



Okul Öncesi Dönem Çocuklarının ve Annelerinin Doğada Vakit Geçirme Durumlarının İncelenmesi¹

Investigation of Preschool Children and Their Mothers' Spending Time in Nature

Neslihan DEMİRCAN²
Gülden UYANIK³

doi: 10.38089/iperj.2023.146
Kabul Tarihi: 16.09.2023

Geliş Tarihi: 02.08.2023

Yayınlanma Tarihi: 30.11.2023

Özet: Doğa hayatın vazgeçilmez bir parçasıdır. Doğada vakit geçirme hem yetişkinler hem de çocuklar üzerinde önemli etkilere sahiptir. Anne babaların doğada vakit geçirme durumu, çocukların doğayla olan ilişkisini etkiler. Ebeveynlerin doğaya karşı olan tutumu ve ilgisi, çocukların doğayla bağlantı kurmasını teşvik eder. Anne babalar, çocuklarına doğal alanları keşfetme fırsatı sunmalı ve doğa ile etkileşimlerini desteklemelidir. Doğada vakit geçirme aynı zamanda anne ve çocuk arasındaki iletişimi güçlendirir. Günümüzde şehirleşme ve teknolojinin etkisiyle çocuklar doğal ortamdan uzaklaşmaktadır. Bu nedenle anne ve çocukların doğada vakit geçirme durumlarının belirlenmesi önemlidir. Bu nedenle, bu çalışmada okul öncesi dönem çocuklarına sahip annelerin görüşlerine dayanarak, annelerin ve çocukların doğada vakit geçirme durumları incelenmiştir. Araştırma yöntemi olarak nitel araştırma yöntemlerinden olgu bilim (fenomenoloji) deseni kullanılmıştır. Araştırmanın kapsam ve amacına bağlı olarak, amaçlı örneklem yöntemlerinden kartopu örneklem tekniği tercih edilmiştir. Veri toplama yöntemi olarak yarı yapılandırılmış görüşme yöntemi kullanılmıştır. Veriler, içerik analiz tekniği ile analiz edilmiştir. Analiz sonucu, annelerin doğada vakit geçirmesi, çocukların doğada vakit geçirmesi ve doğada vakit geçirmeyi etkileyen faktörler olmak üzere üç temaya ulaşılmıştır. Bu bağlamda, annelerin doğada vakit geçirmesinin anneleri psikolojik, fiziksel ve zihinsel olarak olumlu etkilediği, çocukların doğada vakit geçirmesinin ise çocukları fiziksel, zihinsel, sosyal duygusal ve dil gelişimi bakımından desteklediği ve onların çevre farkındalığını artırdığı görülmüştür. Bunlara ek olarak, yaşanan bölge yapısının, hava durumunun, ebeveynlerin sağladığı olanakların, çocuğun eğitim aldığı okulun ve annenin farkındalık seviyesinin doğada vakit geçirmeyi etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, çalışmada ulaşılan sonuçlar çerçevesinde önerilere yer verilmiştir.

Anahtar Kelimeler: okul öncesi dönem, doğa etkileşimi, doğada vakit geçirme, doğa ve anne, doğa ve çocuk

Abstract: Nature is an essential part of life. Spending time in nature has significant effects on both adults and children. Parents' engagement in nature directly influences children's connections with the natural world. The attitude and interest of parents towards nature encourage children to establish a bond with nature. Parents should provide opportunities for their children to explore natural areas and support their interaction with nature. Spending time in nature also strengthens communication between mothers and children. Due to urbanization and the influence of technology, children are becoming disconnected from their natural environments. Therefore, it is important to determine the extent to which parents and children spend time in nature. In this research, based on the opinions of mothers with preschool-aged children, the study examines the mothers' and children's engagement in nature. The research utilized a qualitative research method, specifically the phenomenological design. Considering the scope and purpose of the study, the purposive sampling technique of snowball sampling was preferred. The data collection method employed semi-structured interviews. The data were analyzed using the content analysis technique. As a result of the analysis, three themes were identified: mothers' engagement in nature, children's engagement in nature, and influencing factors. The findings revealed that spending time in nature positively affects mothers psychologically, physically, and mentally. Likewise, it was observed that children's engagement in nature supports their physical, mental, socio-emotional, and language development, as well as increasing environmental awareness. Moreover, it was concluded that there are various factors that influence the engagement of mothers and children in nature, such as the region's characteristics, weather conditions, opportunities provided by parents, the school where the child is educated, and the level of awareness of the mother. Based on the results, recommendations were provided in the study.

Keywords: preschool period, nature interaction, spending time in nature, nature and mother, nature and child

¹ Bu çalışma IX. EJER kongresinde özet bildiri olarak sunulmuştur.

² Arş. Gör., Sinop Üniversitesi, Türkiye, neslihan.demircan999@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-3151-0164>

³ Prof. Dr., Marmara Üniversitesi, Türkiye, guyanik@marmara.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0001-9947-8159>

Giriş

Doğa, her birey için önemli ve tamamen özgün anlamlar taşıyan bir kavramdır. Genellikle, doğayı temsil eden "yeşil" olarak nitelendirilebilen açık ve geniş alanlar, vahşi doğa, parklar ve açık alanları içeren tanımlar yaygındır. Doğada yaşanan deneyimler çeşitlilik gösterir. Bir ağaca bakmak, bir ofiste saksı bitkisi bulundurmak veya iki haftalık bir doğa seyahatine katılmak gibi örnekler, hepsi doğal ortamlarla bağlantı kurmayı sağlayan deneyimlerdir. İnsan hayatının vazgeçilmez bir parçasıdır (Ateş, 2022). Doğada vakit geçirmek insanları birçok yönden olumlu etkilemektedir (Jimenez vd., 2021). Doğa insanlar için dinginlik ve sakinlik kaynağı olabilir (Özgüner, 2004). Yapılan araştırmalara bakıldığında, doğada vakit geçirmenin bireylerin kalp sağlığını olumlu etkilediği, kişilerin kendilerini daha sağlıklı görmelerine olanak tanıdığı, stres, diyabet, obezite, astım riskini azalttığı görülmektedir (Halonen vd., 2014; Hartig ve Kahn, 2016; Kardan vd., 2015; White vd., 2017; White vd., 2019). İnsan ömrünün uzamasında etkili olmakla birlikte bireylerin hayat kalitesini artırmaktadır (Gascon, 2016). Nitekim, Stigsdotter ve diğerleri'nin (2010) çalışması yeşil alana uzak olan bireylerin sağlık ve sağlığa yönelik yaşam kalitesinin daha düşük olduğunu, stres yaşama olasılıklarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla, bireylerin hem fiziksel hem de ruhsal sağlıkları bakımından doğada vakit geçirmek önemli bir yere sahiptir.

Doğada vakit geçirmenin, yetişkinlerin yanı sıra, çocukların da ruh sağlığı ve iyi oluşunda kritik bir rolü vardır (Liu vd., 2021). Doğal ortamlar çocuklara oyun alanı, keşif ve öğrenme ortamı sunmaktadır. Bu bağlamda, çocukların yeşil alanlara erişiminin artması, çocukların daha fazla fiziksel aktivitelerde bulunmasına imkân tanımakta, bu durum 21. yüzyılın en önemli küresel sağlık problemlerinden biri olan obezite riskini azaltmaktadır (Wood vd., 2016). Ayrıca, açık hava etkinlikleri ve gün ışığı miyobun azaltmasının yanı sıra, ilerlemesine karşı koruyucu etkiye sahiptir (He vd., 2015; Sánchez-Tocino vd., 2019). Nitekim, çocukların dışarıda daha fazla zaman geçirmesi ve güneşe maruz kalması, yetişkinlik dönemlerinde miyoba yakalanma olasılıklarını azaltmaktadır (Lingham vd., 2021). Doğanın sunduğu olanaklar sadece çocukların fiziksel gelişimlerine değil aynı zamanda zihinsel, sosyal ve duygusal gelişimlerine de katkıda bulunmaktadır. Doğa çocukların benlik algısını, iyi oluşunu, psikolojik dayanıklılığını, yaratıcılıklarını, esnek düşünme ve öz farkındalıklarını, zihinsel sağlıklarını desteklemektedir (Feng & Astell-Burt, 2017; Kuo vd.2019; Li vd., 2021; Williams & Dixon, 2013; Zylstra vd., 2014). Bunun yanı sıra, çocukların dikkat becerilerini artırmakta, iletişim becerilerinin ilerlemesine olanak tanımaktadır (Ulset, 2017). Kısacası, doğanın çocuklar üzerinde de fiziksel, bilişsel, ruhsal ve davranışsal birçok olumlu etkisi olduğu bilinmektedir (Fyfe-Johnson vd., 2021).

Doğada vakit geçirmenin çocuklar üzerindeki olumlu etkilerini göz önünde bulundurarak, çocuklara doğayla etkileşim kurma fırsatları sağlanmalıdır. Bu noktada anne babaların doğada vakit geçirme durumları üzerine yapılan araştırmaların önemi ortaya çıkmaktadır. Çünkü, çocukların doğayla olan ilişkisi, annelerin doğaya karşı tutumlarıyla yakından bağlantılıdır. Ahmetoğlu'nun (2017) araştırması çocukların doğayla olan etkileşim seviyelerinin, anne babalarının doğa deneyimlerine verdikleri önemle ilişkili olduğunu göstermektedir. Ebeveynler, doğanın önemini fark ettiklerinde, çocuklarının doğayla olan bağlantıları da daha güçlü hale gelmektedir. Diğer bir ifade ile, ebeveynler ve diğer aile bireyleri çocukların doğayla bağlantı kurmasını teşvik edebilir ya da engelleyebilir (D'Amore ve Chawla, 2020). Ebeveynlerin doğa ile olan etkileşimi, çocukların doğal hayatı anlamlandırmasına, doğal hayata değer vermesine ve korumasına olanak tanımaktadır. Anne babaların doğaya karşı olan sevgisi, ilgisi ve merakı, çocukların da doğaya karşı olumlu bir tutum sergilemesine katkıda bulunmaktadır (Atasoy, 2006). Dolayısıyla, çocukların doğa ile olan etkileşimlerini artırmak konusunda anne babalara önemli roller düşmektedir. Bu konuda, öncelikle anne babalar bilinçli olmalı, doğru davranışlar sergilemeli, çocuğu desteklemelidir (Şerbetçi, 2022). Bunun için anne babalar çocukları ile çevrelerinde bulunan doğal alanları keşfetmeli, çocuklarına gerekli psikolojik ve fiziksel alanı sağlamalıdır (Children and Nature Network, 2021). Nitekim anne ile çocuğun doğada vakit geçirmesi aralarındaki iletişimi de güçlendirmektedir (Cameron-Faulkner vd., 2018).

Günümüzde yaygınlaşan şehirleşme ve teknolojinin etkisi ile çocuklar doğal ortamdan uzaklaşmaktadır (Clements, 2004; Turner vd., 2004). Bu durum çocukların bedensel ve ruhsal sağlıklarını olumsuz etkilemektedir (Arola vd., 2023; Barrera-Hernández vd., 2020; Molina-Cando vd., 2021). Dolayısıyla, anne ve çocukların doğada vakit geçirmesi onların çevre ile yeniden bağlantı kurmalarına ve doğal deneyimler edinmelerine imkân sağlamaktadır. Bu nedenle anne ve çocukların

doğada vakit geçirme durumlarını belirlemek önemlidir. Bu bilgiler göz önüne alınarak, bu araştırmada okul öncesi dönem çocuğu olan annelerin görüşleri doğrultusunda, okul öncesi dönem çocuklarının ve annelerinin doğada vakit geçirme durumları incelenmiştir.

Yöntem

Bu araştırma, nitel araştırma yöntemlerinden olan olgubilim (fenomenoloji) deseni kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Olgubilim deseni farkında olunan ancak derinlemesine ve ayrıntılı bir anlayışa sahip olunmayan olguların ortaya çıkarılması yöneliktir (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Bu doğrultuda bu çalışmanın odağında yer alan olgu okul öncesi dönemdeki çocukların ve annelerinin doğada vakit geçirme durumları şeklinde belirlenmiştir.

Çalışma Grubu

Araştırmanın kapsam ve amacına bağlı olarak, amaçlı örnekleme yöntemlerinden kartopu örnekleme tekniği tercih edilmiştir. Kartopu örneklemede, öncelikle araştırmacının kriterlerine uygun bir veya birkaç deneğe ulaşılır. Ardından bu deneklerden elde edilen bilgi ve önerilerinden hareket edilerek diğer deneklere ulaşılmaya çalışılır. Bu sayede katılımcılar tıpkı bir kartopu gibi büyümektedir (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Bu araştırmanın çalışma grubunu, İstanbul'da yaşayan, 36-72 aylık çocuğa sahip olan 17 anne oluşturmaktadır. Kimliklerin gizliliği için kod isim kullanılmıştır. Katılımcıların ve çocuklarının demografik bilgileri Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Bilgileri

*Annenin Adı	Çocuğun Cinsiyeti	Çocuğun Yaşı	Çocuğun Okula Gitme Durumu	Annenin Mesleği	Yaşanılan İlçe
1. Ayşe	Kız	5	Gidiyor	Araştırma Görevlisi	Maltepe
2. Eda	Kız	5	Gidiyor	Stilist	Arnavutköy
3. Şeyma	Kız	5	Gidiyor	Ev Hanımı	Bahçelievler
4. Zeynep	Kız	4	Gitmiyor	Ev Hanımı	Küçükçekmece
5. Buket	Erkek	4,4	Gidiyor	Ev Hanımı	Beylikdüzü
6. Büşra	Erkek	4	Gitmiyor	Ev Hanımı	Arnavutköy
7. Çiçek	Erkek	6	Gidiyor	Ev Hanımı	Fatih
8. Mavi	Erkek	3,5	Gitmiyor	Ev Hanımı	Arnavutköy
9. Sevfı	Erkek	4	Gitmiyor	Ev Hanımı	Küçükçekmece
10. Gökçe	Erkek	3,5	Gitmiyor	Öğretmen	Beylikdüzü
11. Ekin	Erkek	5,5	Gidiyor	Öğretmen	Başakşehir
12. Nilgün	Erkek	5	Gidiyor	Ev Hanımı	Sultanbeyli
13. Meltem	Erkek	6	Gidiyor	Ev Hanımı	Arnavutköy
14. Ece	Erkek	4	Gitmiyor	Ev Hanımı	Arnavutköy
15. Deniz	Erkek	6	Gidiyor	Ev Hanımı	Eyüpsultan
16. Ada	Erkek	4,5	Gidiyor	Öğretmen	Pendik
17. Ekin	Erkek	4	Gidiyor	Öğretmen	Pendik

*Gizliliğin korunması amacıyla katılımcılara kod isimler verilmiştir.

Veri Toplama Aracı

Bu çalışmada nitel araştırmalarda kullanılan veri toplama araçlarından “yarı yapılandırılmış görüşme” yöntemi kullanılmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme türünde araştırmacıya öncesinde belirlenen soru ve konu başlıkları yol göstermektedir (Gürbüz ve Şahin, 2018). Araştırmacılar tarafından, okul öncesi dönem çocuklarının ve annelerinin doğada vakit geçirme durumlarının incelenmesi amacıyla, alan yazın doğrultusunda 10 soruluk yarı yapılandırılmış görüşme formu hazırlanmıştır. Hazırlanan form, annelerin doğayı sevme durumlarına, doğada vakit geçirme imkanlarına, çocuklarının doğada vakit geçirme durumlarına ve imkanlarına ve doğada vakit geçirmelerine engel olan faktörlere yönelik sorular içermektedir. Sorular hazırlandıktan sonra, bir alan uzmanı tarafından değerlendirilmiş ve soruların kapsayıcılığı, niteliği ve hedefe uygunluğu kriterleri göz önüne alınarak revize edilmiştir. Soruların anlaşılabilirliğini test etmek için okul öncesi dönem çocuğu olan iki anneyle çevrimiçi olarak pilot uygulama yapılmıştır. Görüşmelerde yapılan ses kaydı yazıya dökülmüştür. İki araştırmacı tarafından görüşmeler birlikte değerlendirilmiş, soruların genel olarak anlaşılabilirliği tekrar gözden geçirilmiştir. Görüşme formundaki bir soru daha da somut şekilde ifade edilerek sorulara son hali verilmiştir. Katılımcılarla görüşmeye başlanmadan çalışmaya yönelik kısa bir bilgilendirme yapılarak gerekli kayıt izni alınmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmada nitel veri analizi türlerinden olan içerik analizi kullanılmıştır. Bu analiz türünde temel hedef, ulaşılan verileri açıklamaya yardımcı olacak kavramlar ve ilişkileri belirlemektir (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Çalışmada elde edilen veriler öncelikle yazıya dökülmüştür. Ardından, dört aşamada analiz edilmiştir. Veriler kodlanmış, temalara ulaşılmış, ardından kodlar ve temalar düzenlenmiştir. Son olarak elde edilen bulgular tanımlanmış ve yorumlanmıştır. Miles ve Huberman’a (1994) göre aynı veri setini değerlendiren iki araştırmacı analiz sürecinde daha açık tanımlar elde etmektedir. Bu nedenle araştırmaya katılan 17 katılımcıdan elde edilen veriler, güvenilirliğin sağlanması amacı ile, bağımsız olarak iki araştırmacı tarafından analiz edilmiş ve oluşturulan kod ve temalar karşılaştırılmış, ortak anlam çıkarılarak son hali verilmiştir.

Bulgular ve Yorumlar

Çalışmada katılımcılara 10 soru yöneltmiş olup, gerçekleştirilen analizler sonucunda annelerin doğada vakit geçirmesi, çocukların doğada vakit geçirmesi ve doğada vakit geçirmeyi etkileyen faktörler olmak üzere üç temaya ulaşılmıştır. Annelerin doğada vakit geçirmesi temasına ait bulgular Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2. Annelerin doğada vakit geçirmesi temasına ait kategoriler, kodlar ve frekanslar

Tema	Kategori	Kod	Frekans
Annelerin doğada vakit geçirmesi	Psikolojik etkiler	Mutlu	15
		Huzurlu	
		Pozitif	
Annelerin doğada vakit geçirmesi	Fiziksel etkiler	Enerji	2
		Rahatlamak	
		Negatif hissiyat	
Annelerin doğada vakit geçirmesi	Zihinsel etkiler	Psikoloji	2
		Fiziksel etki	
		Beden	
		Zihin	2

Annelerin doğada vakit geçirmesi teması, annelerin doğada vakit geçirmeleri durumundan nasıl etkilendiklerini açıklamaktadır. Bu temada belirlenen kategorilerden ilki psikolojik etkilerdir. Bu bulguya ilişkin örnek katılımcıların ifadeleri şu şekildedir:

“Doğanın bize insanoğluna iyi geldiğini düşünüyorum. Toprağın negatif enerjinizi aldığını, doğada temiz hava almanın insanı morali bozuk olsa bile veya bozuk olmasa da iyi geldiğini, burada enerji kattığını düşünüyorum. Mutlu oluyorum. Seviyorum dışarıda vakit

geçirmeyi, yürümeyi ya da bir çimende oturmayı ya da bir denize bakmayı, güzel havada dışarıda olmayı. Oksijen, hava almayı seviyorum. İyi geliyor.” (Buket)

“Neden severim? Çünkü insanın bütün stresini alıyor, içine bir ferahlık veriyor, huzur veriyor. Yani benim düşüncem böyle. Mesela çok canım sıkıldığı zaman ormana giderim. Böyle temiz havayı içime çekerim içime doğru. İçim rahatlar. Mesela bir sinir olduğum zaman, mesela çocuklara sinirlendiğim zaman derin nefes alırım çıkarım. İnsana bir şey yapar. İnsanın sinirini alır.” (Büşra)

“Daha iyi geliyor. Psikolojik açıdan daha rahat geliyor. İyi geliyor.” (Gökçe)

“Pandemi sürecinde bunun daha farkına vardık. Açık havada bulunmak bize iyi geldi. Hani topraklandık denir ya. Pozitif bir enerji ve alttaki negatif enerjiyi attık, topraklandık. Mutlu olduk.” (Ekin)

İlgili temaya ait diğer alt boyut fiziksel etkilerdir. Bu bulguya ilişkin örnek katılımcıların ifadeleri şu şekildedir:

“Yeşille, maviyle iç içe olmak, havası, temiz oluşu. Bence bunlar insanın psikolojisini, bedenini maddi manevi toparlıyor.” (Çiçek)

“Fiziksel etkileri de var. O enerji boşalmasıdır vesaire.” (Ada)

İlgili temaya ait diğer alt boyut zihinsel etkilerdir. Bu bulguya ilişkin örnek katılımcıların ifadeleri şu şekildedir:

“Biraz daha sakin kaldığımdan dolayı doğru yanlış konusunda biraz daha zihinde orta yolu takip ettirebiliyor.” (Sevgi)

“Bu özellikle telefonsuz, dijital ortamdaki uzak bir detoks gibi. Yani iyi geliyor tabii neden iyi gelmesin. Bir nevi zihnini boşaltmanız için bir araç.” (Deniz)

Bir diğer tema çocukların doğada vakit geçirmesi şeklinde belirlenmiştir. Bu tema çocukların doğada vakit geçirdiklerinde nasıl etkilendiklerini açıklamaktadır. İlgili temaya ait bulgular Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3. Çocukların doğada vakit geçirmesi temasına ait kategoriler, kodlar ve frekanslar

Tema	Kategori	Kod	Sıklık
Çocukların doğada vakit geçirmesi	Fiziksel gelişim	Fiziksel aktivite	5
		Uyku	
		Enerji atmak	
		Motor beceri	
	Zihinsel gelişim	Saymak	11
Keşfetmek			
Bilmek			
Öğrenmek			
İncelemek			
Dil gelişimi	Sorgulamak	1	
	Fark etmek		
Sosyal duygusal gelişim	Tanımak	7	
	Bilginin artması		
	Sosyal		
	Duygusal		
	Psikolojik		
Çevre bilinci	Başka hayatların fark edilmesi	2	
	İlimli		
	Arkadaş edinme		
		Çevre farkındalığı	2
		Diğer canlıların varlığını fark etmek	

Bu temada belirlenen kategorilerden ilki fiziksel gelişimdir. Bu bulguya ilişkin örnek katılımcıların ifadeleri şu şekildedir:

“Fiziksel aktiviteler yapıyor. Koşuyor. Hopluyor. Zıplıyor. Elleri toprağa dokunuyor.” (Ekin)
 “Zıplayabilir, hoplayabilir, enerjisini atabilir, elektrik yükleniyor sonuçta ev ortamında sürekli ev ortamı olunca insan doğada en azından böyle fiziksel aktiviteleri hareket kabiliyeti çok şey oluyor. Gelişiyor.” (Ece)

“Motor becerilerine tabiki katkı sağlıyor. ... İlk kez doğaya çıkan bir çocukla ilk kez doğaya çıkan bir çocukla sürekli düz zeminde yürüyen bir çocuk arasında ciddi fark vardır... Çocuk orayı biliyor, orada ne olacağı ile ilgili tahayyülü var. Adımını nasıl atması gerektiğini biliyor.” (Nilgün)

Bu temada belirlenen kategorilerden diğeri zihinsel gelişimdir. Bu bulguya ilişkin örnek katılımcıların ifadeleri şu şekildedir:

“Beceri açısından baktığımda böyle saymadır vesairedir. İşte karşılaştırmadır. Bu tarz böyle bilgisayar becerilerine katkı sağlıyor zaten.” (Ada)

“Çocuklar orada gerçekten keşfederek öğreniyorlar. 2 yaşındaydı oğlum. İşte bu kelebeklerin uçması, işte çiçeklerin açması onu bana hep anlatıyordu gerek kitaptan gerek videolardan falan. Bunu çocuğun görüp birebir şahit olarak yaşaması çok hoşuma gidiyor. Karahindiba. Onu mesela hep videolarında falan hep açar izletirdik ya da birçok kitapta geçer. O çocuk üzerinde olan kitaplarda. Onu mesela birebir görüp şahit olması... Çocuğun bire bir bizim de hoşumuza gidiyor.” (Mavi)

“Çünkü ben hayata sağlam başlamanın şeyden geçtiğini düşünüyorum. Sadece böyle evin içinde tek başına yaşamak ya da onun için kurgulanmış bir okul ev arkadaş sisteminde değil de börtü böceği görerek ağacın evrelerini görerek mevsimleri görerek olabileceğini düşünüyorum. Hayatı ve tam anlamıyla hissetmek, yaşamak, karşılaşacağı şeyleri önceden bilebilmek adına doğada her şeyin çocuklar için hazır olduğunu düşünüyorum.” (Çiçek)

“İncelemeyi araştırmayı öğretiyor bence. Yani öğreniyorlar. Karıncaların elleri takip diyor çiçek açıyorsa anne bak ilkbahar geldi dedi bunları fark ediyor. Bunları takip ediyor o yönden çok faydalı. (Meltem)

Diğer kategori dil gelişimidir. Bu bulguya ilişkin örnek katılımcıların ifadesi şu şekildedir:

“Aynı zamanda dil gelişimi anlamında da katkı sağlıyor.” (Ada)

Sosyal duygusal gelişim kategorisine ilişkin örnek katılımcıların ifadeleri şu şekildedir:

“Sadece bu dünyada ben yokum. Çevremdeki insanların dışında bir de doğa var. Başka hayatlar var. Hani bunu görmesi benim için önemli.” (Ekin)

“Daha keyifli oluyor daha mutlu oluyor. O yerlerde iletişimi daha kuvvetli oluyor.” (Ada)

Son olarak, ilgili temada çevre bilinci kategorisi yer almaktadır. Bu bulguya ilişkin örnek katılımcıların ifadeleri şu şekildedir:

“Biliyorsunuz, teknoloji çağındayız. Çocuklar çok böyle robot gibi yaşıyorlar aslında hayatı. Keşke fırsatımız olsa da sadece doğayla iç içe olduğumuz bir yerde yaşayabilirsek. Çocukların bunu hissetmesi doğayı hissetmesi, tanınması, koruması için bunun gerekli olduğunu düşünüyorum açıkçası. Yani doğanın sadece yoldaki ağaç, kaldırımın kenarındaki çiçeklerden ibaret olmadığını, korumamız gerektiğini, sahiplenmemiz gerektiğini öğrenmesi gerekir diye düşünüyorum. Yani gelişimin yanı sıra, çevre farkındalığı kazanması açısından doğada vakit geçirmek önemli.” (Ekin)

Annelerin doğada vakit geçirmesi ve çocukların doğada vakit geçirmesi temalarına ek olarak doğada vakit geçirmeyi etkileyen faktörler teması belirlenmiştir. Doğada vakit geçirmeyi etkileyen faktörler

teması, anne ve çocuklarının doğada vakit geçirmesine etki eden etmenleri açıklamaktadır. İlgili temaya ait bulgular Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4. Doğada vakit geçirmeyi etkileyen faktörler temasına ait kategoriler, kodlar ve frekanslar

Tema	Kategori	Kod	Sıklık
Doğada Vakıt Geçirmeyi Etkileyen Faktörler	Yaşanılan bölgenin yapısı	Araba yolu	11
		Park	
		Site	
		Sahil	
		Müsilaj	
		Bina	
		Yapılaşma	
	Hava durumu	Orman	8
		Temiz toprak	
		Sıcak	
Ebeveynlerin yarattığı olanaklar	Yaz	4	
	Kış		
Çocuğun eğitim aldığı okul	Güzel hava	3	
	Soğuk		
	Evde bitki yetiştirmek		
Annenin farkındalık seviyesi	Anasınıfı	1	
	Okul		
	Öğretmen		
	Annenin farkında olması		

Bu temada belirlenen kategorilerden ilki yaşanılan bölgenin yapısıdır. Bu bulguya ilişkin örnek katılımcıların ifadeleri şu şekildedir:

“Büyük bir şehrin ortasında bir rezidansta büyüyen ya da işte Bakırköy'de iç içe evlerin içinde büyüyen bir çocuk adamın attığında direkt kaldırım taşına basıyor veyahut evinin önünde bir araba yolu geçiyor, böyle bir durum yok. O yüzden doğada vakit geçiriyor diyebiliriz.” (Ekin)

“Şimdi her fırsatta balık tutmaya mutlaka çıkıyoruz hatta bu müsilaj bizi çok olumsuz etkiledi. Keşke dedik hani böyle bir şey yaşamayıydık ve tekrardan devam etsek ki ondan dolayı bir tereddüdümüz oluyor.” (Mavi)

Diğer kategori havanın durumudur. Bu bulguya ilişkin örnek katılımcıların ifadeleri şu şekildedir:

“Her gün değil. Hava güzel olduğu takdirde haftada iki falan.” (Deniz)

“Yazları doya doya vakit geçiriyor. Çünkü babasının köyü bir dağ köyü. Orada farklı bir coğrafya var. Bizimki de bahçeli bir hayat.” (Çiçek)

“Mevsimine göre değişiyor. Sıcak havalarda daha fazla doğada vakit geçiriyor.” (Ekin)

Ebeveynlerin yarattığı olanaklar kategorisine ait örnek katılımcıların ifadeleri şu şekildedir:

“Şu an bulunduğumuz sitede 2 artı bir balkonlu olan bir dairemiz var. Ben de bahçe bağ olarak çok severim. Bahçeli bir evde büyüyen bir çocuğum çünkü. Balkonumda mutlaka bu saksılardan daha büyük kovalarımız var onlarda. Mesela domates işte biber, onun dışında, çilek hala yapıyorum. Mevsimine göre bir şeyler yapıyoruz hatta balkonumuzu kapattırdık, kışın da sera şeklinde bir şeyler yapalım diye. Çocuğumuz da bize eşlik ediyor.” (Mavi)

“Evde bitki yetiştiriyorum, yetiştiriyoruz. Yani çiçeğin dışında balkona bir domates, bir şey ekliyoruz. O şekilde de görüyor bir domates nasıl büyür, nasıl sulanır. Bir şeyler ektik daha önceki senelerde. Ona mesela gidip sürekli bakıyor mesela küçük zeytin fidanı ektik büyümüş mü büyümemiş mi.” (Ekin)

Doğada vakit geçirmeyi etkileyen faktörler temasına ait diğer kategori çocuğun eğitim aldığı okuldur. Bu bulguya ilişkin örnek ifade şu şekildedir:

“Çok şanslıyız öğretmenlerden yana. Sürekli böyle hani hayvan tanıtımı yaptı. Yüz gün diye bir şey yapmışlar. Okulda yüz gün boyunca yüz tane hayvan öğreniyorlar. Her hafta bitkilerle ilgili bir şey yapıyorlar: Deney yapıyorlar işte çimlendirme yapıyorlar. Sürekli bir şey yapıyorlar. Yani bu sene tamamen doğayı öğrendi.” (Meltem)

Son olarak, annenin farkındalık seviyesi kategorisi belirlenmiştir. Bu bulguya ilişkin örnek ifade şu şekildedir:

“Annenin yetişmesi yeterdir benim nezdimde. Hani annenin farkında olması doğa ile teması getirir. Biz evet 10 dakikalık mesafemizi 20 dakika yürüyor olabiliriz çocuklarla. Ama bu 20 dakikayı o kadar dolu geçiriyoruz ki. Ağaçtaki yaprağı, oradaki tohumları tohumdan tekrar ağacın oluşmasını, bunları sürekli böyle onunla bir temas halinde. Yol boyunca diyalog halinde gittiğimizde evet çocuk belki doğa ile çok temas kuramıyor fakat kurduğu temastan tam meyve alıyor oluyor. Hani benim nezdimde annenin farkında olması yeterli. Çünkü imkânlar sürekli değişen şeyler.” (Sevgi)

Tartışma ve Sonuç

Okul öncesi dönem çocuklarının ve annelerinin doğada vakit geçirme durumlarının incelendiği bu çalışmadan elde edilen verilere göre, annelerin doğada vakit geçirmesi, çocukların doğada vakit geçirmesi ve doğada vakit geçirmeyi etkileyen faktörler olmak üzere üç temaya ulaşılmıştır.

Araştırma bulguları, doğada vakit geçirmenin anneleri psikolojik, fiziksel ve zihinsel olarak olumlu etkilediğini göstermektedir. Bu bulguya paralel olarak, Liu ve diğerlerinin (2022) araştırması ormanların bireylerin kan basıncını ve kalp hızını düşürmenin yanı sıra, olumsuz duyguları azalttığını, olumlu duyguları ise artırdığını göstermektedir. Bratman ve diğerleri'nin (2015) araştırması kent yürüyüşüne kıyasla, doğa yürüyüşünün duygusal faydalarının (anksiyete ve olumsuz duyguların azalması ve olumlu duyguların korunması) yanı sıra bilişsel yararları (artan çalışma belleği performansı) olduğunu göstermiştir. Nitekim, doğada vakit geçirmenin yaşam memnuniyetini, benlik saygısını, öznel mutluluk seviyesini artırdığı, depresyonu, anksiyeteyi azalttığı, bilişsel işlevler üzerinde koruyucu etkiye sahip olduğu, fiziksel aktivite seviyesini artırdığı, kardiyovasküler hastalık riskini azalttığı bilinmektedir (Chang vd., 2020; Jimenez vd., 2021; Soga vd., 2020). Ayrıca, doğada vakit geçirmek kişilerin sosyalleşme davranışlarını da olumlu etkilemektedir (Aram vd., 2019).

Çalışma, doğada vakit geçirmenin çocukların çevre farkındalığını artırdığını, fiziksel, zihinsel, sosyal duygusal ve dil gelişimini desteklediğini göstermektedir. Kabar'ın (2022) araştırması, çocukların doğada vakit geçirmesine olanak tanıyan orman okullarında eğitim almanın çocukların araştırma, sorgulama becerilerinin yanı sıra bilimsel süreç becerilerini desteklediğini, merak duygusu ve çevre farkındalığını artırdığını göstermektedir. Benzer şekilde, Dilek (2019) tarafından orman okulu uygulamalarının çocukların gelişimlerini olumlu etkilediğini belirlemiştir. Williams & Dixon'un (2013) bahçe temelli öğrenmenin okullardaki akademik sonuçlar üzerindeki etkisine yönelik meta analiz çalışması, çocukların hem sosyal hem de akademik gelişimlerini olumlu etkilediğini göstermiştir. Ayrıca çalışmalar doğada düzenli vakit geçiren çocukların strese ve zorluklara karşı benlik saygısının ve direncinin arttığını, konsantrasyon, öğrenme, yaratıcılık, bilişsel gelişim, iş birliği, esneklik ve öz farkındalıklarının geliştiğini, zihinsel sağlıklarının desteklendiğini göstermektedir (Kuo vd., 2019; Li vd., 2021; Zylstra vd.2014). Bunların yanı sıra, Chawla ve Derr'in (2012) çalışması doğadaki olumlu deneyimlerin çocukların doğa sevgilerini geliştirdiğini göstermiştir.

Araştırma, yaşanan bölgenin yapısının anne ve çocukların doğada vakit geçirme durumlarını etkilediğini göstermektedir. Bu bulgu, önceki bulgular ile uyumludur (Tolunay, 2022; Topalfağlıoğlu, 2002). Önceki araştırmalar doğal alan yakınlığı, temiz, bakımlı olunması, kent merkezine yakınlık, doğal güzellik gibi etkenlerin bireylerin vakit geçirme tercihleri üzerinde etkili olduğunu göstermektedir (Çetinkaya vd., 2015; Güneroğlu ve Pektaş, 2022; Önal ve Sağır, 2018). Benzer şekilde, Sarı (2019) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, doğal alanın kolay ulaşılabilir olmasının, güzel manzara bulunmasının doğayı tercih sebebi olabileceğini göstermektedir. Bu bağlamda, yaşanan şehir önemlidir

denilebilir. Ülkemizde, Tarım ve Orman Bakanlığı'nın verileri 2015 yılı itibariyle ülkemizde %29 oranında orman olduğunu göstermektedir. Avrupa Birliği'nde bu oran %43'tür. Yaşanılan bölgenin yapısının bireylerin doğada vakit geçirmesi üzerindeki etkisi dikkate alındığında, bu oranın artırılması gerektiği söylenebilir.

Hava durumu, anne ve çocukların doğada vakit geçirmesini etkileyen diğer faktördür. Katılımcılar sıcak havaların doğada vakit geçirmek için daha uygun olduğunu ifade etmiştir. Ulaşılan bu sonuç, Fidan (2021) ve Deretarla Gül'ün (2012) araştırma bulguları ile uyusmaktadır. Oysa, çocukları soğuk havaların değil havasız ortamların hasta ettiği bilinmektedir (Memorial Tıbbi Yayın Kurulu, 2021). Dolayısıyla, ulaşılan bu sonucun nedeninin kültürel olduğu düşünülmektedir. Nitekim, Yalçın'ın (2015) çalışmasında, Finlandiya'daki anneler çocuklarının soğuk havada vakit geçirmesinde sakınca görmezken, Türkiye'deki annelerin sakınca gördüğü belirlenmiştir. Benzer şekilde, Danimarka'da çocuklar soğuk havada dışarıda uyuduğu bilinmektedir. Onların bebeklerin dışarıda uyuması bakımından havanın çok soğuk olduğunu düşünmeleri için havanın -20 derece olması gerekmektedir (Gill, 2011).

Bulgular incelendiğinde, annelerin yarattığı olanakların ve ebeveynlerin farkındalık seviyesinin anne ve çocukların doğada vakit geçirmesini etkilediği görülmektedir. Bu bağlamda, yetişkin rehberliği çocukların var olan potansiyellerini daha fazla kullanmalarına, çevre farkındalıklarının artmasına olanak tanımaktadır. Ayrıca, bu durum çocukların doğa ile daha fazla temas kurmasını sağlamaktadır. Dolayısıyla, ebeveynin farkındalık sahibi olması ve çocuklarına olanaklar yaratması önemlidir. Nitekim, Wihardjo ve diğerlerinin (2017) araştırması da bu bulguyu destekler niteliktedir.

Çocukların doğada vakit geçirmesini etkileyen bir diğer faktör ise eğitim alınan okuldur. Okulun sağladığı olanaklar, çocuğun doğa ile temasını artırmaktadır. Örneğin, İsveç'te geleneksel olarak düzenli bir şekilde doğal ortamlar ziyaret edilmektedir. Bu okullarda doğa sınıfı, uyunabilen, yemek yenebilen ev ve büyüleyici bir yer olarak görülmektedir (Anggard, 2010). Dolayısıyla, okul önemlidir ve binalar tasarlanırken çocukların doğa ile temas edebilecekleri alanlar tercih edilmelidir (Özburak, 2019). Buna ek olarak, müfredata doğaya yönelik eklemeler yapılmalı, çocuklara açık havada zaman geçirebilecekleri olanaklar sağlanmalıdır. Ancak, Türkiye'deki öğretmenlerin bir kısmının da tıpkı ebeveynler gibi hava durumuna göre hareket ettiği bilinmektedir (Alat vd., 2012; Çetken ve Sevimli Çelik, 2018; Yıldırım, 2017). Bunun nedeni kültürün yanı sıra, ebeveynlerin istek ve beklentileri ile ilgili olabilir.

Kısacası, gerçekleştirilen bu araştırma sonucunda, annelerin doğada vakit geçirmesi, çocukların doğada vakit geçirmesi ve doğada vakit geçirmeyi etkileyen faktörler olmak üzere üç temaya ulaşılmıştır. Annelerin doğada vakit geçirmesinin onları psikolojik, fiziksel ve zihinsel olarak olumlu etkilediği belirlenmiş, çocukların doğada vakit geçirmesinin çocukların fiziksel, zihinsel, sosyal duygusal, dil gelişimini desteklediği, çevre farkındalığını artırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Her ne kadar doğada vakit geçirmenin hem anne hem de çocuklar üzerine çok çeşitli olumlu etkileri olsa da çeşitli faktörler anne ve çocukların doğada vakit geçirme durumlarını etkilemektedir. Bunlar; yaşanılan bölge yapısı, hava durumu, ebeveynlerin yarattığı olanaklar, çocuğun eğitim aldığı okul ve annenin farkındalık seviyesidir. Sonuçlar göz önüne alındığında aşağıdaki öneriler sunulabilir:

- Bu çalışmada, annelerin ve çocukların doğada vakit geçirme durumları yarı yapılandırılmış görüşme yoluyla araştırılmıştır. Yapılacak çalışmalarda, farklı yöntem ve teknikler kullanılarak ilgili konu derinlemesine araştırılabilir.
- Araştırmada sadece anne ve çocuklarına yönelik bilgi alınmıştır. Babalar ile görüşme yapılarak araştırma genişletilebilir.
- Yaşanılan bölgenin yapısının (doğal alana yakın olma, musilaj vb.) anne ve çocuklarının doğada vakit geçirme durumlarını etkilediği belirlenmiştir. Dolayısıyla, şehir merkezlerinde kolay ulaşılabilir, çocuk dostu, temiz doğal alanlar artırılmalıdır.
- Çalışmaya dâhil olan bazı annelerin, çocuklarını hava durumuna göre doğa ile buluşturdukları görülmüştür. Ancak, yurt dışı çalışmaları incelendiğinde, hava durumu ne olursa olsun çocukların doğa ile buluştuğu ve buna paralel olarak olumlu deneyimler edindikleri görülmüştür. Dolayısıyla, annelerin bu konudaki farkındalığını artırmaya yönelik eğitimler düzenlenebilir.

Kaynakça

- Ahmetoglu, E. (2017). The contributions of familial and environmental factors to children's connection with nature and outdoor activities. *Early Child Development and Care*, 189(2), 233–243. <https://doi.org/10.1080/03004430.2017.1314273>.
- Alat Z., Akgümüş Ö., & Cavali, D. (2012). *Okul öncesi eğitimde açık hava etkinliklerine yönelik öğretmen tutum ve uygulamaları*. 8(3): 47–62. <https://doi.org/10.17860/efd.49967>.
- Anggard, E. (2010). Making use of “nature” in an outdoor preschool: Classroom, Home and Fairyland. *Children, Youth and Environments*, 20(1): 4–25.
- Aram, F., Solgi, E., & Holden, G. (2019). The role of green spaces in increasing social interactions in neighborhoods with periodic markets. *Habitat International*, 84, 24–32. <https://doi.org/10.1016/j.habitatint.2018.12.004>.
- Arola, T., Aulake, M., Ott, A., Lindholm, M., Kouvonon, P., Virtanen, P., & Paloniemi, R. (2023). The impacts of nature connectedness on children's well-being: Systematic literature review. *Journal of Environmental Psychology*, <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2022.101913>. 85: 101913.
- Atasoy, E., ve Ertürk, H. (2008). İlköğretim öğrencilerinin çevresel tutum ve çevre bilgisi üzerine bir alan araştırması. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10 (1) :105-122.
- Ateş, A. (2022). Genç yetişkinlerin doğa ile ilişkili olmak ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişki [Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Ayvansaray Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Barrera-Hernández, L. F., Sotelo-Castillo, M. A., Echeverría-Castro, S. B., & Tapia-Fonllem, C. O. (2020). Connectedness to Nature: Its Impact on Sustainable Behaviors and Happiness in Children. *Frontiers in Psychology*, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00276>. 11.
- Bratman, G., Daily, G., Levy, B., & Gross, J. (2015). The benefits of nature experience: Improved affect and cognition. *Landscape And Urban Planning*, 138: 41-50. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2015.02.005>.
- Cameron-Faulkner, T., Melville, J., & Gattis, M. (2018). Responding to nature: Natural environments improve parent-child communication. *Journal of Environmental Psychology*, 59: 9–15. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2018.08.008>.
- Chang, C., Oh, R. R. Y., Nghiem, T. P. L., Zhang, Y., Tan, C. L. Y., Lin, B. B., Gaston, K. J., Fuller, R. A., & Carrasco, L. R. (2020). Life satisfaction linked to the diversity of nature experiences and nature views from the window. *Landscape and Urban Planning*, 202, 103874. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2020.103874>.
- Chawla, L., Keena, K., Pevec, I., & Stanley, E. (2014). Green schoolyards as havens from stress and resources for resilience in childhood and adolescence. *Health & Amp; Place*, 28: 1-13. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2014.03.001>.
- Children and Nature Network (2021). Association of Zoos & Aquariums: eGuide for Families. Retrieved June 2023, https://eadn-wc04-796033.nxedge.io/wpcontent/uploads/aza_natureplay_familyguide_final_23-2-20.pdf
- Clements, R. (2004). An investigation of the status of outdoor play. *Contemporary Issues in Early Childhood*, 5(1), 68-80.
- Çetinkaya, G., Erman, A., & Uzun, M. S. (2015). Rekreasyonel amaçlı park kullanıcılarının memnuniyet ve memnuniyetsizlik faktörlerinin belirlenmesi. *International Journal of Human Sciences*, 12(1), 851. <https://doi.org/10.14687/ijhs.v12i1.2875>.
- Çetken, H. Ş., & Sevimli-Çelik, S. (2018). Okul Öncesi Öğretmenlerinin Dış Mekân Oyunlarına Karşı Bakış Açılarının İncelenmesi. *Kuramsal Eğitimbilim*, 11(2): 318–341. <https://doi.org/10.30831/akukeg.379662>.
- D'Amore, C., & Chawla, L. (2020). Significant life experiences that connect children with nature: research review and applications to a family nature club. In A. Cutter-Mackenzie Knowles, K. Malone, & E. Barratt Hacking (Eds.), *Research handbook on childhood nature* (pp. 799–825). Switzerland: Springer Nature.
- Deretarla Gül, E. (2012). Ailelerin çocuk bahçelerine ve çocuk bahçelerindeki materyallere bakış açılarının incelenmesi, *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(3), 261–273.
- Dilek, Ö. (2019). Orman okulu uygulamalarının çocukların gelişimine yönelik katkısının değerlendirilmesi [Yüksek lisans tezi]. Kastamonu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kastamonu.
- Feng, X., & Astell-Burt, T. (2017). Residential green space quantity and quality and child well-being: A longitudinal study. *American Journal of Preventive Medicine*, 53(5): 616–624. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2017.06.035>.

- Fidan, Ö. (2021). Okul öncesi eğitimde açık havada öğrenme deneyimlerine yönelik bir eylem araştırması: "Bahçe Çocuk'ta Öğreniyorum" [Yüksek lisans tezi]. Eskişehir Anadolu Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Fyfe-Johnson, A. L., Hazlehurst, M. F., Perrins, S. P., Bratman, G. N., Thomas, R., Garrett, K. A., Hafferty, K. R., Cullaz, T. M., Marcuse, E. K., & Tandon, P. S. (2021). Nature and Children's Health: A Systematic Review. *Pediatrics*, 148(4): e2020049155. <https://doi.org/10.1542/peds.2020-049155>.
- Gill, R. (2011). Inside-Out nature: A Denmark experience. *Practical Pre-School*, 2011(127), 16–17. <https://doi.org/10.12968/prps.2011.1.127.16>.
- Güneroğlu, N., & Pektaş, S. (2022). Evaluation of Sera lake nature park in terms of user satisfaction. *Ormanlık Araştırma Dergisi*. 9: 124-132. <https://doi.org/10.17568/ogmoad.1091159>.
- Gürbüz, S. ve Şahin, F. (2018). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri (5. baskı)*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Halonon, J. I., Kivimäki, M., Pentti, J., Stenholm, S., Kawachi, I., Subramanian, S. V., & Vahtera, J. (2014). Green and blue areas as predictors of overweight and obesity in an 8-year follow-up study. *Obesity*, 22(8): 910–1917. <https://doi.org/10.1002/oby.20772>.
- Hartig, T., & Kahn, P. H. (2016). Living in cities, naturally. *Science*, 352(6288): 938–940. <https://doi.org/10.1126/science.aaf3759>.
- He, M., Xiang, F., Zeng, Y., Mai, J., Chen, Q., Zhang, J., Smith, W., Rose, K., & Morgan, I. G. (2015). Effect of Time Spent Outdoors at School on the Development of Myopia Among Children in China. *JAMA*, 314(11): 1142. <https://doi.org/10.1001/jama.2015.10803>.
- Jimenez, M. P., DeVille, N. V., Elliott, E. G., Schiff, J. E., Wilt, G. E., Hart, J. E., & James, P. (2021). Associations between nature exposure and health: A review of the evidence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(9): 4790. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094790>.
- Kabar, E. (2022). Farklı ülkelerde orman okullarının çocuğun gelişimine etkisi ve öğretmenin rolü ile ilgili öğretmen görüşlerinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. KTO Karatay Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Karaman.
- Kardan, O., Gozdyra, P., Misic, B., Moola, F., Palmer, L. J., Paus, T., & Berman, M. G. (2015). Neighborhood greenspace and health in a large urban center. *Scientific Reports*, 5(1). <https://doi.org/10.1038/srep11610>.
- Kuo, M., Barnes, M., & Jordan, C. (2019). Do experiences with nature promote learning? converging evidence of a cause-and-effect relationship. *Frontiers In Psychology*, 10, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00305>.
- Li, D., Menotti, T., Ding, Y., & Wells, N. (2021). Life course nature exposure and mental health outcomes: A systematic review and future directions. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 18(10): 5146. <https://doi.org/10.3390/ijerph18105146>.
- Lingham, G., Yazar, S., Lucas, R. M., Milne, E., Hewitt, A. W., Hammond, C. J., MacGregor, S., Rose, K. A., Chen, F. K., He, M., Guggenheim, J. A., Clarke, M. W., Saw, S.-M., Williams, C., Coroneo, M. T., Straker, L., & Mackey, D. A. (2021). Time spent outdoors in childhood is associated with reduced risk of myopia as an adult. *Scientific Reports*, 11(1): 6337. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-85825-y>.
- Liu, Q., Wang, X., Liu, J., An, C., Liu, Y., Fan, X., & Hu, Y. (2021). Physiological and psychological effects of nature experiences in different forests on young people. *Forests*, 12(10):1391. <https://doi.org/10.3390/f12101391>.
- Memorial Tıbbi Yayın Kurulu. (2021). Çocukları Soğuk Değil Havasız Ortamlar Hasta Ediyor. Memorial.Retrieved 2023, <https://www.memorial.com.tr/saglik-rehberi/cocuklari-soguk-degil-havasiz-ortamlar-hasta-ediyor>
- Miles, M. B. and Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook*. New York: Sage Publications, Inc.
- Molina-Cando, M. J., Escandón, S., Van Dyck, D., Cardon, G., Salvo, D., Fiebelkorn, F., Andrade, S., Ochoa-Avilés, C., García, A., Brito, J., Alvarez-Alvarez, M., & Ochoa-Avilés, A. (2021). Nature relatedness as a potential factor to promote physical activity and reduce sedentary behavior in Ecuadorian children. *PLOS ONE*, 16(5). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251972>.
- Önal, S., & Sağır, M. (2018). Identification of the use of urban parks in ankara. *Journal of Ankara Studies*, 6(1): 77–90. <https://doi.org/10.5505/jas.2018.57338>.
- Özburak, Ç. (2019). *Okul Öncesi Dönemde Sürdürülebilir Mimarlık Kavramı: Yapılı Çevre Eğitimi*. 1(1), 1–12.
- Özgüner, H. (2004). Doğal peyzajın insanların psikolojik ve fiziksel sağlığı üzerine etkileri. *Turkish Journal of Forestry*, A (2), 97-107.
- Sánchez-Tocino, H., Villanueva Gómez, A., Gordon Bolaños, C., Alonso Alonso, I., Vallelado Alvarez, A., García Zamora, M., Francés Caballero, E., Marcos-Fernández, M. Á., Schellini, S., & Galindo-Ferreiro, A. (2019).

- The effect of light and outdoor activity in natural lighting on the progression of myopia in children. *Journal Français D'Ophthalmologie*, 42(1): 2–10. <https://doi.org/10.1016/j.jfo.2018.05.008>.
- Sarı, D. (2019) Evaluation of the relationship between need, activity and space in the case of urban parks. *Artvin Coruh University Journal of Forestry Faculty*, 20(2), 181-192.
- Soga, M., Evans, M. J., Tsuchiya, K., & Fukano, Y. (2020). A Room with a green view: The importance of nearby nature for mental health during the covid- 19 pandemic. *Ecological Applications*, 31(2). <https://doi.org/10.1002/eap.2248>.
- Stigsdotter, U. K., Ekholm, O., Schipperijn, J., Toftager, M., Kamper-Jørgensen, F., & Randrup, T. B. (2010). Health promoting outdoor environments - Associations between green space, and health, health-related quality of life and stress based on a Danish national representative survey. *Scandinavian Journal of Public Health*, 38(4): 411–417. <https://doi.org/10.1177/1403494810367468>.
- Şerbetçi, H. N. (2022). Anne-çocuk çevre eğitimi: öğretmen, öğrenci, veli işbirlikli durum çalışması [Yüksek lisans tezi]. Bartın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Bartın.
- Tolunay, F. (2022). The neurological and psychological effects of human and nature interaction: Walking in natural landscape and landscaped garden environments [Master's thesis]. İhsan Doğramacı Bilkent University, Ankara.
- Topalfağoğlu, G. C. (2002). Üsküdar ilçesindeki yeşil alanların kullanımının ve kullanıcıların memnuniyet derecelerinin değerlendirilmesi: Büyük Çamlıca Korusu, Fethi Paşa Korusu ve Doğancılar Parkı. [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Teknik Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Turner, W. R., Nakamura, T. & Dinetti, M. (2004). Global urbanization and the separation of humans from nature. *Bioscience*, 54(6), 585-590.
- Ulset, V., Vitaro, F., Brendgen, M., Bekkhus, M., & Borge, A. I. H. (2017). Time spent outdoors during preschool: Links with children's cognitive and behavioral development. *Journal of Environmental Psychology*, 52: 69–80. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2017.05.007>.
- White, M. P., Alcock, I., Grellier, J., Wheeler, B. W., Hartig, T., Warber, S. L., Bone, A., Depledge, M. H., & Fleming, L. E. (2019). Spending at least 120 minutes a week in nature is associated with good health and wellbeing. *Scientific Reports*, 9(1). <https://doi.org/10.1038/s41598-019-44097-3>.
- White, M. P., Pahl, S., Wheeler, B. W., Depledge, M. H., & Fleming, L. E. (2017). Natural environments and subjective wellbeing: Different types of exposure are associated with different aspects of wellbeing. *Health & Place*, 45, 77–84. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2017.03.008>.
- Wihardjo, S. D., Hartati, S., Nurani, Y., & Sujarwanta, A. (2017). The effects of green schooling knowledge level and intensity of parental guidance on the environmental awareness of the early age student. *Educational Research and Reviews*, 12(5): 251–257. <https://doi.org/10.5897/ERR2015.2608>.
- Williams, D., & Dixon, P. (2013). Impact of garden-based learning on academic outcomes in schools. *Review Of Educational Research*, 83(2): 211-235. <https://doi.org/10.3102/0034654313475824>.
- Wood, S. L., Demougin, P. R., Higgins, S., Husk, K., Wheeler, B. W., & White, M. (2016). Exploring the relationship between childhood obesity and proximity to the coast: A rural/urban perspective. *Health & Place*, 40: 129–136. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2016.05.010>.
- Yalçın, F. (2015). A crosscultural study on outdoor play: Parent and teacher perspectives [Master's thesis]. Middle East Technical University, Institute of Social Sciences, Department of Early Childhood Education.
- Yıldırım, A. & Şimşek, H. (2016). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin.
- Yıldırım, M. (2017). Bağımsız anaokulu öğretmenlerinin dış mekân oyun alanlarına ve uygulamalarına ilişkin görüşleri [Yüksek lisans tezi]. Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Zylstra, M.J.; Knight, A.T.; Esler, K.J.; & Le Grange, L.L.L. (2014). Connectedness as a core conservation concern: An interdisciplinary review of theory and a call for practice. *Springer Science Reviews*, 2(1), 119-143.

Extended Abstract

Nature is a concept that holds important and entirely unique meanings for each individual. Generally, definitions that encompass nature often include open and vast spaces referred to as "green," which can represent the wilderness, parks, and open areas. Experiences in nature vary widely and can range from looking at a tree, having a potted plant in an office, to participating in a two-week nature trip. All of these examples are experiences that help establish a connection with the natural environment. It is an essential part of human life (Ateş, 2022). Spending time in nature has a positive impact on individuals in many ways (Jimenez et al., 2021). Research indicates that spending time in nature has a positive effect on individuals' heart health, promotes a healthier self-perception, and reduces the risk of conditions such as stress, diabetes, obesity, and asthma (Alcock et al., 2017; Astell Burt et al., 2013; Halonen et al., 2014; Hartig and Kahn, 2016; Kardan et al., 2015).

Spending time in nature plays a critical role in the mental health and well-being of not only adults but also children (Liv et al., 2021). Natural environments provide children with a space for play, exploration, and learning. In this context, increased access to green spaces for children allows them to engage in more physical activities, reducing the risk of obesity, which is one of the most significant global health issues of the 21st century (Wood et al., 2016). Furthermore, outdoor activities and exposure to daylight have a protective effect against the progression of myopia, in addition to reducing myopia (He et al., 2015; Sánchez-Tocino et al., 2019). The opportunities provided by nature not only contribute to children's physical development but also their mental, social, and emotional development. Nature supports children's self-esteem, well-being, psychological resilience, creativity, flexible thinking, self-awareness, and mental health (Feng & Astell-Burt, 2017; Kuo et al., 2019; Li et al., 2021; Williams & Dixon, 2013; Zylstra et al., 2014;).

Taking into account the positive effects of spending time in nature on children, opportunities for children to interact with nature should be provided. At this point, the importance of research on the outdoor experiences of parents becomes evident, as children's relationship with nature is closely linked to their parents' attitudes toward nature. Ahmetoğlu's (2017) study demonstrates that the level of children's interaction with nature is related to the importance parents place on their own outdoor experiences. Considering this information, this study examined the outdoor experiences of mothers with preschool children, based on their perspectives, regarding the outdoor experiences of preschool children and mothers.

This research was conducted using the qualitative research method known as phenomenological design. In accordance with the scope and objectives of the research, purposive sampling was chosen, employing the snowball sampling technique. The study group consists of 17 mothers who have children aged 36–72 months and live in İstanbul. In qualitative research, the data collection tool "semi-structured interviews" was utilized. For data analysis, content analysis, which is one of the types of qualitative data analysis, was employed.

According to the data obtained from this study, three main themes were identified: mothers spending time in nature, children spending time in nature, and factors influencing outdoor experiences.

The research findings indicate that spending time in nature has positive psychological, physical, and mental effects on mothers. In line with these findings, a study by Liu et al. (2022) demonstrates that forests not only lower individuals' blood pressure and heart rate but also reduce negative emotions while increasing positive emotions. Bratman et al. (2015) found that compared to urban walks, nature walks have emotional benefits such as reducing anxiety and negative mood while preserving positive mood, as well as cognitive benefits such as improved working memory performance.

The study demonstrates that spending time in nature enhances children's environmental awareness and supports their physical, mental, social-emotional, and language development. Research by Kabar (2022) indicates that receiving education in forest schools, which allow children to spend time in nature, supports children's research and inquiry skills, as well as scientific process skills, while increasing their curiosity and environmental awareness. Furthermore, studies show that children who spend regular time in nature experience increased self-esteem and resilience against stress and challenges. They also exhibit improved concentration, learning abilities, creativity, cognitive development, collaboration, flexibility,

and self-awareness. Additionally, their mental well-being is supported (Kuo et al., 2019; Li et al., 2021; Zylstra et al., 2014).

The research indicates that the region's characteristics affect mothers' and children's time spent in nature, which is consistent with previous findings (Tolunay, 2022; Topalfağlıoğlu, 2002). Previous studies have shown that factors such as proximity to natural areas, cleanliness, proximity to the city center, and natural beauty influence individuals' preferences for spending time in nature (Çetinkaya et al., 2015; Güneroğlu and Pektaş, 2022; Önal and Sağır, 2018).

When the findings are examined, it is seen that the opportunities created by mothers and the level of awareness of parents affect the time mothers and children spend in nature. Another factor that influences children's time spent in nature is the school they attend. The opportunities provided by the school increase the child's interaction with nature.

Considering the results, the following recommendations can be made:

- In this study, the outdoor experiences of mothers and children were explored through semi-structured interviews. Future research on the subject could delve deeper using different methods and techniques.
- The study only gathered information from mothers and their children. The research can be expanded by conducting interviews with fathers as well.
- The study found that the structure of the living area (proximity to natural areas, issues like pollution) affects the outdoor experiences of mothers and their children. Therefore, easily accessible, child-friendly, clean natural areas should be increased in urban centers.
- Some mothers included in the study were found to plan outdoor activities with their children based on the weather. However, when examining international studies, it is observed that children engage with nature regardless of the weather and, consequently, have positive experiences. Therefore, educational programs aimed at increasing mothers' awareness in this regard can be organized.

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

