- Baysal, A. (1999). Kahvaltı ve okul başarısı. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 28(1), 1-3.
- Baysal, A. (2003). Sosyal eşitsizliklerin beslenmeye etkisi. *C. Ü. Tıp Fakültesi Dergisi*, 25(4), 66-72.
- Benli, S. (2019). *Adıyaman ilinde süt çocukluğu döneminde beslenme alışkanlıklarına etki eden faktörlerin değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi), Adıyaman Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Adıyaman.
- Besler, T., Rakıcıoğlu, N., Ayaz, A., Demirel Büyüktuncer, Z., Özel, G. H., Samur Eroğlu, G., . . . Yürük, A. (2015). *Türkiye'ye özgü beslenme rehberi*. Ankara.
- Birch, L. L. (1980). Effects of peer models' food choices and eating behaviors on preschoolers' food preferences. *Child Development*, 51(2), 489-496.
- Brenowitz, N., Tuttle, C. R. (2003). Development and testing of a nutrition-teaching self-efficacy scale for elementary school teachers. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 35: 308-311.
- Brouwers, A., Tomic, W. (2000). A longitudinal study of teacher burnout and perceived self-efficacy in classroom management. *Teaching and Teacher Education*, 16:239-253.
- Brouwers, A., Tomic, W., Stijnen, S. (2002). A confirmatory factor analysis of scores on the teacher efficacy scale. *Swiss Journal of Psychology*, 61(4), 211-219.
- Brown, R., Ogden, J. (2004). Children's eating attitudes and behaviour: a study of the modelling and control theories of parental influence. *Health Education Research*, 19 (3), 261-271.
- Bruce, A. S., Pruitt, S. W., Ha, O-R., Cherry, J. B. C., Smith, T. R., Bruce J. M., Lim, S-L. (2016). The influence of televised food commercials on children's food choices: Evidence from ventromedial prefrontal cortex activations. *The Journal of Pediatrics*, 177: 27-32.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (17. Baskı). Ankara: Pegem Yayınları.
- Camadan, F. (2012). Sınıf öğretmenleri ve sınıf öğretmeni adaylarının kaynaştırma eğitime ve bep hazırlamaya ilişkin öz yeterliklerinin belirlenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(39), 128-138.
- Campbell KJ, Crawford D, Ball K. Family food environment and dietary behaviors likely to promote fatness in 5–6 year-old children. *International journal of obesity*, 30(8), 1272-1280, 2006.
- Cason, K. L. (2001). Evaluation of a preschool nutrition education program based on the theory of multiple intelligences. *Society for Nutrition Education*, 33(3), 161-164.
- Cebirbay, M. A., Aktaş, N. (2016). *Okul öncesi kurumlara devam eden 4-6 yaş grubu çocukların kahvaltı alışkanlıkları ve ebeveynlerinin beslenme bilgilerinin belirlenmesi*. H. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 3(1), 1-11.

- Cheung, Y. H. (2008). Teacher efficacy: a comparative study of Hong Kong and Shanghai primary in-service teachers. *The Australian Educational Researcher*, 35(1), 103-123.
- Chotivichien, S., Arab, L., Prasithsirikul, W., Manosuthi, W., Sinawat, S., Detels, R. (2015). Effect of nutritional counseling on low-density lipoprotein cholesterol among Thai HIV-infected adults receiving antiretroviral therapy. *Psychological and Socio-medical*, 1-9.
- Coleman, P. K., Karraker, K. H. (1997). Self-efficacy and parenting quality: Findings and future applications. *Developmental Review*, 18: 47-85.
- Contento, I. R. (2008). Nutrition education: linking research, theory, and practice. *Asia Pac J Clinicial Nutirition*, 17(1), 176-179.
- Cotugna, N. ve Vickery, C.E. (2005). Nutrition Students Enhance School Health Education. *Health Education*, 105(3), 228-36.
- Curtis, A., O'Hagan, M. (2003). *Care and educaiton in early childhood: A student's guide to theory and practice*. London and New York: RoutledgeFalmer Taylor & Francis Group.
- Çelik, M. (2017). Okul öncesi öğretmen adaylarının yaratıcı drama yöntemini kullanmaya yönelik öz-yeterliklerinin incelenmesi. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 124-134.
- Çetingöz, D. (2012). Okul öncesi eğitimi öğretmen adaylarının yaratıcı drama yöntemini kullanmaya yönelik özyeterlilikleri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 42, 131-142.
- Çevik, B. (2010). Müzik öğretmeni adaylarının müzik öğretimi öz-yeterlik düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *International Conference on New Trends in Education and Their İmlication (ICONTE)*:11-13 Kasım, Antalya- Türkiye.
- Çevik, D. B. (2011). Sınıf öğretmeni adaylarının müzik öğretimi öz-yeterlik düzeylerinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(1), 145-168.
- Çiftçi, H. D. (2015). Özel eğitim merkezlerinde çalışan öğretmenlerin mesleki yetkinlik ve tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *Mediterranean Journal of Humanities*, 1, 221- 241.
- Çubukçu, Z., Girmen, P. (2007). Öğretmen adaylarının sosyal öz-yeterlik algılarının belirlenmesi. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(1), 1-18.
- Dağlıoğlu, H. E. (2010). Üstün yetenekli çocukların eğitiminde öğretmen yeterlikleri ve özellikleri. *Milli Eğitim Dergisi (186)*.
- Daştan, Ş. (2016). *Okul öncesi öğretmenlerinin öz-yeterlik düzeyleri ile üstün yeteneklilerin eğitimine yönelik tutumların karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Gaz Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Demircioğlu, Y., Yabancı, N. (2003). Beslenmenin bilişsel gelişim ve fonksiyonları ile ilişkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24 : 170-179.

- Demirdalıc A. (2003). *Çorum il merkezinde okul öncesi eğitim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin oyun etkinliklerini, planlama, uygulama ve oyuncak seçimi kullanımını becerilerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Demirözü B. E. (2011). *Spor okullarına devam eden 8-12 yaş grubu çocuklara verilen beslenme eğitiminin çocukların beslenme bilgi ve alışkanlıklarına etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Dereli, F. (2006). *2-5 yaş arası sağlıklı çocukların beslenme özellikleri ve aile etkileşimi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Derscheid, L. E., Kim, S. Y., Zittel, L. L., Umoren, J., Henry, B. W. (2014). Teachers' self-efficacy and knowledge of healthy nutrition and physical activity practices for preschoolers: Instrument development and validation. *Journal of Research in Childhood Education*. 28(2), 261-276.
- Derscheid, L. E., Umoren J., Kim S-Y., Henry, B. W., Zittel, L. L. (2010). Early childhood teachers' and staff members' perceptions of nutrition and physical activity practices for preschoolers. *Journal of Research in Childhood Education*, 24: 248-265.
- Dilber, A., Dilber, F. (2018). Çocukların beslenme alışkanlıklarına gıda reklamlarının etkisi: Karaman ili alan araştırması. *Al-Farabi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*. C. 2, S. 2: 150-178.
- Dilek, A. (2015). 3-6 yaş resimli hikaye kitaplarında yer alan resimlerde öz bakım becerilerinin incelenmesi. *Proceedings of the 2nd Cyprus International Congress of Education Research*.
- Dilekmen, M., Tüzün, N. B. (2018). Okul öncesi eğitimde oyunun öğretmen görüşlerine göre değerlendirilmesi. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 37, 43-56.
- Dinçer, Ç., Demiriz, S., Ergül, A. (2017). Okul öncesi dönem çocukları (36-72 ay) için özbakım becerileri ölçeği-Öğretmen formu'nun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 45, 59-78.
- DPT (Devlet Planlama Teşkilatı). (2003). Ulusal Gıda ve Beslenme Stratejisi Çalışma Grubu Raporu (Rapor No: 2670). Ankara: Devlet Planlama Teşkilatı.
- Ekici, G. (2008). Sınıf yönetimi dersinin öğretmen adaylarının öğretmen öz yeterlik algı düzeyine etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35, 98-110.
- Emrich, T. E., Mazier, P. (2009). Impact of nutrition education on university students' fat consumption. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*, 70(4), 187-192.
- Erdem, E., Demirel, Ö. (2007). Teacher self-efficacy belief. *Social Behavior and Personality*, 35(5), 573-586.

- Erdoğan, F. (1999). *Türkiye’de 1996-1998 yıllarında yayınlanmış telif çocuk kitaplarının içerik analizi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi), İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ermış, E., Doğan, E., Erilli, N. A., Satıcı, A. (2014). Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarının incelenmesi: ondokuz mayıs üniversitesi örneği. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*. (6).
- Evrin, F. İ. (2010). *Ankara ili Etimesgut ilçesi şeyh şamil ilköğretim okulu öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ve obezite durumu*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Fahlman, M., McCaughtry, N., Martin, J., Shen., B. (2011). *Efficacy, intent to teach, and implementation of nutrition education increases after training for health educators*. American Journal of Health Education, 42(3), 181-190.
- Fritz, J. J., Miller-Heyl, J., Kreutzer, J. C., Macphee, D. (2010). Fostering personal teaching efficacy through staff development an classroom activities. *The Journal of Educational Research*, 88(4), 200-208.
- Gençtürk, A. (2008). *İlköğretim okulu öğretmenlerinin öz-yeterlik alguları ve iş doyumlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Zonguldak Karaelmas Üniversitesi, Zonguldak.
- Gibson, S., Dembo, M. (1984). Teacher efficacy: A construct validation. *Journal of Educational Psychology*, 76(4), 569-582.
- Gotch, C. M., French, B. F. (2013). Elementary teachers’ knowledge and self-efficacy for measurement concepts. *The Teacher Educator*, 48, 46-47.
- Gökyer, N., Bakcak, S. (2018). Ortaokul öğretmenlerinin özyeterlik düzeyleri: Elazığ ili örneği. *Turkish Journal of Educational Studies*, 5(3), 82-98.
- Gömlüksiz, M. N., Serhatlıoğlu, B. (2013). Okul öncesi öğretmenlerinin öz-yeterlik inançlarına ilişkin görüşleri. *Electronic Turkish Studies*, 8(7), 201-221.
- Gözübüyük, F. (2015). *Annelerin ebeveynlik öz-yeterlik alguları, sözel etkileşim uygulamaları ve 1-3 yaş aralığında çocukların gelişimi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Gripshover, S. J., Markman, E. M. (2013). Teaching young children a theory of nutrition: conceptual change and the potential for increased vegetable consumption. *Association for Psychological Science*. C. 24, S. 8: 1541–1553.
- Güldalı Dereli, S. (2019). *48-72 aylık çocuğa sahip annelerin ebeveynlik yetkinliği ile çocuklarının beslenme tarzı arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.
- Güler, B., Şahin, M. (2016). Fen öğretiminde karma öğrenme: Öz-yeterlik inancı ve teknolojiye yönelik tutuma etkisi. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(3), 908-923.

- Güler, M., Kandemir, Ş. (2015). Öğretmenlerin drama yöntemine yönelik görüşleri ve öz yeterlik düzeyleri. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 111-130.
- Gündoğdu, S. (2009). *Adana ilinde görev yapan okul öncesi öğretmenlerinin beslenme bilgi düzeyleri ve alışkanlıklarının araştırılması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Güneyli, U., Arslan, P. (1981). Bebek ve okul öncesi çocukların beslenme sorunları. *Beslenme ve Diyet Dergisi*.
- Gürel, F. S., Gemalmaz, A., Dişçigil, G. (2004). *Bir grup ilk öğretim öğretmenin beslenme hakkında bilgi düzeyleri, bilgi kaynakları ve fizik aktivite durumları*. ADÜ Tıp Fakültesi Dergisi, 5(3), 21-26.
- Hall, E. M. (2015). *An evaluation and exploration of nutrition education in elementary schools*. (Nutrition & Health Sciences Dissertations & Theses), The Graduate College at the University of Nebraska, Presented to the Faculty of, Lincoln.
- Hazır Bıkmaz, F. (2002). Fen öğretiminde öz-yeterlik inancı ölçeği. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama*, 1(2), 197-210.
- Henson, Robin K. (2001). Teacher Self-Efficacy: Substantive Implications and Measurement Dilemmas.
- Hindin, T. J., Contento, I. R., Gussow, J. D. (2004). A media literacy nutrition education curriculum for Head Start parents about the effects of television advertising on their children's food requests. *Journal of the American Dietetic Association*. C. 104, S. 2: 192-198.
- Hoa, I. T., Hau K. T. (2004). Australian and Chinese teacher efficacy: Similarities and differences in personal instruction, discipline, guidance efficacy and beliefs in external determinants. *Teaching And Teacher Education*, 20, 313–323.
- Howerton, M. W., Bell, B. S., Dodd, K. W., Berrigan, D., Stolzenberg-Solomon, R., Nebelling, L. (2007). School-based nutrition programs produced a moderate increase in fruit and vegetable consumption: meta and pooling analyses from 7 studies. *Journal of Nutrition Education and Behavior*. C. 39, S. 4: 186-196.
- Hoy, A. W., Spero, R. B. (2005). Changes in teacher efficacy during the early years of teaching: A comparison of four measures. *Teaching and Teacher Education*,. 21: 343-356.
- Hu, C., Ye, D., Li, Y., Huang, Y., Li, L., Gao, Y., Wang, S. (2009). Evaluation of a kindergarten-based nutrition education intervention for pre-school children in China. *Public Health Nutrition*, 13(2), 253-260.
- Huang, C. (2013). Gender differences in academic self-efficacy: a meta-analysis. *Eur J Psychology Education*, 28:1-35.
- Idrovo, C., Redmond, R., Gonzalez, C. (2013). *Food and nutrition education in early childhood centers*. Status, Perceptions, and Needs in the District of Columbia, 1-27.

- Jonidies, L., Buschbacher, M.S., Barlow, S.E. (2002), Management of child and adolescent obesity: psychological, emotional, and behavioral assessment. *Pediatrics*, 110(1), 215-21.
- Kaçar, T., Beycioğlu, K. (2017). İlköğretim öğretmenlerinin öz yeterlik inançlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Elementary Education Online*, 16(4), 1753-1767.
- Kadim, M. (2012). *Okul öncesi öğretmenlerinin oyun öğretimine ilişkin öz-yeterliklerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Karahan, Ş. (2008). *Özel eğitim okullarında çalışan eğitimcilerin öz-yeterlik algılarının ve tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Karahan, Ş., Balat, G. U. (2011). Özel eğitim okullarında çalışan eğitimcilerin öz-yeterlik algılarının ve tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(29), 1-14.
- Kaşıkçı, S. (2010). *Edirne ili merkez ilköğretim okullarında okuyan 6., 7. ve 8. Sınıf öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları üzerine bir araştırma*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Namık Kemal Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Tekirdağ.
- Kavas, G., Kavas, N. (2010). *Beslenmenin toplum üzerindeki etkileri*. 14 Nisan 2020 tarihinde <http://www.dunyagida.com.tr/haber/beslenmenin-toplum-uzerindeki-etkileri/3626> adresinden alınmıştır.
- Kaya, İ. (2019). Okul öncesi öğretmenlerinin öz yeterlik inançlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 11(18), 347-363.
- Kesgin, E. (2006). *Okul öncesi eğitim öğretmenlerinin öz-yeterlilik düzeyleri ile problem çözme yaklaşımlarını kullanma düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Denizli.
- Koç, F., Sak, R., Kayri, M. (2015). Okul öncesi eğitim programındaki etkinliklere yönelik öz-yeterlik inanç ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik analizi. *İlköğretim Online*, 14 (4), 1416-1427.
- Koparan, Ş., Öztürk, F., Haşıl Korkmaz, N. (2011). Beden eğitimi öğretmenlerinin öz-yeterlik ve beden eğitimi öğretmeni yetiştirme yeterliliğinin incelenmesi. *Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Kongresi:25-26 Mayıs 2011, Van/ YYÜ Eğitim Fakültesi Dergisi Özel Sayısı*, 52-61.
- Korkut, K., Babaoğlu, E. (2012). Sınıf öğretmenlerinin öz yeterlik inançları. *Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi*, 8(16), 270-282.
- Kotaman, H. (2008). Öz yeterlilik inancı ve öğrenme performansının geliştirilmesine ilişkin yazın taraması. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(1), 111-133.

- Koyuncu Şahin, M., Esen Çoban, A., Güney Karaman, N. (2018). Okul öncesi öğretmenlerinin medyanın çocukların beslenme alışkanlıkları ve bozuklukları üzerindeki etkisine yönelik bakış açıları. *İlköğretim Online*, 17(1), 125-142.
- Köksal, G. ve Kırılı (1998). N. İlkokul öğretmenlerinin beslenme bilgi düzeyleri ve eğitim durumları. *Beslenme ve Diyet Dergisi*. 1998;17(2):259-266
- Köksal, G., Gökmen Özel, H. (2008). Okul öncesi dönemde obezite. *Sağlık Bakanlığı, Klasmat Matbaacılık*, 729, 32. 05 Şubat 2020 tarihinde <https://sbu.saglik.gov.tr/Ekutuphane/kitaplar/t48.pdf> adresinden alınmıştır.
- Kurbanoglu, S. S. (2004). Öz-yeterlik inancı ve bilgi profesyonelleri için önemi. *Bilgi Dünyası*, 5(2), 137-152.
- Kurt, E., Altun, T. (2014). Televizyon reklamlarının ilkökul öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarına etkisi üzerine bir inceleme. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(7), 393-408.
- Kutluay Merdol, T. (2008). Beslenme eğitimi ve danışmanlığı. Ankara: Sağlık Bakanlığı Basım ve Yayım 1. Baskı.
- Kutluay Merdol, T. (2012). *Beslenme eğitimi rehberi*. Ankara: Hatiboğlu Basım ve Yayım 2. Baskı.
- Küçükali, R. (2010). Çocuklarda beslenme bozuklukları ve beslenmenin okul çocuklarının üzerindeki etkileri. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, C. 0, S. 14: 223-239.
- Lioret, S., McNaughton, SA., Spence, AC., Crawford, D., Campbell, KJ. (2013). Tracking of dietary intakes in early childhood: the Melbourne InFANT Program. *European Journal of Clinical Nutrition*, 67:275-281.
- Liu, J., Raine, A. (2016). Nutritional status and social behavior in preschool children: the mediating effects of neurocognitive functioning. *Maternal & Child Nutrition*, 1-15.
- Lohse, B., Rifkin, R., Arnold, K., Least, C. (2012). A digital program informs low-income caregivers of preschool-age children about family meals. *Journal of Educational Behaviour*, 44: 256-261.
- Lund, K. (2011). Capstone: Elementary school teachers' perceptions of classroom nutrition education and cafeteria food.
- Maddux, J. E. (2000). Self-efficacy: The power of believing you can. *The Oxford Handbook of Positive Psychology, 3rd Edition*.
- Matheson, D. M., Killen, J. D., Wang, Y., Varady, A., Robinson, T. N. (2004). Children's food consumption during television viewing. *American Society for Clinical Nutrition*, 79:1088-1094.
- Matheson, D., Spranger, K., Saxe, A. (2002). *Preschool children's perceptions of food and their food experiences*. *J Nutr Educ Behav.*, C. 34, S. 2: 85-92.

- McAuley, E. (1985). Modeling and Self-Efficacy: A test of Bandura's Model. *Journal of Sport Psychology*, 7, 283-295.
- Metin, Ş., Aydoğan, Y. (2019). Okul öncesi öğretmenlerin özel alan yeterlik ve öz yeterlik düzeylerinin incelenmesi. *Milli Eğitim*, 48(1-224), 33-57.
- Midgley, C., Feldlaufer, H., Eccles, J. S. (1989). Change in teacher efficacy and student self- and task-related beliefs in mathematics during the transition to junior high school. *Journal of Educational Psychology*, 81(2), 247-258.
- Mojavezi, A., Tamiz, M. P. (2012). The impact of teacher self-efficacy on the students' motivation and achievement. *Theory and Practice in Language Studies*, 2(3), 483-491.
- Morgan, G. A., Leech N.L., Gloeckner, G.W., Barret, K.C. (2004). *SPSS for introductory statistics: Use and interpretation* (Second Edition). London: Lawrence Erlbaum Associates.
- Morgil, İ., Seçken, N., Yücel, A. S. (2004). Kimya öğretmen adaylarının öz-yeterlik inançlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *BAÜ Fen Bilgisi Enstitüsü Dergisi*, 6(1), 62-72.
- Nekitsing, C., Hetherington, M. M., Blundell-Birtill, P. (2018). Developing healthy food preferences in preschool children through taste exposure, sensory learning, and nutrition education. *Current Obesity Reports*, (7), 60-67
- Nelson, J. A., Carpenter, K., Chiasson, M. A. (2006). Diet, activity, and overweight among preschool-age children enrolled in the special supplemental nutrition program for women, infants, and children (WIC). *Preventing Chronic Disease: Public Health Research, Practice, and Policy*, 3(2), 1-12.
- Obalı, H. (2009). *Okul öncesi eğitimi almakta olan altı yaş grubu çocuklarına verilen proje yaklaşımıyla beslenme eğitiminin beslenme bilgi düzeyine etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Oğuz, Ş., Önay Derin, D. (2013). Okul öncesi eğitim kurumlarına devam etmekte olan 60-72 aylık çocukların beslenme alışkanlıkları: öğretmen görüşlerinin değerlendirilmesi. *Tübav Bilim Dergisi*, 6(1), 1-10.
- Özbey, S., Alisinanoğlu, F. (2009). Okul öncesi eğitim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin fen etkinliklerine ilişkin yeterliklerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(1), 1-18.
- Özenoğlu Kiremit, H. (2006). *Fen bilgisi öğretmenliği öğrencilerinin biyoloji ile ilgili öz-yeterlik inançlarının karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Özer, F., Doğan, N., Çakmakçı, G., İrez, S., Yalaki, Y. (2017). Bilimin doğası içerik temelli etkinlik örneği: Abur cubur. *Araştırma Temelli Etkinlik Dergisi*, C. 7, S. 2: 93-107.

- Özerkan, E. (2007). *Öğretmenlerin öz-yeterlik algıları ile öğrencilerin sosyal bilgiler benlik kavramları arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Edirne.
- Özgenel, M., Özden, F. (2019). *DeneySEL ölçüme dayalı beslenme eğitiminin ortaokul öğrencilerinin beslenme davranışlarına ve beslenme öz-yeterliklerine etkisinin incelenmesi*. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(3), 181-189.
- Özipek, A. (2006). *Ortaöğretim Okullarında Görev Yapan Öğretmenlerde Mesleki Tükenmişlik Düzeyi ve Nedenleri*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Edirne.
- Özlü, G. (2012). *Çevre eğitimi öz-yeterlik ölçeği geliştirilmesi, geçerlik ve güvenilirlik çalışması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özmert, E. N. (2005). Erken çocukluk gelişiminin desteklenmesi-I: Beslenme. *Çocuk sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 48, 179-195.
- Öztürk Samur, A., Çiftçi Y. (2019). Ailelerin nitelikli çocuk edebiyatı ürünlerini seçebilme yetkinlikleri. *Iğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, S: 18: 327-354.
- Öztürk, M. (2010). *Çocukların beslenme alışkanlıklarının sağlık davranışı etkileşim modeline göre incelenmesi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi), İstanbul Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Öztürk, S., Yıldızbaş, Y. V. (2019). Öğretmenlerin öz-yeterlik inançları ile mesleki tükenmişlik algıları arasındaki ilişkinin analizi. *Tarih Okulu Dergisi*, 12(37), 196-233.
- Özyürek, A., Erbay, F. (2015). Okul öncesi öğretmenlerinin öğretmenlik tutumları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Çankırı Karatekin Üniversitesi SBE Dergisi*, 6(2), 31-48.
- Pajares, F. (2002). Overview of social cognitive theory and of self-efficacy.
- Panunzio, M. F., Antoniciello, A., Pisano, A., Dalton, S. (2007). Nutrition education intervention by teachers may promote fruit and vegetable consumption in Italian students. *Nutrition Research*, 27: 524-528.
- Pekcan, A.G., Şanlıer, N., Baş, M. (2015). *Türkiye beslenme rehberi*. Ankara: Kayhan Ajans.
- Pendergast, D., Garvis, S., Keogh, J. (2011). Pre-Service Student-Teacher Self-efficacy Beliefs: An Insight Into the Making of Teachers. *Australian Journal of Teacher Education*, 36(12), 45-58.
- Perikkou, A., Kokkinou, E., Panagiotakos, D. B., Yannakoulia, M. (2015). Teachers' readiness to implement nutrition education programs: Beliefs, attitudes, and barriers.

- Ping L. Y., Ching, C. J., Chou., Ju. (2016). Effects of exposure on themed picture books on children's dietary attitudes. *Sociology and Anthropology*. C. 4, S. 3: 152-166.
- Piştav Akmeşe, P., Kayhan, N. (2015). Okul öncesi öğretmenlerinin oyun öğretimine ilişkin özyeterlik düzeylerinin incelenmesi. *Yaşadıkça Eğitim Dergisi*, 29(2), 43-60.
- Poddar, K. H., Hosig, K. W., Anderson, A. S., Nickols-Richardson, S. M., Duncan, S. E. (2010). Web-based nutrition education intervention improves self-efficacy and self-regulation related to increased dairy intake in college students. *American Dietetic Association*, 110, 1723-1727.
- Powers, A. R., Struempfer, B. J., Guarino, A., Parmer, S. M. (2005). Effects of a nutrition education program on the dietary behavior and nutrition knowledge of second-grade and third-grade students. *Journal of School Health*, C. 75, S. 4: 129-133.
- Rodriguez, S., Nunez, J. C., Valle, A., Blas, R., Rosario, P. (2009). Auto-eficacia docente, motivacion del profesor y estrategias de ensenanza. *Escritos de Psicologia*, 3(1), 1-7.
- Ross, J. A. (1992). Teacher efficacy and the effects of coaching on student achievement. *Canadian Journal of Education*, 17(1), 51-66.
- Rossiter, M., Glanville, T., Taylor, J., Blum, I. (2007). School food practices of prospective teachers. *Journal of School Health*, 77(10), 694-700.
- Ruel, M. T., Alderman, H., The Maternal and Child Nutrition Study Group. (2013). Nutrition-sensitive interventions and programmes: how can they help to accelerate progress in improving maternal and child nutrition?. *Maternal and Child Nutrition* 3, 1-16.
- Sabbağ, Ç. (2003). *İlköğretim okullarında görevli öğretmenlerin beslenme alışkanlıkları ve beslenme bilgi düzeyleri*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Saelens, B. E., Sallis, J. F., Nader, P. R., Broyles, S. L., Berry, C. C., Taras, H. L. (2002). Home environmental influences on children's television watching from early to middle childhood. *Development and Behavioral Pediatrics*, 23(3), 12-132.
- Sakar, E., Açıktur, F. (2019). İlköğretim okullarında görevli öğretmenlerin beslenme alışkanlıkları ve beslenme bilgi durumları. *Sağlık ve Yaşam Bilimleri Dergisi*, 1(1), 30-36.
- Sakız, G. (2013). Başarıda anahtar kelime: Öz-yeterlik. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 26(1), 185-209.
- Sarar, M. (2018). *Okul öncesi öğretmenlerinin üstün yetenekliler eğitimine ilişkin öz yeterlik düzeyleri ile üstün yeteneklilerin eğitimine yönelik algı ve bilgisi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sarıçam, H., Sakız, H. (2014). Burnout and teacher self-efficacy among teachers working in

- special education institutions in Turkey. *Educational Studies*, 40(4), 423-437.
- Savran, A., Çakıroğlu, J. (2003). Differences between elementary and secondary preservice science teachers' perceived efficacy beliefs and their classroom management beliefs. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 2(4), 15-20.
- Seferoğlu, S. S., Akbıyık, C. (2005). İlköğretim Öğretmenlerinin Bilgisayara Yönelik Öz-Yeterlik Algıları Üzerine Bir Çalışma. *Eurasian Journal of Educational Research*, 19: 89-101.
- Senemoğlu, N. (2018). *Gelişim, öğrenme ve öğretim: Kuramdan uygulamaya* (Yirmi altıncı baskı). Ankara: Anı yayıncılık.
- Sharma, S., Skala Dortch, K., Byrd Williams, C., Truxillio, J. B., Rahman, G. A., Bonsu, P., Hoelscher, D. (2013). Nutrition-related knowledge, attitudes, and dietary behaviors among Head Start Teachers in Texas: A cross-sectional study. *J Acad Nutr Diet*, 113(4): 558–562.
- Skaalvik, E. M. ve Skaalvik S. (2007). Dimensions of teacher self-efficacy and relations with strain factors, perceived collective teacher efficacy and teacher burnout. *Journal of Educational Psychology*, 99(3), 611-625.
- Skaalvik, E. M., Skaalvik, S. (2010). Teacher self-efficacy and teacher burnout: A study of relations. *Teaching and Teacher Education*, 26: 1059-1069.
- Skaalvik, E. M., Skaalvik, S. (2014). Teacher self-efficacy and perceived autonomy: Relations with teacher engagement, job satisfaction, and emotioanl exhauston. *Psychological Reports*, 114(1), 68-77.
- Songür, A. N., Görgel, E. B., Ünlüdağ, T., Çakıroğlu, F. P. (2017). Okul öncesi öğretmenlerinin çocuk beslenmesi konusundaki bilgi düzeyleri. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(3), 71-79.
- Sormaz, Ü. (2013). Okul beslenme eğitimi programları. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*. 2 (3), 36-48.
- Sormaz, Ü., Demirkol, M. (2015). Okulda kontrollü kahvaltı uygulaması ile sağlıklı beslenme becerilerinin geliştirilmesi. *Uluslararası Hakemli Beslenme Araştırmaları Dergisi*, 4:20-30.
- Şümbül, E. (2009). *4-6 yaş arasındaki öğrencilerin okul dönemindeki yetersiz ve dengesiz beslenme alışkanlıklarının saptanması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Sütcü, Z. (2006). *Drama eğitiminin okul öncesi eğitime devam eden 6 yaş grubundaki çocukların beslenme alışkanlıklarına etkisinin analizi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Şahin, E. (2010). *İlköğretim sınıf öğretmenlerinin öğretim stili tercihlerinin, cinsiyetlerinin, mesleki kıdemlerinin, öz-yeterlilik algılarının ve öz yönetimli öğrenmeye hazırbulunuşluk düzeylerinin mesleki yeterlilikleri üzerindeki etkisi*. (Doktora Tezi), Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Şahin, F., Filiz S. (1999). Okul öncesi dönemde beslenme kavramının gelişimi üzerine ailenin etkisi. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, S. 11: 321-334.
- Şanlıer, N., Aytekin, F. (2004). Sıfır-üç yaş grubunda çocuğu bulunan annelerin beslenme ve ishal konusunda bilgi ve davranışlarının incelenmesi. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24(3), 81-100.
- Şenol, F. B., Ergün, M. (2015). Okul öncesi öğretmen adayları ile okul öncesi öğretmenlerinin öğretmenlik mesleğine yönelik öz-yeterlik inançlarının karşılaştırılması. *Kuramsal Eğitim Bilim Dergisi*, 8(3), 297-315.
- Şenturan, B. (2017). *Okul öncesi dönem çocuklarına matematik eğitimi içerikli beslenme eğitimi verilmesinin yeterli ve dengeli beslenme bilgisine etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Tortop, Y., Ocak, Y. (2010). Sınıf öğretmenlerinin eğitsel oyun uygulamalarına yönelik görüşlerinin incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 14-22.
- Tosun, C. (2018). *Türkiye’de sağlık harcamalarının belirleyicileri*. (Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tschannen-Moran, M., Hoy, A. W. (2001). Teacher efficacy: capturing an elusive construct. *Teaching and Teacher Education*, 17: 783-805.
- Tuckman, B. W., Sexton, T. L. (1990). The relation between self-beliefs and self-regulated performance. *Journal of Social Behaviour and Personality*, 5(5), 465-472.
- Turan, T. (2016). *Okul öncesi eğitime devam eden çocukların beslenme alışkanlıklarının beden kitle indekslerine ve beslenme kaynaklı sağlık sorunu yaşamalarına etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Maltepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Turgay, A. (1974). Çocuklarda beslenme alışkanlıklarının gelişmesi ve beslenme sorunları. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 3, 166-176.
- Tuuri, G., Zanovec, M., Silverman, L., Geaghan, J., Solmon, M., Holston, D., Guarino, A., Roy H., Murphy, E. (2009). “Smart Bodies” school wellness program increased children’s knowledge of healthy nutrition practices and self-efficacy to consume fruit and vegetables. *Appetite*, 52, 445-451.
- Türker, P. F., Metin, S., Saka, M., Demir, M. (2016). 1-5 yaş arası çocuk sahibi olan annelerin beslenme bilgi düzeylerinin saptanması. *Uluslararası Hakemli Beslenme Araştırmaları Dergisi*, 6: 17-29.
- Türkiye’ye özgü besin ve beslenme rehberi*. Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü. Ankara: 2015, 1. Baskı.
- Uçar, A., Aktaş, N. (2019). Beslenme eğitimi. Şanlıer, N., Akdevelioğlu, Y. (Ed). *Beslenme*

eğitimi neden gereklidir? İçinde (39-48). Ankara: Hedef CS Yayını.

- Uysal, G. (2018). *Beslenme eğitiminin besin seçimi, kolesterol alımı ve vücut kompozisyonuna etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Uzşen, H. (2016). *Okul çağı çocuklarının beslenme alışkanlıklarının değerlendirilmesi ve oyunla beslenme eğitiminin beslenme alışkanlıklarına etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Ülper, H., Bağcı, H. (2012). Türkçe öğretmeni adaylarının öğretmenlik mesleğine dönük öz yeterlik algıları. *Turkish Studies*, 7(2), 1115-1131.
- Ün Açıkgoz, K. (2016). *Etkili öğrenme ve öğretme* (Dokuzuncu baskı). İzmir: Biliş yayıncılık.
- Ünlü, H. (2011). *Okul öncesi dönem çocuklar için yeme davranışı değerlendirme ölçeğinin Türk çocuklarına uyarlanması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Ünüsan, N. (2005). Avrupa birliğine üye ülkelerde beslenme eğitimi ve Türkiye için öneriler. *Milli Eğitim ve Sosyal Bilimler Dergisi*, (33)167. 01 Mart 2020 tarihinde https://dhgm.meb.gov.tr/yayimlar/dergiler/Milli_Egitim_Dergisi/167/index3-unusan.htm adresinden alınmıştır.
- Ünüsan, N., Yalçın, H. (2020). Teachers' self-efficacy is related to their nutrition teaching methods. *Progress in Nutrition*, 22(1), 84-89.
- Ünver, Y., Ünüsan, N. (2005). Okul öncesinde beslenme eğitimi üzerine bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, S. 14: 529-551.
- Üstüner, M., Demirtaş, H., Cömert, M., Özer, N. (2009). Ortaöğretim öğretmenlerinin öz-yeterlik algıları. *Mehmet Akif Ersoy Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(9), 1-16.
- Viel-Ruma, K., Houchins, D., Jolivette, K., Benson, G. (2010). Efficacy beliefs of special educators: The relationships among collective efficacy, teacher self-efficacy, and job satisfaction. *Teacher Education and Special Education*, 20(10), 1-9.
- Watson, G. (2006). Technology Professional development: Long-term effects on teacher self-efficacy. *Jl. of Technology and Teacher Education*, 14(1), 151-165.
- Watt, R. G., Dykes, J., Sheiham, A. (2001). Socio-economic determinants of selected dietary indicators in British pre-school children. *Public Health Nutrition*, 4(6), 1229-1233.
- Woodson, J. M., Benedict, J. A., Hill, G. C. (1995). Nutrition education assessment of classroom teachers in Nevada: Status, resources and preferences. *Society For Nutrition Education*, 27 (1), 42-46.
- Woolfolk, A. E., Hoy, W. K. (1990). Prospective teachers' sense of efficacy and beliefs about control. *Journal of Educational Psychology*, 82(1), 81-91.

- Yaman, S., Koray, Ö. C., Altunçekiç, A. (2004). Fen bilgisi öğretmen adaylarının özyeterlik inanç düzeylerinin incelenmesi üzerine bir araştırma. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(3), 355-366.
- Yardımcı, H., Örmeci, F. Ö., Özçelik, A. Ö., Sürücüoğlu, M. S., Özdoğan, Y. (2015). Nutrition education in preschool children. *Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(5), 449-457.
- Yıldız Ö. E., Deneçli, C. (2013). Reklamda animasyon karakter kullanımının çocukların beslenme alışkanlıkları üzerindeki etkileri. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 36: 242-253.
- Yılmaz, K., Çokluk Bökeoğlu, Ö. (2008). İlköğretim okulu öğretmenlerinin yeterlilik inancı. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 41 (2), 143-167.
- Zararsız, N. (2012). *İlköğretim okullarında görev yapan öğretmenlerin öz-yeterlik algılarının incelenmesi: İstanbul-Sultanbeyli İlçesi Örneği*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Zembat, R., Kılıç, Z., Ünlüer, E., Çobanoğlu, A., Usbaş, H., Bardak, M. (2015). Çocuğun beslenme alışkanlığını kazanmasında okul öncesi eğitim kurumlarının yeri. *Hacettepe University Faculty of Health Sciences Journal*. C. 1, S. 2: 417-424.
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-Efficacy: An essential motive to learn. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 82-91.

6. EKLER

Ek 1. Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği

OKUL ÖNCESİ ÖĞRETMENİ BESLENME EĞİTİMİ ÖZ-YETERLİK ÖLÇEĞİ

Sayın Okul Öncesi Öğretmeni, bu anket okul öncesi öğretmenlerinin beslenme eğitimine ilişkin öz-yeterliklerinin incelenmesi amacıyla hazırlanmıştır. Çalışma, Kişisel Bilgi Formu ve Okul Öncesi Öğretmeni Beslenme Eğitimi Öz-Yeterlik Ölçeği'nden oluşmaktadır. Maddelerde size en uygun olan seçeneği “(X)” şeklinde işaretleyerek belirtiniz. Vereceğiniz bilgiler sadece bu araştırma için kullanılacak ve gizli tutulacaktır. Bu çalışmaya gönüllü olarak katıldığınız ve sorulara samimi yanıtlar verdiğiniz için teşekkür ederim.

Damla KANTARCI ÇINAR

Adnan Menderes Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Temel Eğitim Bölümü Okul Öncesi Anabilim Dalı

Yüksek Lisans Öğrencisi

Kişisel Bilgi Formu	
1. Cinsiyetiniz: 1. <input type="checkbox"/> Kadın 2. <input type="checkbox"/> Erkek	6. Görev Yaptığınız Okul Türü: 1. <input type="checkbox"/> Bağımsız Anaokulu 2. <input type="checkbox"/> İlkokul bünyesindeki anasınıfı 3. <input type="checkbox"/> Özel okul öncesi kurumu
2. Yaşınız: 1. <input type="checkbox"/> 25 yaş ve altı 2. <input type="checkbox"/> 26-30 yaş 3. <input type="checkbox"/> 31-35 yaş 4. <input type="checkbox"/> 36-40 yaş 5. <input type="checkbox"/> 41 yaş ve üzeri	7. Kadro Durumunuz: 1. <input type="checkbox"/> Kadrolu Öğretmen 2. <input type="checkbox"/> Sözleşmeli Öğretmen 3. <input type="checkbox"/> Ücretli Öğretmen
3. Öğrenim Durumunuz: 1. <input type="checkbox"/> Kız Meslek Lisesi/Önlisans 2. <input type="checkbox"/> Lisans 3. <input type="checkbox"/> Lisansüstü	8. Sınıf Mevcudunuz: 1. <input type="checkbox"/> 10 çocuk ve daha az 2. <input type="checkbox"/> 11-15 çocuk 3. <input type="checkbox"/> 16-20 çocuk 4. <input type="checkbox"/> 21-25 çocuk 5. <input type="checkbox"/> 26 çocuk ve daha fazla
4. Kıdem Yılıınız: 1. <input type="checkbox"/> 5 yıl ve daha az 2. <input type="checkbox"/> 6-10 yıl 3. <input type="checkbox"/> 11-15 yıl 4. <input type="checkbox"/> 16-20 yıl 5. <input type="checkbox"/> 21 yıl ve daha fazla	9. Beslenme eğitimi ile ilgili herhangi bir eğitim aldınız mı? <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır
5. Çalıştığınız Yaş Grubu: 1. <input type="checkbox"/> 3-4 Yaş (36-48 ay) 2. <input type="checkbox"/> 4-5 Yaş (49-60 ay) 3. <input type="checkbox"/> 5-6 Yaş (61-72 ay)	10. Beslenmenizde yeterli ve dengeli beslenmeye dikkat eder misiniz? <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır

OKUL ÖNCESİ ÖĞRETMENİ BESLENME EĞİTİMİ ÖZ-YETERLİK ÖLÇEĞİ

		Tamamen uygun	Uygun	Kısmen uygun	Uygun değil	Tamamen uygun değil
1	Beslenme eğitiminde gerçek besinleri kullanabilirim.					
2	Besinlerin nereden geldiği ile ilgili etkinlikleri uygulayabilirim.					
3	Beslenme eğitimini planlarken besin rehberlerinden yararlanabilirim.					
4	Beslenme eğitimini planlarken çocukların ilgilerini dikkate alabilirim.					
5	Besin grupları ile ilgili etkinlikleri uygulayabilirim.					
6	Etkili bir beslenme eğitimi için uygun öğretim yöntem ve tekniklerini kullanabilirim.					
7	Beslenme eğitimini uygulamadan önce süreyi planlayabilirim.					
8	Beslenme eğitimini kullandığım materyallerin uygunluğu açısından değerlendirebilirim.					
9	Besinlerin nasıl elde edildiği ile ilgili etkinlik planlayabilirim.					
10	Beslenme eğitimi için ihtiyaç duyduğum materyalleri hazırlayabilirim.					
11	Beslenme eğitimine aile katılımını sağlayabilirim.					
12	Beslenme eğitimini planlamaya ilişkin öz değerlendirme yapabilirim.					
13	Beslenme eğitimini yürütebilmek için eğitim ortamını hazırlayabilirim.					
14	Besinlerin hangi besin grubuna ait olduğu ile ilgili etkinlikleri uygulayabilirim.					
15	Beslenme eğitimini çocuk merkezli olarak planlayabilirim.					
16	Beslenme eğitiminin kazanım ve göstergelerine ulaşım ulaşımadığımı değerlendirebilirim.					
17	Beslenme eğitimi konularıyla ilgili proje çalışması planlayabilirim.					
18	Çocukların beslenme ile ilgili sorularını yanıtlayabilirim.					
19	Besinlerin nasıl elde edildiği ile ilgili etkinlikleri uygulayabilirim.					
20	Besinlerin nereden geldiği ile ilgili etkinlik planlayabilirim.					
21	Beslenme eğitimini eğitim ortamının düzenlenmesi açısından değerlendirebilirim.					
22	Beslenme eğitimini önemli kavramların (besin israfı, açlık vb.) kazandırılmasında bir aracı olarak kullanabilirim.					
23	Beslenme ile ilgili kavramları farklı disiplinlerle ilişkilendirebilirim.					

24	Besinlerin hangi besin grubuna ait olduğu ile ilgili etkinlik planlayabilirim.					
25	Beslenme eğitimi planlarken bulunduğum çevrenin kültürel özelliklerini dikkate alabilirim.					
26	Beslenme eğitimi ile ilgili etkinliklerin çocukların gelişim düzeylerine uygunluğunu değerlendirebilirim.					
27	Beslenme eğitimi boyunca çocukların kendilerini ifade edebilecekleri bir öğrenme ortamı oluşturabilirim.					
28	Besin grupları ile ilgili etkinlik planlayabilirim.					

Anket sona ermiştir. Katkılarınız için teşekkür ederim...



Ek 2. Araştırma İzin Yazısı

ADÜ Evrak Tarih ve Sayısı: 11/02/2020-E.10331



T.C.
AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : 24878430-300
Konu : Damla KANTARCI ÇINAR'ın tez
çalışması hk.

TEMEL EĞİTİM ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞINA

İlgi : 23.01.2020 tarih ve 1659858 tarih ve sayılı yazı.

Ana Bilim Dalımız Okulöncesi Eğitimi tezli yüksek lisans programı öğrenciniz Damla KANTARCI ÇINAR'ın tez çalışması için Bitlis Valiliği İl Millî Eğitim Müdürlüğünün ilgi yazısı ekte gönderilmiştir.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

e-İmzalıdır
Prof.Dr. Ahmet Can BAKKALCI
Müdür

Ek: 2 Sayfa

Evrakla Değerlenmek İçin: <https://blys.adu.edu.tr/en/View/Bogrusla/NE5K2F98>

Merkez Kampüs Merkez Binalar Kat:1 Etiler/AYDIN

Telefon No: 0256 212 45 74 Faks No: 0256 212 36 57

E-Posta: sosyalbilimler@adu.edu.tr İnternet Adresi: akademik.adu.edu.tr/en/ta/sosyal/

İlgi İçin: Serkan Yeşinar

Unvan: Personel

Telefon No: 3851

Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.



T.C.
BİTLİS VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 67429907-605.01-E.1588321
Konu : Damla KANTARCI ÇINAR'ın
Araştırma İzni

22/01/2020

VALİLİK MAKAMINA

Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü yüksek lisans öğrencisi Damla KANTARCI ÇINAR'ın Dr. Öğr. Üyesi D.Esra ANGIN danışmanlığında yürüttüğü "**Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeteneklerinin incelenmesi**" isimli tez çalışması kapsamında ilimiz Merkez ve 6 ilçeye bağlı resmî/ özel Bağımsız ana okulları ve ana sınıflarında görev yapmakta olan okul öncesi öğretmenlerine 2019-2020 eğitim öğretim güz ve bahar yarıyılarında ekte yer alan ölçme araçlarının uygulanmasını istemektedir.

Söz Konusu "**Okul Öncesi Öğretmenlerinin Beslenme Eğitimine İlişkin Öz-Yeteneklerinin incelenmesi**" isimli tez çalışmasını ilimiz Merkez ve 6 ilçeye bağlı resmî/ özel Bağımsız ana okulları ve ana sınıflarında görev yapmakta olan okul öncesi öğretmenlerine 2019-2020 eğitim öğretim güz ve bahar yarıyılarında ekte yer alan ölçme araçları ile uygulama yapması Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.

Makamlarınızca da uygun görülmesi halinde olurlarınıza arz ederim.

Nedim YOLDAŞ
Millî Eğitim Müdürü V.

OLUR
22/01/2020

Kemal KARAHAN
Vali a.
Vali Yardımcısı

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı : Damla KANTARCI ÇINAR

Doğum Yeri ve Tarihi : İzmir/Konak 19/01/1995

Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi : Dokuz Eylül Üniversitesi

Lisansüstü Öğrenimi : Adnan Menderes Üniversitesi

Yabancı Dil : İngilizce

İş Deneyimi

Okul Öncesi Öğretmeni : (2018 ve halen) 13 Kasım Atatürk Anaokulu – Bitlis/Merkez

İletişim

e-posta Adresi : damlakantt@hotmail.com

Tarih :