T.C.
TRAKYA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
TEMEL EĞİTİM ANABİLİM DALI
OKUL ÖNCESİ ÖĞRETMENLİĞİ BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ



POZİTİF PSİKOTERAPİ TEMELLİ 0 – 6 YAŞ AİLE EĞİTİM PROGRAMININ ETKİLİLİĞİNİN İNCELENMESİ

EDA ZENGİNAL

TEZ DANIŞMANI
DR. ÖĞR. ÜYESİ ELİF BENGİ ÜNSAL ÖZBERK

EDİRNE 2021

Tezin Adı: Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programının Etkililiğinin İncelenmesi

Yazarın Adı: Eda ZENGİNAL

ÖZET

Bu araştırmada 0-6 yaş arasında çocuğu olan anne – babalara yönelik geliştirilen Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programının ebeveynlerin bilgi ve farkındalık düzeyleri, ebeveyn yetkinlikleri, anne – baba stresleri ve ebeveynlik tutumları üzerindeki etkisi incelenmiştir.

Araştırmanın örneklemini Türkiye'nin çeşitli illerinden katılım gösteren 0-6 yaş arasında çocuğu olan 34 ebeveyn oluşturmuştur. Veri toplama işlemi 2020-2021 eğitim öğretim yılı bahar döneminde gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara 4 oturumdan oluşan Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programı uygulaması çevrimiçi olarak yapılmıştır. Eğitim öncesinde Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği (EYÖ), Anne – Baba Stres Ölçeği (ABSÖ), Ebeveyn Tutum Ölçeği (ETÖ), katılımcıların demografik bilgilerini toplamak için araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu ve katılımcıların bilgi ve farkındalık düzeylerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan Program Değerlendirme Anketi; eğitim sonrasında ise söz konusu form ve ölçeklere ek olarak katılımcıların eğitime dair öznel görüşlerini alabilmek adına araştırmacı tarafından oluşturulan Program Sonu Değerlendirme Formu uygulanmış ve araştırma verileri elde edilmiştir.

Veri analizi çalışmalarında nicel verilerin analizinde ön test – son test arası farklılıkların tespitinde ilişkili örneklemler için t testi, frekans ve yüzde analizleri; nitel verilerin analizinde ise içerik analizi kullanılmıştır. Tüm bu analizler sonucunda katılımcılara uygulanan Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programının katılımcıların bilgi ve farkındalık düzeylerini, ebeveyn yetkinliklerini olumlu düzeyde arttırdığı, anne baba streslerini, otoriter ve koruyucu anne baba tutumu uygulamalarını azalttığı tespit edilmiştir. Demokratik ve izin verici anne – baba tutumu uygulamaları üzerinde ise anlamlı bir farklılık yaratmadığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Pozitif Psikoterapi, Aile Eğitimi, Eğitim Etkililiği

Name of Thesis: Investigation Of The Effectiveness Of Positive Psychotherapy Based 0-6 Age Family Education Program

Prepared by: Eda ZENGİNAL

ABSTRACT

In this study, the effect of the 0-6 Age Family Education Program based on Positive Psychotherapy, which was developed for parents with children between the ages of 0-6, on knowledge and awareness levels, parent competencies, parental stress and parental attitudes was examined.

The sample of the study consisted of 34 parents with children between the ages of 0-6 who participated from various provinces of Turkey. Data collection was carried out in the spring semester of the 2020-2021 academic year. Positive Psychotherapy Based 0-6 Age Family Education Program consisting of 4 sessions was applied online to the participants. Before the training, the Parental Competence Scale, The Mother-Father Stress Scale, the Parental Attitude Scale, the Personal Information Form created by the researcher to collect the demographic information of the participants, and the Program Evaluation Questionnaire created by the researcher to determine the knowledge and awareness levels of the participants has been applied. After the training, in addition to the forms and scales applied before the training, the End of Program Evaluation Form created by the researcher was applied in order to get the subjective opinions of the participants about the training and the research data were obtained.

In data analysis studies, t test for the analysis of quantitative data, frequency and percentage analysis, content analysis for qualitative data were used.

As a result of all these analyzes, it was determined that the Positive Psychotherapy Based 0-6 Age Family Education Program applied to the participants positively increased the knowledge and awareness levels and parental competencies of the participants, and reduced parental stress, authoritarian and protective parental attitudes. It was observed that there was no significant difference on democratic and permissive parental attitudes.

Key words: Pozitive Psychotherapy, Family Education, Educational Effectiveness

ÖNSÖZ

Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programının Etkililiğini incelediğim yüksek lisans tez çalışmamda çalışmamı yürütebilmem adına tüm bilgi ve birikimini benimle paylaşan, beni geliştiren, güler yüzü, sohbeti, anlayışı ile bana rehberlik eden, pes ettiğim noktalarda beni ayağa kaldıran, saçma sorularıma bile sabırla cevap veren, benimle birlikte gecesini gündüzüne katan kıymetli tez danışmanım Sayın Dr. Öğr. Üyesi Elif Bengi Ünsal Özberk'e teşekkür ederim.

Yüksek lisans sürecim boyunca desteklerini benden esirgemeyen, bilim uzmanı olma yolunda bilgi ve birikimlerini sunan tüm hocalarıma ve tez savunmam sürecinde yapıcı eleştirileri ile tezimin gelişmesini sağlayan sayın hocalarım Prof. Dr. Yeşim Fazlıoğlu ve Dr. Öğr. Üyesi Alper Yetkiner'e teşekkür ederim.

Akademik hayatım boyunca hem dostlukları hem de bilgi birikimleri ile yanımda olan canım arkadaşlarım Ceren Bektaş Aydın, Tuba Deveci ve Yasemin Kurt'a teşekkür ediyorum.

Bu sürece başlamamda beni yüreklendiren, her zaman desteklerini arkamda hissettiğim babam Ramazan Çetin ve annem Şerife Tunçel'e, zorlandığım anlarda beni dinleyen, bana benden daha çok inanan ablam Esma Atan'a, tez yazım sürecimde beni destekleyen, İngilizceyle aramdaki sınırı kaldıran abim Görkem Atan'a ve sıkıldığım anlarda tatlı gülümsemesi ve küçük sürprizleri ile bana sıkıntılarımı unutturan biricik yeğenim Arya Atan'a teşekkür ederim.

Tüm araştırma sürecinde yaşadığım zorlukları en aza indirmek için çabalayan, anlayış, kabul ve hoşgörüsü ile kalbimi ve ruhumu doyuran Canım Eşim Arif Zenginal'a en özel teşekkürlerimi sunuyorum.

Ve son olarak, yüksek lisans yolculuğumun sonuna gelirken bana bilgi, beceri, deneyim ve en önemlisi birbirinden özel birçok insan kazandırdığı için bu değerli yolculuğa şükran ve minnetlerimi sunuyorum.

İÇİNDEKİLER

ÖZET I
ABSTRACT II
ÖNSÖZ III
İÇİNDEKİLER IV
TABLOLAR LİSTESİ VIII
ŞEKİLLER LİSTESİ IX
KISALTMALAR X
BÖLÜM I 1
1. GİRİŞ 1
1.1. Problem 1
1.2. Amaç 3
1.3. Önem 4
BÖLÜM II 6
2. İLGİLİ ALAN YAZIN 6
2.1. Ebeveynlik ve Ebeveynlikle İlgili Kavramlar 6
2.2.Pozitif Psikoterapi 12
2.2.1.Pesesschkian'ın Pozitif Psikoterapisi 12
2.2.1.1.Pozitif Psikoterapide Sevme Kapasitesi 13
2.2.1.2.Pozitif Psikoterapide Bilme Kapasitesi 13
2.2.1.3.Pozitif Psikoterapi İlkeleri 14
2.2.2.Seligman ve Arkadaşlarının Pozitif Psikoterapisi 15
2.2.2.1. Perma Modeli 15
2.2.3.İyi Oluş Psikoterapisi 16
2.2.4.Yaşam Kalitesi Psikoterapisi 17
2.2.5. Pozitif Psikoterapinin Dayanakları 17
2.2.6. Pozitif Psikoterapinin Uygulanması 19
2.2.7. Pozitif Psikoterapinin Grup Etkinliklerinde Kullanımı 21
2.3. Ana -Baba Eğitimleri 21
2.3.1.Türkiye'de Okul Öncesi Dönemi Ana-Baba Eğitim Uygulamaları 21
2.3.1.1. Anne – Çocuk Eğitim Programı 21
2.3.1.2. Baba Destek Programı (BADEP) 23
2.3.1.3. Mobil Anaokulu Projesi 23
2.3.1.4. 0-3 Yaş Aile Eğitim Programı 24

2.3.1.5. 3-6 Yaş Aile Eğitim Programı 24
2.3.1.6. Okul Öncesi Veli Çocuk Eğitim Programı (OVÇEP) 25
2.3.2.Dünyada Okul Öncesi Ana-Baba Eğitim Uygulamaları 25
2.3.2.1.Head Start Programı 25
2.3.2.2.Okul Öncesi Çocuklar İçin Ev Eğitimi Programı (The Home Instruction Program For Preschool Youngsters – HIPPY) 27
2.3.2.3. İnanılmaz Yıllar Ana-Baba Eğitim Programı (Incredible Years-İY) 27
2.3.2.4.Üç P Olumlu Anababalık Programı (Triple P Positive Parenting Program) 29
2.3.2.5.Öğretmen Olarak Ebeveynler (Parents as Teachers – PAT) 30
2.4. Program Geliştirme Süreci 31
2.4.1. Program Değerlendirme 31
2.4.1.1. Program Değerlendirme Kapsamında Eğitim Etkililiği 32
2.5. Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar 33
2.6. Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar 36
BÖLÜM III 39
3. YÖNTEM 39
3.1. Araştırma Modeli 39
3.2. Çalışma Grubu 40
3.3. Veri Toplama Araçları 42
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu 43
3.3.2.Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği (EYÖ) 43
3.3.3. Anne - Baba Stres Ölçeği (ABSÖ) 44
3.3.4. Ebeveyn Tutum Ölçeği (ETÖ) 45
3.3.5. Program Değerlendirme Anketi 46
3.3.6. Program Sonu Değerlendirme Formu 47
3.4. Veri Toplama Araçlarının Uygulanması 47
3.4.1.Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programının Hazırlanması 48
3.4.2. Katılımcıların Belirlenmesi ve Ön Test Uygulamasının Gerçekleştirilmesi 51
3.4.3. Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programının Uygulanması 52
3.4.4. Son Test Uygulamasının Gerçekleştirilmesi 53
3.5. Verilerin Çözümlenmesi ve Yorumlanması 53

BÖLÜM IV 56
4. BULGULAR 56
4.1. Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği Ön Test – Son Test Puanlarına Ait T Testi Sonuçları 56
4.2. Anne – Baba Stres Ölçeği Ön Test – Son Test Puanlarına Ait T Testi Sonuçları 57
4.3. Ebeveyn Tutum Ölçeği Ön Test – Son Test Puanlarına Ait T Testi Sonuçları 57
4.3.1. Ebeveyn Tutum Ölçeği İzin Verici Anne – Baba Tutumu Alt Testi T Testi Sonuçları 58
4.3.2. Ebeveyn Tutum Ölçeği Demokratik Anne – Baba Tutumu Alt Testi T Testi Sonuçları 58
4.3.3. Ebeveyn Tutum Ölçeği Otoriter Anne – Baba Tutumu Alt Testi T Testi Sonuçları 59
4.3.4. Ebeveyn Tutum Ölçeği Koruyucu Anne – Baba Tutumu Alt Testi T Testi Sonuçları 60
4.4. Program Değerlendirme Anketi Verileri Ön Test - Son Test Frekans ve Yüzde Karşılaştırmaları 60
4.5. Program Sonu Değerlendirme Formuna Ait İçerik Analizi Bulguları 67
4.5.1.“Program beklentilerinizi karşıladı mı?” Sorusuna Verilen Yanıtlara Ait Bulgular 67
4.5.2.“Programdan aklınızda kalan üç kavram nedir? Belirtiniz.” Sorusuna Verilen Yanıtlara Ait Bulgular 68
4.5.3.“Program sonunda yaşamınızda, çocuğunuzla ilişkinizde ne gibi değişimler oldu?” Sorusuna Verilen Yanıtlara Ait Bulgular 69
4.5.4.“Program süresini yeterli buldunuz mu?” Sorusuna Verilen Yanıtlara Ait Bulgular 71
4.5.5.“Programla ilgili görüş ve önerileriniz nelerdir?” Sorusuna Verilen Yanıtlara Ait Bulgular 72
BÖLÜM V 75
5. SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER 75
5.1. Sonuç ve Tartışma 75
5.1.1. Katılımcıların Ebeveyn Yetkinlikleri ile İlgili Bulgularının Tartışılması 75
5.1.2.Katılımcıların Anne – Baba Stresleri ile İlgili Bulgularının Tartışılması 77
5.1.3.Katılımcıların Ebeveyn Tutumları ile İlgili Bulgularının Tartışılması 78

5.1.4.Katılımcıların Program Değerlendirme Anketi ile İlgili Bulgularının Tartışılması 80

5.1.5. Katılımcıların Program Sonu Değerlendirme Formu ile İlgili Bulgularının Tartışılması 81

5.2. Öneriler 82

5.2.1.Araştırmacılar İçin Öneriler 83

5.2.2.Uygulamacılar İçin Öneriler 83

KAYNAKÇA 85

EKLER 99

EK – 1: Kişisel Bilgi Formu 99

EK - 2: Program Değerlendirme Anketi 100

EK – 3: Program Sonu Değerlendirme Formu 101

EK – 4: Etik Kurul Onayı 102

EK – 5: Eğitim Programı Başvuru Formu 105

EK – 6: Bilgilendirilmiş Onam Formu 107

EK – 7: Katılım Belgesi Örneği 110

EK – 8: Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programı İçeriği 111

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1: Deney Grubundan Alınacak Ölçümler 39
Tablo 2: Örneklemi Oluşturan Katılımcıların Demografik Özellikleri 40
Tablo 3: Normallik Varsayımına Yönelik Yapılan Analiz Sonuçları 53
Tablo 4: Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği İlişkili Örneklemler t Testi Sonuçları 56
Tablo 5: Anne – Baba Stres Ölçeği İlişkili Örneklemler t Testi Sonuçları 57
Tablo 6: Ebeveyn Tutum Ölçeği İzin Verici Anne Baba Tutumu Alt Testi İlişkili Örneklemler t Testi Sonuçları 58
Tablo 7: Ebeveyn Tutum Ölçeği Demokratik Anne Baba Tutumu Alt Testi İlişkili Örneklemler t Testi Sonuçları 58
Tablo 8: Ebeveyn Tutum Ölçeği Otoriter Anne Baba Tutumu Alt Testi İlişkili Örneklemler t Testi Sonuçları 59
Tablo 9: Ebeveyn Tutum Ölçeği Koruyucu Anne Baba Tutumu Alt Testi İlişkili Örneklemler t Testi Sonuçları 60
Tablo 10: Program Değerlendirme Anketi Maddelerine Verilen Yanıtların Frekans ve Yüzde Değerleri 61
Tablo 11: Programın Katılımcıların Beklentilerini Karşılama Durumuna Ait Frekans ve Yüzde Değerleri 67
Tablo 12: Program Sonu Hatırlanan Kavramların Temalar Bazında Frekans ve Yüzde Değerleri 68
Tablo 13: Program Sonunda Hatırlanan Kavramların Oturumlar Bazında Frekans ve Yüzde Değerleri 68
Tablo 14: Katılımcıların Program Sonunda Değişim Yaşayıp Yaşamadıklarına Dair Farkındalıklarına Ait Frekans ve Yüzde Değerleri 70
Tablo 15: Program Sonunda Değişim Yaşadığını İfade Eden Katılımcıların Yaşadıkları Değişimin Türüne Dair Frekans ve Yüzde Değerleri 70
Tablo 16: Katılımcıların Programın Süresini Değerlendirmelerine Ait Frekans ve Yüzde Değerleri 71
Tablo 17: Katılımcıların Program ile İlgili Görüşlerine Ait Frekans ve Yüzde değerleri 72
Tablo 18: Katılımcıların Programla İlgili Önerileri Ait Frekans Değerleri 73

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programı veri toplama sürecine ait akış diyagramı..... 48

KISALTMALAR

ABSÖ: Anne – Baba Stres Ölçeği

ETÖ: Ebeveyn Tutum Ölçeği

EYÖ: Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği

MEB: Milli Eğitim Bakanlığı

PPT: Pozitif Psikoterapi

BÖLÜM I

1. GİRİŞ

Bu kısımda; yapılan araştırmanın problemi, amacı ve önemine yer verilecektir.

1.1. Problem

İnsan, kendisi için dönüm noktası olarak ifade edilen gelişim dönemlerini tamamlayarak yaşamına devam etmektedir. İnsan bu süreçte yaşamsal görevlerini yerine getirirken ruhsal açıdan çevresel faktörlerden etkilenmektedir. Yaşamı boyunca yaşadığı çatışmaların ve çevresel faktörlerin sonraki dönemlerde kişinin davranışları üzerinde etkisi bulunmaktadır (Levinson 1986). Ebeveynlik de kişinin gelişim dönemleri içerisinde bulunan gelişim görevleri içerisinde yer almaktadır. Erikson'a (1993) göre kişi genç yetişkinlik döneminin sona ermesinden altmışlı yıllara dek devam eden yetişkinlik döneminde üreme psikososyal gelişim görevini tamamlamak istemektedir. Burada yetişkinlik döneminin psikoseksüel adaptasyon modu olan üreme, gelecek kuşağın oluşturulması, ebeveyn olma ve gelecek kuşağa rehberlik edilmesi olarak ifade edilmektedir. Bireyler kendini gerçekleştirme yolunda gelişim görevlerini tamamlama ve özellikle bu dönemin psikososyal karmaşası olan durgunluk ile karşı karşıya gelmemek amacıyla ebeveyn olmayı seçerler (Yazgan İnanç ve Yerlikaya, 2012).

Ebeveynler, çocuklarına sevgi ile bağlanarak onların varlığını sürdürmesi ve gelişmesinin sorumluluğunu üstlenmektedirler (Erikson, 1993; akt., Yazgan İnanç ve Yerlikaya, 2012). Bu sebeple, ebeveynlerin çocukların sosyal, zihinsel, duygusal ve fiziksel yönden gelişimi üzerinde etkisi büyüktür. Çocuğun doğumu ile kendisini içinde bulduğu ilk sosyal ortam olan ailenin, çocuğun ana gereksinimlerini gidermenin yanı sıra gelişim aşamalarının sağlıklı bir şekilde atlatılabilmesi gibi önemli bir görevi bulunmaktadır. Çocuğa yönelik yapılan her davranış ve tavır yaşamının ilk yıllarında çocuğun kişiliğinin oluşmasında büyük önem taşımaktadır. Çocuğun aile bireyleri ile olan bağı ve iletişimi tüm hayata karşı takındığı ve benimsediği davranış ve tutumların temelini oluşturmaktadır (Yavuzer, 1996).

Çocukların yetişmesinde anne – babaların tutum ve davranışlarının önemi birçok araştırma ile kanıtlanmış durumdadır (Grusec ve Davidov, 2007). Anne babaların çocuk yetiştirme davranışları, kendi deneyimlerinin yanı sıra anne babaya çocukken uygulanan yetiştirme davranışları ile de yakından ilişkili görülmektedir (Yavuzer, 1993). Anne babalar bu önemli görevi yerine getirirken kendi ebeveynlerinin onları yetiştirirken ortaya koyduğu davranışları model almaktadırlar ve çocuk yetiştirirken ebeveynlerinden gördükleri davranışları sergilemektedirler (Grusec ve Davidov, 2007). Ancak, bireylerin yaşam döngüsü ile getirdiği davranış birikimleri her zaman olumlu sonuçlar oluşturmayabilmektedir. Anne – babaların çocuğu yetiştirmek için izlediği yollar, seçtiği ceza ve ödüller, öğretme şekilleri, çocuğa iletmeye çalıştığı değerler çocuğun hayatında olumsuz sonuçlara neden olabilmektedir (Olcay, 2008).

Hızla gelişen ve değişen dünyamızda, ilim ve teknolojideki ilerlemelerle, toplumların aile ve çocuğa ilişkin görüşü farklılaşmaktadır. Anne – babaların çocuk yetiştirme konusundaki geleneksel davranışları terk etmeleri gerektiği konusunda fikir birliğine varıldığı görülmektedir (Duruhan ve Şad, 2008; Nelsen, Lott ve Glenn, 1993). Bu durumun yanında anne – babalar çocuklarını tanıma, onların gelişimleri konusunda onlara yardımcı olma, ebeveynlik konusunda olumlu duygular geliştirme konularında yardıma ihtiyaç duymaktadırlar (Tezel Şahin ve Cevher Kalburan, 2007). Çağın gerekleri doğrultusunda yalnızca çocuğun istenmeyen davranışlarını değiştirme merkezli hazırlanan eğitim programları çocuğu anlamada ve onunla sağlıklı ilişkiler kurmada yetersiz kalmaktadır. Bilinen geleneksel yöntemler, ödül ve ceza temelli davranışçı yaklaşımlar çocuğa karşı zarar verici bile olabilmektedir (Miller, 1996).

Yeni yaklaşımlardan biri olan pozitif psikoterapi de temelde olumluya odaklanan, problemlerin çözümünde çevresindeki kişilerle iş birliği kurabilen, problemleri çözülebileceğine dair umut taşıyan bir yaklaşım benimseyen psikoterapi ekolüdür. Kişilerin içinde bulundukları olumsuzlukların çözümünü değerlendirirken denge modelini kullanmaktadır. Kişilerin olumsuz durum karşısında verdiği tepkiler ve bu tepkilerin işlevleri üzerinde durulmaktadır. Pozitif psikoterapi kişilerin olumsuz olarak nitelendirdikleri davranış örüntülerinin aslında kişilerin hayatında bir işlevinin olduğunu vurgulamaktadır. Bireyin de bu işlevleri pozitif olarak yorumlamasını

sağlayarak dengeli bir yaşam ve gelecek oluşturması beklenmektedir (Peseschkian, 2009). Psikoterapinin bu işlevi göz önünde bulundurulduğunda pozitif psikoterapinin grup rehberliği uygulamalarında kullanılabildiği (Eryılmaz; 2012) ve pozitif grup psikoterapisinin etkili bir yöntem olduğu bilinmektedir (Eryılmaz, 2015).

İlgili alan yazın taramalarında geleneksel yöntemlerden arınmış çocuğun ihtiyacına ve varoluşuna uygun anne – baba eğitimlerinin bulunmadığı, grup rehberliğinde etkili bir yöntem olan pozitif psikoterapinin iyileştirici etkisinin daha önce anne – baba eğitimlerinde kullanılmadığı ve ebeveynlerini model alarak kişisel deneyimleri ile çocuk yetiştirmeye çalışan anne – babaların günümüzde etkisiz sayılan müdahale yöntemlerini uygulamak zorunda kaldıkları görülmüştür (Grusec ve Davidov, 2007). Bu gerekçelerle pozitif psikoterapiye dayalı bir anne – baba eğitim programının etkililiğinin incelenmesi merak konusu olmuştur ve Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programının Etkililiğinin araştırılmasına karar verilmiştir.

1.2. Amaç

Bu çalışmada pozitif psikoterapi temelli 0 – 6 yaş anne – baba eğitim programının etkililiğinin derinlemesine incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu kapsamda aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır.

1. Pozitif Psikoterapi temelli 0 – 6 Yaş Anne – Baba Eğitim Programına katılmış anne – babaların ön test – son test ölçümleri arasında anlamlı fark var mıdır?
    - ¬ Pozitif Psikoterapi Temelli 0 – 6 Yaş Anne – Baba Eğitim Programına katılmış anne – babaların Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği ön test – son test ölçümleri arasında anlamlı fark var mıdır?
    - ¬ Pozitif Psikoterapi Temelli 0 – 6 Yaş Anne – Baba Eğitim Programına katılmış ve katılmamış anne – babaların Ebeveyn Tutum Ölçeği alt boyutları ve toplam puan ön test – son test ölçümleri arasında anlamlı fark var mıdır?

- Pozitif Psikoterapi Temelli 0 – 6 Yaş Anne – Baba Eğitim Programına katılmış anne – babaların Anne – Baba Stres Ölçeği ön test – son test ölçümleri arasında anlamlı fark var mıdır?
- Pozitif Psikoterapi Temelli 0 – 6 Yaş Anne – Baba Eğitim Programına katılmış anne – babaların Program Değerlendirme Anketi eğitim öncesi ve sonrası ölçümleri nasıldır?
- Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programına katılmış anne babaların programa ilişkin görüşleri nelerdir?

1.3. Önem

Tüm dünyada yaşanan sosyal, ekonomik, kültürel, demografik, teknolojik değişimlerle birlikte toplumun en küçük birimi olan aile yapısında da değişimlerin yaşandığı görülmektedir. Çocuğun karakterinin biçimlendiği ilk ortam olarak karşımıza çıkan ailede oluşan bu değişimlerin çocuğu da etkilemesi kaçınılmazdır. Değişim ortamından anne – babaların ve çocukların olumsuz etkilenmemesi adına değişimi hızla yakalamaları gerekmektedir. Bu da anne – babaların ebeveynlik adına gerekli bilgi ve becerileri kazanmaları ile mümkün olabilmektedir (Arslan, 2002).

Ebeveynlik bireyin doğuştan getirdiği bir beceri değildir. Kişiler ebeveyn olduktan sonra kendi anne – babasından getirdiği bilgileri uygulama, deneme yanılmalar yapma, çocuk yetiştirme becerileri üzerine kitaplar okuma, çevresindeki ebeveynlerden bilgi alma ya da ebeveyn eğitimlerine katılma gibi yöntemlerle ebeveynliği öğrenmeye çalışmaktadır. Bu sebeple özellikle ebeveynlik bilgi ve becerilerinin kazandırıldığı ebeveyn eğitimlerinin değişen dünyaya ayak uydurması, geleneksel yöntemlerden arınmış olması ve günceli takip ediyor olması beklenmektedir. Bu yüzden olumsuz davranış üzerine odaklanan, ödül ve ceza yöntemlerini benimseyen davranışçı yöntemleri öğreten ebeveyn eğitimlerinin geri plana atılması; çocuk ile güvenli bağ kurma, olumluya odaklanma, duyguları tanıma ve ifade edebilme becerilerini içeren bağ odaklı ebeveyn eğitimi çalışmalarının sağlıklı bireyler yetiştirme adına daha da yaygınlaştırılması gerekmektedir (Sears ve Sears, 2001).

İlgili alan yazın taraması yapıldığında ülkemizde bağ odaklı ebeveyn eğitim programlarının bulunmadığı görülmektedir. Bu sebeple Pozitif psikoterapi temelli 0-6 yaş anne baba eğitiminin etkililiğinin inceleneceği bu araştırma ile alanyazına etkililiği sınanmış bir ebeveyn eğitim programı kazandırılmış olacaktır. Alan çalışanları ve anne – babalar için ebeveynlik ve çocuk yetiştirme becerileri üzerine yeni bir bakış açısı sağlanacaktır. Ayrıca alan yazında geleneksel yöntemlerden arınmış anne – baba eğitim programı eksikliğini giderebilecektir.

BÖLÜM II

2. İLGİLİ ALAN YAZIN

2.1. Ebeveynlik ve Ebeveynlikle İlgili Kavramlar

İnsan doğumdan ölüme kadar çeşitli yaşam evrelerinden geçer ve her yaşam evresine atfedilen çeşitli yaşamsal görevler vardır (Levinson 1986). Ebeveynlikte kişilerin anne baba olduktan sonra geçiş yaptıkları yaşam evrelerinden biridir ve bu durumun kişinin yaşam döngüsünde önemli bir işleve sahip olduğu bilinmektedir (Bornstein, 2001). Bireyler bu evre ile yeni bir yaşam görevi kapsamında yeni sorumluluklara sahip olmaktadırlar. Ebeveynlik bir diğer adıyla ana babalık sözlük anlamıyla çocuk yetiştirmenin karşılığı olarak verilmektedir. Bu da bireylerin edinmiş oldukları yeni rol ile gelen sorumluluğu birebir yansıtmakta ve göstermektedir (Kirch,2008). Ebeveynlik ile elde edilen sorumluluklar öncelikle çocuğun bakımı, korunması gibi fiziksel süreçler olmak üzere sosyalleşmesi, sağlıklı kişilik gelişimi oluşturması gibi ruhsal süreçleri de kapsamaktadır (Bornstein, 2001).

Toplumun en küçük yapı birimi olan ailenin çocuk gelişimi üzerinde uzun süreli ve önemli bir tesirinin olması, aile ve çocuk yetiştirme görevi olan ebeveynliği incelenmesi gereken önemli bir konu haline getirmektedir (Grusec ve Davidov, 2007).

Ailenin bireyin gelişim sürecinde büyük bir rolü bulunmaktadır çünkü aile, çocuğun rastladığı ilk sosyal ortamdır ve ebeveynler de çocukların bağ kurduğu ilk bireylerdir. Çocukluğun ilk yıllarında oluşturulan bu ilişkiler, çocuğun kişiliğinin temelini oluşturarak, gelişimini doğrudan etkiler. Bu da çocuğun gelecek hayatı ve gelecekteki başarısı için büyük önem taşır. Bu nedenle ebeveyne düşen sorumluluk önemli ve değerlidir.

Ebeveynlik; içerisinde birçok sorumluluğu ve alt kavramları barındıran karmaşık bir kavramdır. Tarihsel dönem içerisinde aile ve ebeveynlik kavramı pek çok değişim geçirmiş olsa da temel bazı işlevlerinin aynı kaldığı görülmektedir. Ebeveynliğin Strong ve DeVault'a (1986) göre çocuğun dünyaya getirilmesi ve sosyal bir varlık olmaları, ekonomik bir birlik olma, ebeveynlere roller verme, yakınlık kaynağı olma

gibi işlevleri varken, Framo'ya (1999) göre sevgi, adanmışlık, ait hissetme, mutluluk gibi duygusal bazı işlevleri bulunmaktadır. Sayger, Homrich ve Home (2000) ise bu işlevleri dinleme, yardımcı olma, yanında olma ve destekleme ve acıları – sevinçleri paylaşma olarak ifade etmiştir (Gladding, 2011).

Aileler yapı ve özellikleri gereği sistematiktir. Bu bağlamda bir biyolog olan kuramcı Ludvig von Bertalanffy (1934-1968) tarafından geliştirilen sistem kuramı bağlamında aile ve ebeveynlik kavramı incelendiğinde aileler ve ebeveynler yaşayan organizmalar olarak tanımlanmıştır. Bertalanffy (1968) organizmayı yaşamın temel olgusu olarak görmüştür ve karşılıklı birbirine bağımlı parça ve süreçlerden oluşan yaşam formları olarak tanımlamıştır. Bu tanım gereğince organizmanın davranışlarının sürekliliğini sağlayan ve onlara yön veren güç içsel mekanizmalar olarak vurgulanmıştır. Sosyal bilimciler ise aile de dahil olmak üzere tüm yaşayan sistemleri bu bağlamda açıklamış ve aynı ilkelerle ele almışlardır. Dolayısıyla aile bireylerinin sürekli olarak birbirlerini etkiledikleri öngörülmüştür. Aile bireylerinden birinde gerçekleşen bir değişimin diğer bireyleri de etkilediği öne sürülmüştür. Bu bağlamda ailelerin iyi oluşu, işlevselliği ve bunların sağlıklı ilerleyişi birey ve toplum sağlığı için önemli bir etmen olarak vurgulanmıştır. Bu nedenle aile işlevleri üzerine çalışmalar yapmak konusu ilgi çekici ve gerekli görülmüştür. Sistem kuramı bağlamında işlevsel ailelerin özellikleri ailelerin birbirine bağlılığı, birlikte nitelikli ve yeterli vakit geçirme, etkili iletişim becerileri, kriz durumları ile olumlu ve etkin baş edebilme, aile içerisinde kesin rollere sahip olma ve aile bireylerini destekleme, yapısı ve sınırları belli ilişkiler içerisinde olma olarak açıklanmıştır (Gladding, 2011). Bu bağlamda sağlıklı bağ kurabilen ailelerde kendini göstermesi gereken ebeveynliğe dair kavramlar ebeveyn yeterliliği, ebeveynlikte roller ve rol doyumu, ebeveynlerin rol dengelemesi, ebeveynlikte yatırım, ebeveynlerin problem çözme, iletişim, duygusal tepki verebilme, ilgi gösterebilme becerisi ve davranış kontrolü olarak düşünülmüştür.

Yeterlilik, bir işi gerçekleştirme konusunda başarılı ve yeterli performans göstermesi olarak ifade edilebilmektedir. Algılanan ebeveyn yeterliliği ise, çocuk yetiştirme ve çocukla ilgilenme konusunda kişinin kendine dair yargıları ve görüşleri olarak düşünülebilmektedir. Bu kavram hem bireyde bulunan bilgi düzeyini hem de

bireyin çocuk yetiştirme konusunda bu bilgileri kullanabilme becerisine dair inançlarını içermektedir (Coleman ve Karraker, 2003). Montigny ve Lacharite (2005) ise ebeveyn öz yeterliğini "kişilerin anne baba olmaları ile kişilere yüklenen yeni sorumlulukları yerine getirebilme ve edindiği yeni görevleri yönetebilme becerisine yönelik kendilerinde hissettikleri güç ve inanç" olarak ifade etmektedir.

Ebeveyn öz yeterliliğinin yüksek olmasının çocuk gelişimi ve çocuk yetiştirme becerisi üzerinde olumlu yönde, düşük olmasının ise olumsuz yönde etkisinin olduğu birçok araştırma ile kanıtlanmıştır. Yüksek düzeyde ebeveyn öz yeterliliğine sahip anne babaların çocuklarının dil gelişimi için daha etkili dil teknikleri kullandıkları (Desjardin, 2006), çocukları ile ilgili sorunlara karşı korku duymak yerine mücadele etmeyi seçtikleri, yüksek öz yeterliliğin çocuğa sağlanan bakımın niteliğini yükselttiği görülmüştür (Colleman ve Karraker, 2003).

Ebeveynlerin sahip oldukları bazı davranış kalıplarının ve yaşadıkları problemlerin öz yeterlilik düzeyleri üzerinde olumsuz yönde etkisi olmaktadır. Bunun sonucunda da çocuk davranışlarında çeşitli problemlerin ortaya çıktığı görülmektedir (Hassall, Rose ve McDonald, 2005). Ebeveynlerin yaşadıkları problemlere yönelik müdahale programlarının uygulanması ile ebeveyn öz yeterliliğinin yükseldiği ve çocuklarda yaşanan davranış problemlerinin de azaldığı görülmektedir (Barlow, Powell ve Gilchrist, 2006).

Ebeveyn olma çiftlerin çocuk sahibi olmaya karar vermeleri ile ortaya çıkan ve çocuk sahibi olmaları ile birlikte hayat boyu devam eden bir süreçtir. Ebeveynlik rolü de eşlerin çocuk sahibi olmakla beraber edindikleri görev, sorumluluk, sosyal hal ve tavırlar bütünüdür (Meighan, 1998).

Ebeveynlikte doyum iki farklı doyum hissinin birleşimi ile oluşmaktadır. Bunlar ebeveyn olmaktan ötürü hissedilen iyi hisler ve çocuk ile ebeveyn arasında oluşan bağdan beslenen iyi duygular olarak ifade edilebilmektedir (Johnston ve Mash, 2010). Ebeveynlikte rol doyumu anne-baba ile çocuk ilişkisini etkilemektedir. Lamb, Chase-Landsdale ve Owen (1979), rol doyumunun ebeveynlik hevesini arttırdığını ve bunun da çocuk ile olan ilişki kalitesini yükselttiğini ifade etmektedir (Akt., Lerner ve

Galambos, 1985). Çocukluk yetiştirme ile ilgili araştırmalar yapmak, kitaplar okumak, eğitimlere katılmak yani ebeveynliğe yatırımlarda bulunmak ebeveynlikte rol doyumunu yükselten etmenler arasında görülmektedir (Yılmaz, Ülker ve Yılmaz, 2018).

Bireylerin sosyal yaşam içerisindeki yerleri, konumları, bağlantıları, alışkanlıkları, kendini anlatım şekilleri kişiye belli roller kazandırmaktadır. Kişiler hayatlarında bir durumla karşılaştığında sosyal roller edinmektedirler. Ebeveynlik, eşlik, çalışan olmak bunlardan bazılarıdır. Kişinin tüm bu sahip olduğu rolleri uyum içerisinde bir arada yürütebilmesi de rol dengeleme olarak ifade edilmektedir (Perry-Jenkins, Repetti ve Crouter, 2000).

Bireylerin rolleri arasındaki bu dengeyi kurabiliyor ve sağlıklı bir şekilde yürütebiliyor oluşları kişilerin rolleri üzerindeki etkililiğinin bir göstergesi olarak görülmektedir. Rol dengelemesini sağlıklı bir şekilde yürüten bireylerin kendine güven ve iyi olma durumlarının rol dengelemesinde zorlanan bireylere göre daha yüksek, depresyonun ise daha az görüldüğü saptanmıştır (Lerner ve Galambos, 1985).

Bireylerin anne babalık rolleri içerisinde çocuk yetiştirme konusunda edindiği görevler ve bu görevleri yerine getirebilmek için yaptığı aktiviteler ebeveynlikte yatırım olarak ifade edilmektedir. Ebeveynin çocuğunu tanıması, çocuğunun yararına seçimler yapması, kaliteli zaman geçirmesi ebeveynlikte yatırım kavramına verilebilecek örneklerdir (Greenberg ve Goldberg, 1989).

Ebeveynlik ile ilgili daha çok bilgi sahibi olan, bu konuda eğitimlere katılan ve bilgi dağarcığını geliştiren ebeveynlerin ebeveynlik yatırımlarının daha yüksek olduğu görülmektedir (Bornstein ve Cote, 2003). Yüksek ebeveyn yatırımına sahip ebeveynlerin yeterlilik duyguları artmaktadır. Ebeveynlerin çocuklarına ve çocuk yetiştirme konularına daha duyarlı olduğu ve çocuklarına karşı daha olumlu bir bakış açısı içerisinde oldukları görülmektedir (Greenberg ve Goldberg, 1989).

İnsanı diğer canlılardan farklılaştıran önemli özelliklerden biri bulunduğu duruma uyum sağlayabilme becerisidir. Uyum sağlama canlının gereksinimleri ve çevrenin beklentileri arasında denge kurabilme sürecinin en önemli ögesidir. Kişinin temel

gereksinimleri ve çevrenin beklentileri arasındaki ayrım fazlalaştıkça kişinin problem yaşantısında da artış gözlemlenmektedir (Yıldız, 2006).

Problem çözme, canlının yaşamını sürdürebilmesi için ihtiyacı olan bir beceri olarak görülmektedir. Problem çözümü bir hedefe ulaşabilmek için kişinin karşısına çıkan zorluklar ile baş edebilme sürecidir. Bu süreçte organizma uyum sağlama ya da karşısına çıkan engelleri azaltma yoluyla iç gerilimini rahatlatma ve organizmada denge halinin oluşmasını sağlamaya çalışmaktadır. Bu hedefe ulaşmak için bireylerin problem çözme becerisini öğrenmesi, elde etmesi ve geliştirmesi gerekmektedir (Sungur, 1992).

İnsanlar duygularını, düşüncelerini, isteklerini anlatmak ve diğer insanları anlamak için karşısındaki bireylerle iletişime geçmek zorundadır. Tüm bu davranışları gerçekleştirebilmesi için de iletişim becerilerini kullanması gerekmektedir. İletişim; bireyin kendinde meydana gelen dengesizlik durumunu düzeltmek için, gereksinimini kodlaması ve dışarıya ileti vermesi ile başlayan bir süreçtir (Gordon, 1993). İletişimin doğru bir şekilde ve aksamadan yapılabilmesi insan ilişkilerinin sağlıklı bir şekilde ilerleyebilmesi için büyük bir gerekliliktir (Korkut, 2005). İletişim, araçsal ve duyuşsal olmak üzere iki alt grupta toplanmaktadır. Araçsal iletişim, günlük hayat içerisinde gerekliliklerden doğan mesajları içermektedir. Bu tür iletişim ailelerin büyük bir çoğunluğunda sağlanmaktadır. Duyuşsal iletişim ise, empatik anlayış, etkin dinleme ve etkin tepki verebilme becerilerini içeren iletişim olarak tanımlanmaktadır ve ailelerin çoğunlukla duyuşsal iletişimde problem yaşadıkları düşünülmektedir (Miller ve diğerleri, 2000).

Bireylerde iletişim becerisinin doğuştan geldiğini savunan araştırmacılar bulunmaktadır. Ancak pek çok araştırma iletişim becerilerinin çeşitli tekniklerle sonradan öğrenilebildiği ve geliştirilebildiğini göstermektedir (Buckman, 2001; akt. Egan, 1994). İletişim içsel bir süreçtir. Sağlıklı bir bağın kurulabilmesi için aile bireylerinin duygularını gizlemeden, doğru bir iletişim dili ile dışa vurabilmesi gerekmektedir (Bulut, 1990). Aile içerisindeki bireylerin birbirlerinin duygularını anlamlandırabilmeleri, duyumsayabilmeleri ve birbirlerine uygun tepki gösterebilmeleri duygusal tepki verebilmenin içerisine girmektedir. Ailelerin

birbirlerine ve ortak yaşam olaylarına karşı verdikleri tepkiler ve bu tepkilerin olaylara uygunluğu duygusal tepki verebilme becerisi içerisinde değerlendirilmektedir. Duygusal tepki verebilme becerisi değerlendirilirken karşılıklılık, ilgi ve empatik tavır önemli etmenler olarak karşımıza çıkmaktadır (Miller ve diğ., 2000).

Ebeveynlerin ilgi gösterebilme becerisi temelde bakım ve sevgi üzerine kurulu olarak karşımıza çıkmaktadır. Ebeveynlerin ilgi gösterme konusunda dengeyi kurması gerekmektedir. Az ya da çok ilginin çocuklar üzerinde olumsuz etkilerinin olduğu görülmektedir. Çok ilgilenme, çocuklarda ebeveyne bağımlı olma, az ilgilenme ise ebeveyn ile çocuk arasındaki bağın kurulamamasına neden olmaktadır. Bu durumda dengeli bir tavır içerisinde ebeveynlerin çocuklarının etkinliklerine ve çocuklarını ilgilendiren durumlara karışma durumuna ebeveynlikte ilgi gösterebilme becerisi denmektedir (Bulut,1990).

Ebeveynlerin çocuklarının davranış standartlarını belirleme ve disiplin sağlama biçimlerine davranış kontrolü adı verilmektedir (Bulut, 1990). Her aile bir sistem olarak, aile bireylerinin yaşları, ihtiyaçları ve aile içindeki yeri ile orantılı davranış standartları belirlemektedir (Miller ve diğ., 2000). Aileden aileye davranış kontrolü denetimin başrolde olduğu, standartların değişmez olarak bilindiği katı; duruma göre değişiklik gösterebilen, mantığa uyum sağlayabilen esnek; farklı zamanlarda benzer durumlarla karşılaşıldığında değişik tepkiler verilen, tutarsız olan çetrefilli; herhangi bir sınır koymayan, denetimin olmadığı serbest olarak çeşitlenebilmektedir. Ebeveynin çocuk ile sağlıklı bağ kurabilmesinin belirleyicilerinden biri davranış kontrolünün bu boyutlardan hangisi ile sağlandığı ile yakından ilişkilidir (Bulut, 1990).

Ebeveynlik doğal olarak başlayan bir süreç olmasına rağmen öğrenme ve öğretme sürecine bolca ihtiyaç duyan bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Genel olarak ebeveynlik ve ebeveynlikle ilgili kavramlar değerlendirildiğinde sistem yaklaşımı bazında anne – baba ile çocuk arasında daha sağlıklı bağ kurabilmek adına ebeveynlerin yukarıda bahsedilen kavramlarla ilgili kendini geliştirmesi gerekmektedir. Bu araştırmada etkililiği sınanacak olan Pozitif Psikoterapi Temelli 0-

6 Yaş Aile Eğitim Programının içeriğinde yukarıda bahsedilen ebeveynlikle ilgili kavramlar açısından anne babaların destek görecekleri ögelere yer verilmiştir.

2.2.Pozitif Psikoterapi

Pozitif Psikoterapi, 1960'lı yılların sonlarında Nossrat Peseschkian ve ekibinin Almanya'da geliştirdiği psikoterapi kuramdır (Peseschkian, 2015). Pozitif Psikoterapi bir psikoterapi metodu olarak Avrupa Psikoterapi Birliği (European Association for Psychotherapy) tarafından kabul görmektedir. Doktorlar, psikologlar ve sosyal çalışmacılar Wiesbaden Psikoterapi Akademisi tarafından verilen ve uzun yıllar süren eğitim programını tamamlayarak pozitif psikoterapist unvanını almaktadır. Pozitif psikoterapi kültürlerarası bir çalışma sistemine sahiptir. Farklı kültürlerde kullanılabilmektedir ve 40'dan fazla ülkede merkezi Almanya'da olan Dünya Pozitif Psikoterapi Derneğine bağlı temsilcilikler bulunmaktadır. Bu sayede uzmanlara pozitif psikoterapi eğitimleri verilerek uygulanabilirliği arttırılmaktadır. Pozitif psikoterapinin ana amacının psikolojik yardım alanını geliştirme olmasının yanı sıra iş, eğitim, aile hekimliği gibi farklı alanlarda da kullanıldığı bilinmektedir. Psikolojik yardım kapsamında çocuk, ergen ve yetişkin ile bireysel psikolojik danışma, grupla psikolojik danışma, aile danışması ve grup rehberliği alanında kullanıldığı görülmektedir (Cope, 2014).

2.2.1.Pesesschkian'ın Pozitif Psikoterapisi

1968 yılında Nossrat Peseschkian ve ekibi tarafından kültürlerarası bir bakış açısı temeline dayanan yeni bir psikoterapi ve kendine yardım modeli olarak ortaya atılmıştır. Peseschkian İran doğumlu olup, tıp eğitiminden itibaren devam eden yaşamını Almanya ve Amerika Birleşik Devletleri'nde geçirmiştir. Üzerinde çalıştığı ve Pozitif Psikoterapi olarak isimlendirdiği psikoterapi modelinin kültürlerarası bir anlayışa sahip olmasının temelinde kuramcının kendi yaşantısının yansımalarının etkisi olduğu bilinmektedir. Peseschkian'ın kültürlerarası boyutun önemini açıklama, kültürlerarası sorunları sistematikleştirme ve bunun çatışmaların ortaya çıkmasındaki önemini gösterme üzerinde çalışmaları olduğu bilinmektedir (Peseschkian, 1986).

Peseschkian ve ekibinin yaptığı çalışmalarda ve üzerinde çalıştıkları vakalarda 6 ile 10 seans gibi bir süre içerisinde önemli bir gelişme ve iyileşmenin olduğu gözlemlenmiştir. Vakaların izlenmesi sonucu alınan verilerde ise terapide sağlanan iyileşme durumunun bir yıl sonra da devam ettiği görülmüştür. Terapinin özellikle nevrotik ve psikosomatik problemler üzerinde etkili olduğu kanısına varılmıştır. Bu sonuçlar, pozitif psikoterapiyi diğer psikoterapi anlayışlarından ayırarak, iyi bir alternatif olmaya aday göstermiştir (Peseschkian, 1986).

2.2.1.1.Pozitif Psikoterapide Sevme Kapasitesi

Pozitif psikoterapi bireyin hayatında kapasite ve yeteneklerin değerli olduğunu savunmaktadır. Bu anlayışa göre birey iki temel kapasite ile hayata başlamaktadır. Bu kapasitelerden ilki sevme kapasitesi olarak isimlendirilmiştir. Bireyin doğuştan sahip olduğu bu kapasite birinci dereceden bireye bakım veren kişi veya kişiler ile kurduğu duygusal ilişki ile bağlantılı olarak olgunlaşmakta ve biçimlenmektedir (Peseschkian, 2015). Sevme kapasitesi birincil yetenekleri doğurmaktadır. Sevgi, sabır, cinsellik, zaman, umut, ilişki, inanç, güven gibi yetenekler sevme kapasitesine bağlı birincil yetenekler grubuna girmektedir. Bu kapsamda birincil yetenekler olarak isimlendirilen grubun bireyin daha çok duygusal yönüyle bağlantılı olduğu görülmektedir (Peseschkian 2002; akt., Sarı, 2015).

2.2.1.2.Pozitif Psikoterapide Bilme Kapasitesi

Her birey varlığının altındaki ilişkiyi bilmek gereksinimi içerisindedir. Birey pek çok şeyi sorgular ve temelde ne olduğunu ve nereden geldiğini bilmek istemektedir. Ne olduğu ve nereden geldiği sorularının cevaplarını bulmaya çalışmak pozitif psikoterapiye göre bireyin hayatında var olan kapasite ve yeteneklerin bir diğeri de bilme kapasitesini ifade etmektedir (Peseschkian, 2015). Bilme kapasitesi, bireyde ikincil yetenekleri doğurmaktadır. Düzen, dakiklik, dürüstlük, başarı, kibarlık, temizlik, güvenirlilik, sadakat, itaat, adalet ve tutumluluk gibi yetenekler bilme kapasitesine bağlı ikincil yetenekler grubuna girmektedir. İkincil yetenekler olarak isimlendirilen grubun daha çok bireyin davranışsal yönü ile bağlantılı olduğu görülmektedir (Peseschkian 2002; akt., Sarı, 2015).

2.2.1.3.Pozitif Psikoterapi İlkeleri

Pozitif psikoterapi; umut, denge modeli ve konsültasyon olmak üzere üç önemli ilke üzerinden temellendirilmiştir.

İlk ilke olan umut ile bireylerin yaşadıkları problemler sonucu oluşan semptomları iyileştirmek üzerine odaklanmak yerine problemin daha geniş bir bakış açısıyla incelenmesi ve problemin pozitif etkileri üzerinde durulması olarak ifade edilmektedir. Bu ilke bireylerde görülen semptomların ne anlama geldiği ve bu semptomların pozitif olarak yorumlanması sürecini gerekli kılmaktadır (Peseschkian, 2015). Umut ilkesi bireye olumlu bir bakış açısı ile bakarak bireyin kendi kendini iyileştirmesi yönünde doğal bir yeteneğe sahip olduğu inancını desteklemektedir (Rashid, 2009).

Pozitif psikoterapiye göre insan yaşamı dört boyut içerisinde yaşamaktadır. Denge modeli olarak adlandırılan bu sistem pozitif psikoterapinin ikinci önemli ilkesidir. Modelin 4 boyutu, vücut/sağlık, iş/başarı, ilişkiler ve gelecek olarak şekillenmektedir. Bireyin bu boyutlar arasında dengeli bir yaşam sürmesi denge modeli anlamına gelmektedir. Bireyin öznel iyi oluşu içinde bu dengenin kurulmuş olması gerekmektedir. Bireyin kendi benliğini ve çevresini ne şekilde idrak ettiğini yansıtan sistem olarak ortaya çıkmaktadır. Kişinin sağlığının bir bütün olduğunu düşünen pozitif psikoterapi, bedensel, zihinsel, duygusal, sosyal alanların tümünde iyi olma üzerine çalışmaktadır. Denge modeli ile tek bir alanda değil tüm alanlar üzerine çalışmak ve bütüncül bir iyileşmeyi sağlamak hedeflenmektedir (Peseschkian, 2015).

Pozitif psikoterapinin üçüncü ilkesi olan konsültasyon, birliktelik, aile ve yakınları işin içerisine alma konusunda önemli bir göreve sahiptir. Bu ilke temelde terapi sürecindeki bireyin kendisinin ve yakınlarının problemin özellikleri ve problemle baş etmek için ilerlenecek yollar hakkında bilgilendirme yapılmasının önemini vurgulamaktadır (Peseschkian, 2002; akt., Sarı 2015). Bu süreç aslında iş birliği yapılarak iyileşme sürecinin desteklenmesi gerekliliğinin de üzerinde durmaktadır (Peseschkian, 1980; akt., Sarı, 2015).

2.2.2.Seligman ve Arkadaşlarının Pozitif Psikoterapisi

Seligman ve arkadaşlarının pozitif psikoterapisi, ruhsal problemlerin yalnızca semptomların iyileştirilmesi yöntemi ile onarılamayacağı, semptomların iyileştirilmesinin yanında bireyde olumlu duyguları arttırma, karakter güçlendirme ve hayatlarına anlam yükleme gibi farklı yöntemlerin de etkili bir şekilde kullanılması gerektiğini savunmaktadır (Seligman, 2002).

Seligman ve arkadaşları pozitif psikoterapiyi üç temel odakta toplamışlardır. Bunlar sırasıyla hazzı içeren bir yaşam, katılımlı yaşam ve anlamlı yaşam olarak ifade edilmektedir. Hazzı içeren yaşamda bireyin olumlu duygular yaşadığı yaşam olaylarına yönlenmesi; katılımlı yaşamda, kendilerini gerçekleştirme fırsatı bulacakları etkinliklerde yer almaları; anlamlı yaşamda ise kişinin benliğinden daha büyük bir inancının olması vurgulanmaktadır. Seligman bu üç temel odağı daha sonra geliştirmiş ve beş boyutlu bir yapı öne sürmüştür. PERMA ismini verdiği bu modelin boyutları olumlu duygular, ilişki, katılım, başarı ve anlam olarak isimlendirilmiştir (Seligman ve diğ., 2005).

2.2.2.1. Perma Modeli

Seligman Pozitif Psikoterapisine ölçülebilir bir yapı kazandırmak adına isimlerinin baş harflerini bir araya getirerek isimlendirdiği PERMA modelini ortaya koymuştur. Çok boyutlu iyi oluş modelleri arasında en tanınan model olarak karşımıza çıkmaktadır (Seligman ve diğ., 2005).

(P) Olumlu Duygular; Modelin ilk boyutu olarak karşımıza çıkmaktadır. Olumlu duygular adı altında mutluluk, haz, neşe, rahatlık gibi duygular ifade edilmektedir. İyi oluş kavramı bağlamında kişide bu duyguların attırılması amaçlanmaktadır (Seligman ve diğ., 2005). Bireyin içinde bulunduğu olumlu duygular ile bireyin öznel iyi oluşunun arttığı, fiziksel ve ruhsal sağlığında iyileşmeler görüldüğü vurgulanmaktadır (Fredrickson, 2013).

(E) Katılım: Belli bir etkinlik, çalışma ya da hedefle hiçbir dış etmenden etkilenmeyecek şekilde ilgilenmek olarak ifade edilmektedir. Kişinin bir işe,

öğretiye bağlanarak o iş, öğreti ile ilgilenirken nasıl vakit geçirdiğini anlamaması, tüm benliğini o işe vermesi olarak derinleştirilebilmektedir (Seligman, 2018). Bağlanma yaşayan bireyler, kendilerine uygun hedefler belirlemekte ve bu belirledikleri hedefler konusunda net bir tavır içerisinde olmaktadırlar. Belirledikleri hedefler için de büyük bir içsel motivasyon ile çalışabilmektedirler (Butler ve Kern, 2016).

(R) İlişki: En basit haliyle bireyin başka bir kişi ile arasındaki bağ olarak ifade edilebilmektedir. Seligman (2018) model içerisinde ilişki boyutunu sorun yaşanan zamanların ilacı olarak vurgulamaktadır. İlişkiyi, başkaları tarafından desteklenme, sevilme ve kıymet görme olarak açıklamaktadır. Bu yüzden ilişki iyi oluşun bir boyutu olarak görülmektedir (Butler ve Kern, 2016).

(M) Anlam: Kişinin benliğinden daha büyük bir inancının olması ile ilgili görülmektedir. Bireyin kendi benliğinden daha büyük bir şeye mensup olmayı, o şey için çalışma yapmayı istemesidir. Bu alt boyut bireyde hayatının yaşamaya değer olduğu hissini yaratmaktadır (Butler ve Kern, 2016).

(A) Başarı: Kişinin de yetkin olma duygusu oluşturan, kişinin kendi için belirlediği hedefleri elde edebilmek için çaba sarf etme ve günlük sorumlulukları tamamlama olarak ifade edilebilmektedir. Bu durum kişinin öz yeterliliğinin de artmasını sağlamaktadır (Lovett ve Lovett, 2016).

2.2.3.İyi Oluş Psikoterapisi

İyi oluş psikolojisi Carol D. Ryff tarafından geliştirilen psikolojik iyi oluş modelini temel almaktadır. Problem odaklı ve psikolojik iyi oluş temel alınarak geliştirilmiştir. İyi oluş psikoterapisinde amaç, iyi oluş psikoterapisinin boyutları olan kendini kabul, insanlarla olumlu ilişkiler kurmak, özerklik, çevrede ustalaşma, yaşam amaçlarına sahip olma, kişisel büyüme alanlarında bireyin psikolojik iyi oluşlarını üst seviyeye taşımak olarak ifade edilmektedir.

İyi oluş psikoterapisi 8 ile 12 oturum sürecinde tamamlanmaktadır. Psikoterapi sürecinin başlangıç, orta ve son aşama olmak üzere üç evreden oluştuğu ifade

edilmektedir. Başlangıç aşamasında problemin tanımlandığı, orta aşamada günlük kullanım ve terapinin boyutlarına değinildiği, son aşamada ise süreç değerlendirmesinin yapıldığı görülmektedir (Fava ve Tomba, 2009; akt., Eryılmaz, 2017).

2.2.4.Yaşam Kalitesi Psikoterapisi

İnsan sağlığı ve özellikle insan ruh sağlığı ile ilgilenen teorisyenler önceki semptom temelli, negatife odaklanan tedavi süreçlerinin aksine "pozitif akıl sağlığı" fikrini ve patoloji odaklı olmayan süreçlerin geliştirmesini teşvik etmektedir. Bu bağlamda oluşturulan yaşam kalitesi psikoterapisi, kişinin pozitif yaşam deneyimleri üzerinde durarak kişilerin yaşam kalitelerini ne şekilde yükseltebilecekleri konusuna odaklanmaktadır. Çünkü yaşam kalitesi psikoterapisinde ruh sağlığı ve psikoterapide olumlu bir sonuç oluşturmanın altında yatan temel neden yaşamdan aldığı hazın yükseltilmesi olarak kabul edilmektedir (Frisch, 1998).

Bu terapi içeriğinde yaşam kalitesi üzerine çalışılabilecek 16 değerli alandan bahsedilmektedir. Bunlar; sağlık, öz-saygı, yaşam amaçları ve değerler, para, iş yaşamı, oyun-boş zamanların değerlendirilmesi, öğrenme, yaratıcılık, yardım, sevgi ve yakın ilişkiler, arkadaşlar, çocuklar, akrabalar, ev, komşular ve toplum olarak sınıflandırılmıştır. Terapi temel olarak bu alanlarda yaşam kalitesinin yükseltilmesinin insan ruh sağlığının iyileştirilmesi için gerekli olduğu düşünülmektedir (Frisch, 2013). Spilker (1990) de yaptığı değerlendirme de fiziksel veya psikolojik rahatsızlıklar için tedavi gören hastaların yaşam kalitelerini değerlendirmek ve yaşam kaliteleri üzerinde çalışmanın, gerçekleştirilen tedavinin etkinliğini arttırdığını ifade etmiştir. Ayrıca bireyin mutluluk düzeyinin ve yaşamdan aldığı doyumun klinisyenler tarafından rutin olarak değerlendirilmesi gerektiği düşünülmektedir.

2.2.5. Pozitif Psikoterapinin Dayanakları

Pozitif psikoterapi kendi içerisinde 9 dayanak ile temellendirilmiştir. Bu dayanaklar aşağıdaki şekilde ifade edilebilmektedir;

1. Kendi kendine yardım prensibi: Kişinin hem kendi kendinin hem de çevresindeki bireylerin terapisti olması olarak anlatılabilmektedir. Peseschkian tarafından kişinin kendisi, ailesi, mahallesi, ülkesi en genelinde de insanlığa yardım olarak ifade edilirken, Seligman tarafından da grup seviyesinde ele alınmaktadır (Rashid, 2009).

2. Çevreyi düzenleme prensibi; Kişinin yalnızca kendisine değil çevresine karşı da sorumlu olması olarak ifade edilmektedir. Kişinin çevresi olarak hem yakın hem de uzak çevresi kast edilmektedir (Peseschkian, 2015).

3. Mikro-travma teorisi prensibi; Travmalar, kişilere zarar veren büyük yaşam olayları olarak ifade edilmektedir. Ancak pozitif psikoterapi, bireyin etkilenmesi için sadece büyük yaşam olaylarını yaşaması gerekemediği yaşadığı öteden beri aynı devam eden küçük olayların birleşiminin de kişiyi zorlayabileceğini ifade etmektedir (Peseschkian, 2015).

4. Bireyin biricikliği prensibi; Her bireyin kendine özgü olduğunu anlatmaktadır. Kendine özgü yaşadığı yaşam olaylarından doğan çatışmaların çözümüne yönelik bir psikoterapidir (Peseschkian, 2015).

5. Transkültürel özellikler prensibi; Kişinin içinde bulunduğu kültürel yapıya uygun çözüm yolları sunmak olarak ifade edilmektedir. Kişinin kültürüne elverişli yöntemin seçilmesi esastır (Peseschkian, 2015).

6. Herkese uygulanabilir olma prensibi; Her sosyo – kültürel ve sosyo- ekonomik düzeyden ve her yaştan bireyde kullanılabilir olduğunu anlatmaktadır (Peseschkian ve Tritt, 1998).

7. Her hastalık ve çatışma tipi için uygun olma prensibi; Pozitif psikoterapinin her türlü hastalık ve zorlayıcı yaşam olayında kullanılabilecek bir yapısının olması olarak karşımıza çıkmaktadır (Peseschkian ve Tritt, 1998).

8. Metateorik olma prensibi; Birçok kuramın parçasını içinde barındıran eklektik bir yapıya sahip olması demektir. Davranışçı, bilişsel, hümanistik ve varoluşçu gibi birçok kuramın parçasını içinde barındırmaktadır (Peseschkian, 2015).

9. Kavramlar, mitolojiler, doğu hikayeleri ve deyişlerden yararlanma prensibi; Terapi süresince kavramlar, mitler, hikayeler ve deyişleri kullanmayı anlatmaktadır. Kişinin yaşadığı problemine uygun hikaye ya da metaforun kullanımının kişinin kendi kendine yardım edebilmesi aşamasında yaşadığı çatışmayı anlamlandırabilmesi adına etkili bir yapısı olduğu düşünülmektedir (Peseschkian, 1998).

2.2.6. Pozitif Psikoterapinin Uygulanması

Pozitif psikoterapi, ruhsal problemlere pozitif psikoterapinin yetenek olarak adlandırdığı semptomların kişide yeteri kadar gelişmemesinin ya da fazlasıyla gelişmesinin neden olduğuna dayanmaktadır. Psikoterapi ile kişinin dengeli duruma gelmesi amaçlanmaktadır. Bu hedefin gerçekleşebilmesi için de 5 basamaklı bir danışma süreci ortaya konulmaktadır.

Gözlem/mesafe koyma aşaması, danışma sürecinin başlangıcıdır. Bu aşamada psikoterapist, danışanın başvuru sebebi ve ihtiyacını anlamak için tarafsız ve yorumsuz olarak dinler (Henrichs, 2012). Bireyin durumunun ortaya konulması açısından bu aşama önem arz etmektedir. Danışan ile problemi arasına mesafe koyarak problemin ve danışanın ihtiyacının daha net bir şekilde gözlenebilmesi sağlanmaktadır. Kısa süreli danışma süreçlerinde bu aşama 1-2 oturum sürerken, uzun süreli danışma süreçlerinde 12 oturuma kadar çıkabilmektedir (Peseschkian, 2002; Akt., Sarı, 2015).

Envanter aşaması, danışan ile ilgili daha derinlemesine bilgilerin toplandığı aşamadır. Aşama içeriğinde kişinin denge modelinin boyutlarına göre son 5 yılda neler yaşadığı tespit edilmeye çalışılmaktadır. Yaşam boyutlarından hangisinin danışanda daha belirginleştiği bulunmaya çalışılmaktadır. Bu aşamada Farklılaşma Analizi Envanterinden yararlanılmaktadır. Kısa süreli danışma süreçlerinde bu aşama 1-2 oturum sürerken, uzun süreli danışma süreçlerinde 12 oturuma kadar çıkabilmektedir (Peseschkian, 2002; Akt., Sarı, 2015).

Durumsal cesaretlendirme aşaması, pozitif psikoterapinin umut ilkesi ışığında şekillenmektedir. Bu aşamada yoğun bir şekilde soruna odaklanıldığı için var olan pozitif yönlerini görmekte zorlanan danışana gerçekçi bir bakış açısı ile pozitif yönleri

ve yetenekleri fark ettirilmeye çalışılmaktadır. Kişinin problemleri sebebiyle gösterdiği semptomların pozitif yorumlaması danışana yapılır ve danışanın düşüncesi alınır. Danışanın bu zamana kadarki sorunla baş etme becerileri takdir edilir ve çatışma çözme yönünde kendisine güvenmesi konusunda cesaretlendirilir. Kısa süreli danışma süreçlerinde bu aşama 1-2 oturum sürerken, uzun süreli danışma süreçlerinde 12 oturuma kadar çıkabilmektedir (Peseschkian, 2002; Akt., Sarı, 2015).

Sözelleştirme aşaması, danışanın sorunları ile çalışılmaya başlandığı aşamadır (Henrichs, 2012). Bu aşamaya başlamadan önce danışan ile terapötik ilişkinin kurulduğundan emin olunmalıdır. Terapinin esas evresi olarak düşünülebilmektedir. Bu aşamada danışanın denge modeli bağlamında sorunlarına yönelik çözümleme yapılır ve hayatındaki denge sürecinin planlanması yapılmaktadır. İnteraksiyon analizi, kibarlık-dürüstlük eğitimi, komünikasyon eğitimi veya canlandırma gibi yöntemler danışma süreci içerisinde kullanılabilmektedir. Bireyin içinde bulunduğu çatışma durumu çözümleninceye kadar devam etmektedir (Peseschkian, 2002; Akt., Sarı, 2015).

Amaçların genişletilmesi aşaması danışmanın son aşamasıdır. Danışanı yardım almaya yönlendiren esas sorun çözüldükten sonra gelecek ile ilgili düzenleme ve planlamaların yapılmasını içermektedir. Danışan bu aşamada kendisine kısa, orta ve uzun vadeli hedefler belirler ve gelecek yaşantısını ne şekilde şekillendireceği ile ilgili planlamalar yapar. Kısa süreli danışma süreçlerinde bu aşama 1-2 oturum sürerken, uzun süreli danışma süreçlerinde 12 oturuma kadar çıkabilmektedir (Peseschkian, 2002; Akt., Sarı, 2015).

Beş basamaklı danışma süreci terapist için bir yol gösterici olmaktadır. Danışma süreci içerisinde danışman öykü, metafor ve ev ödevlerinden yararlanabilmektedir. Bireyi cesaretlendirmek adına yeteneğine mektup yazmak, danışman tarafından anlatılan hikayeleri değerlendirmek ev ödevlerine örnek olabilmektedir. Bu sayede danışan aktif tutularak pozitif psikoterapinin kendi kendinin terapisti olma prensibine de uygunluk sağlanmaktadır (Peseschkian, 1998).

2.2.7. Pozitif Psikoterapinin Grup Etkinliklerinde Kullanımı

Pozitif psikoterapi, farklı kültürlerde uygulanabilirliği olan çok kültürlü bir psikoterapidir. Pozitif psikoterapi eğitimlerini veren Dünya Pozitif Psikoterapi Derneği'nin 40'dan fazla ülkede temsilcilikleri bulunmaktadır. Bu temsilciliklerin temel hedefi, uluslararası lisanslı eğitmenler yetiştirerek pozitif psikoterapinin bilinirliğini, uygulama alanını arttırmak ve toplumların iyi oluşlarına ve psikolojik yardım alanına katkı sağlamaktır (Henrichs, 2012).

Yaygınlığının arttırılması amaçlanan pozitif psikoterapinin esnek ve uyarlanabilir yapısı bu amacın gerçekleşmesini kolaylaştırmaktadır. Bu bağlamda endüstri alanından, eğitime, aile hekimliğinden, ruh sağlığı alanına kadar birçok farklı alanda kullanımı görülmektedir. Asıl uygulama alanı bireysel terapiler olmasına rağmen grupla psikolojik danışma, aile terapisi, aile eğitimleri ve grup rehberlik uygulamalarında da kullanılabilmektedir. Terapinin öğretme, fark ettirme ve iyileştirme işlevleri aile eğitimleri ve grup rehberliği içerisinde kullanılmasını sağlamaktadır (Cope, 2014).

Alan yazın incelendiğinde ergenler için amaçları genişletme programı (Eryılmaz, 2015), okulda pozitif psikoterapi anlatılarının kullanılması (Eryılmaz, 2010), Ergenler için bütçe yönetme konusunda sınıf rehberliği programı (Eryılmaz, 2011) grup rehberliği alanında kullanımları olarak karşımıza çıkmaktadır.

2.3. Ana -Baba Eğitimleri

2.3.1.Türkiye'de Okul Öncesi Dönemi Ana-Baba Eğitim Uygulamaları

Aşağıda Türkiye'de okul öncesi dönemde uygulanmakta olan ebeveyn eğitimlerine örnekler sunulmuştur.

2.3.1.1. Anne – Çocuk Eğitim Programı

Prof. Dr. Sevda Bektam, Prof. Dr. Çiğdem Kağıtçıbaşı ve Prof. Dr. Diane Sunar (1993) tarafından 1982-1986 yılları arasında okul öncesi çocuklarının eğitim durumları ile ilgili yürütülen bir araştırma projesi sonucunda bu dönemdeki çocukların

birçoğunun eğitime erişemediği ve bu konuda araştırmaların çok kısıtlı olduğu fark edilmiştir. Bu araştırma projesinden yola çıkarak proje yürütücüleri ev merkezli bir erken çocukluk eğitim programı olan Anne Çocuk Eğitim Programını (AÇEP) geliştirmişlerdir. Proje olarak uygulanmaya başlayan ve bir süre proje dahilinde yürütülen programın daha sonra daha kurumsal bir yapıya kavuşması adına Anne Çocuk Eğitim Vakfı kurulmuş ve vakıf adı altında eğitimlere devam edilmiştir. Eğitim programının hedef kitlesini 5 yaş itibariyle daha önce okul öncesi eğitim almamış çocuklar ve onların anneleri oluşturmuştur ve programla okul öncesi eğitimi alamayan çocukların zihinsel, duyusal, duygusal, sosyal ve fiziksel gelişimlerinin iyi olmasına yardımcı olmak, beslenme ve sağlıklı yaşam yönünden desteklemek hedeflenmiştir. Bu kapsamda annelere evde çocuklarının eğitimlerine nasıl destek verebilecekleri yönünde eğitimler verilmiştir. Anne eğitimleri sağlanarak program annenin de kendini geliştirmesini, ebeveynlik konusundaki becerisini arttırmasını ve duygusal olarak güvende hissetmesini sağlamaktadır (Bekman, 1998).

Anne – Çocuk Eğitim Programı 3 alt programdan oluşmaktadır. Bunlar; Anne Destek Programı, Üreme Sağlığı ve Aile Planlaması Programı ve Zihinsel Destek Programıdır.

Anne Destek Programı, çocuğun zihinsel, duygusal ve sosyal gelişimi konusunda annenin hassasiyet düzeyini arttırmak ve çocuğun gelişimini destekleyici bir ortam hazırlama konusunda anneye yardımcı olmayı amaçlayan alt programdır. Ayrıca tutarlı bir anne çocuk ilişkisi oluşturma konusunda anneyi desteklemeyi hedeflemektedir. Haftalık grup oturumları şeklinde devam eden programda çocuk gelişimi, bakımı, sosyal becerilerinin desteklenmesi, doğru iletişim, konularında sohbetler edilmektedir (Bekman ve Atmaca Koçak, 2009).

Üreme Sağlığı ve Aile Planlaması Programı, kadın üreme sistemi, hamilelik ve doğum kontrolü konusunda anneleri bilinçlendirmeyi amaçlayan sohbetleri içermektedir (Bekman ve Atmaca Koçak, 2009).

Zihinsel Destek Programında, anne ve çocuk iş birliği ve kaliteli zaman geçirme vurgulanmaktadır. Bu kapsamda program, çocukların zihinsel işlevlerini

geliştirebilmeleri için program sağlayıcıları tarafından geliştirilen 8 öykü kitabı ve 25 çalışma formunu annelerin çocuklarına uygulaması ve çalışmalar yapmalarını içermektedir. Ayrıca grup liderleri tarafından program dahilinde ev ziyaretleri gerçekleştirilmekte ve uygulamalar gözlemlenip destek sağlanmaktadır (Bekman ve Atmaca Koçak, 2009).

2.3.1.2. Baba Destek Programı (BADEP)

Anne Çocuk Eğitim Vakfı tarafından 1996 yılında babalara çocuk yetiştirme konusunda eğitim vermek için Baba Destek Programı (BADEP) oluşturulmuştur. BADEP ile babaların çocuk bakımı konusunda sorumluluk alması, çocuk ile tutarlı bir ilişki kurarak, gelişimlerinin desteklenmesi hedeflenmektedir. Bu hedefler doğrultusunda babaların çocukları ile geçirdikleri süreyi arttırmak böylece doğru iletişim kurmalarını sağlayarak özellikle şiddet içerikli davranışları aza indirmek gibi çıktılar alınmak istenmektedir (Atmaca Koçak, 2004).

BADEP, 3-6 yaş ve 7-11 yaş olmak üzere iki farklı kurs programından oluşmaktadır. Kurs programı dahilinde babalara 10-13 hafta eğitim verilmektedir. Yapılan değerlendirmeler ile programın babaların çocuk yetiştirme konusundaki tutum ve bilgi düzeylerinde anlamlı bir farklılık oluşturduğu görülmektedir (Atmaca Koçak, 2004).

2.3.1.3. Mobil Anaokulu Projesi

Ülkemizde okul öncesi eğitim çalışmalarının yaygınlaştırma çalışmaları devam etmekle birlikte hala istenen düzeyde olmadığı görülmektedir (Güneysu, 2005). Ülkemizde okul öncesi kurumların daha çok orta ve üst sosyo – ekonomik düzey bölgelerinde toplanması, kırsal bölgelere okul öncesi eğitiminin çok ulaştırılamaması gerekçesine dayanarak (Temel, 2005) okul öncesi eğitimin yaygınlaştırılması amacı doğrultusunda maddi imkansızlıklar nedeniyle çocuklarını okul öncesi eğitim kurumlarından yararlandıramayan ailelerin çocuklarını da eğitime dahil etmek amacıyla oluşturulan Mobil Anaokulu Projesi oluşturulmuştur (Altay, 2011).

Proje, maddi imkansızlıklar yaşayan ailelerin 36-72 aylar arasındaki çocuklarını kapsamakta ve Milli Eğitim Bakanlığı, valilikler, belediyeler ve üniversiteler işbirliği ile yürütülmektedir (Altay, 2011). Eğitimde fırsat eşitliği ilkesi temelinde şekillenen projede anaokulu şeklinde düzenlenmiş otobüsler ile eğitim, eğitime dahil olamayan çocuk ve ailelerinin ayağına gitmektedir. Eğitim süreci çocuklara okul öncesi eğitimi verme ve ebeveynleri temel beslenme, iletişim, ev ekonomisi, temizlik, bulaşıcı hastalıklar ve cinsel sağlık konularında haftada iki gün eğitim verme şeklinde yürütülmektedir (Gezgin, 2008).

2.3.1.4. 0-3 Yaş Aile Eğitim Programı

Çocukların gelişimleri konusunda en kritik dönemlerden biri yaşamın ilk yıllarını kapsayan 0-3 yaş arasıdır. Bu dönemin sağlıklı bir şekilde atlatılması ve çocukların en yüksek düzeyde desteklenebilmeleri için Milli Eğitim Bakanlığı Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü tarafından 0-18 Yaş Aile Eğitim Programı alt modülü olarak 0-3 yaş Aile Eğitim Programı oluşturulmuştur. Kurs programının amacı bebeklik döneminden itibaren sağlıklı çocuklar yetiştirilmesi için ebeveynler ve bakım veren kişileri sağlık, beslenme, bakım, günlük yaşam becerisi geliştirme, iletişim ve tüm gelişim alanlarında bilinçli bir duruma getirmek olarak belirlenmiştir. Program da ayrıca engelli bireylere karşı duyarlılık konusunda içerik bulunmaktadır. Gebeler, çocuk sahibi olmayı düşünenler, 0-3 yaş aralığında çocuğu olan ebeveynler ya da bu yaş grubuna bakım veren kişiler olarak programın hedef kitlesini oluşturmaktadır. Kurs programı toplam 14 hafta sürmektedir. Her hafta katılımcılara 4 saat teorik, 8 saatlik uygulama ve ev ziyareti, 3 saat ise değerlendirme ve planlama olmak üzere toplam 15 ders saati eğitim verilmektedir. Kursu tamamlayan katılımcılar toplamda 210 saat eğitim almış olmaktadır (Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü, 2014a).

2.3.1.5. 3-6 Yaş Aile Eğitim Programı

3-6 yaş Aile Eğitim Programı Milli Eğitim Bakanlığı Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü tarafından 0-18 Yaş Aile Programının alt modülü olarak oluşturulmuştur. Kurs programının amacı çocuğun gelişim alanlarının aileler ve bakım veren kişiler tarafından olumlu şekilde desteklenmesi ve okula hazırlık, çocuk hakları, sağlık,

beslenme, doğru iletişim ve engelli bireylere karşı duyarlılık konusunda bilinç kazandırmak olarak belirlenmiştir. 3-6 yaş arasında çocuğu olan ebeveynler ve 3-6 yaş arasındaki bir çocuğa bakım veren kişiler programın hedef kitlesini oluşturmaktadır. Kurs programı toplam 14 hafta sürmektedir. Her hafta katılımcılara 4 saat teorik, 8 saatlik uygulama ve ev ziyareti, 3 saat ise değerlendirme ve planlama olmak üzere toplam 15 ders saati eğitim verilmektedir. Kursu tamamlayan katılımcılar toplamda 210 saat eğitim almış olmaktadır (Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü, 2014b).

2.3.1.6. Okul Öncesi Veli Çocuk Eğitim Programı (OVÇEP)

Okul Öncesi Eğitimi Gelen Müdürlüğü ve Anne Çocuk Eğitim Vakfı arasındaki protokol ile hazırlanan, okul öncesi eğitim kurumlarında eğitime devam eden çocukların ev ve sınıf koşullarında desteklenmesi, ilkokula hazırlanmaları ve okullarda aile katılımının arttırılması amacıyla Okul Öncesi Veli Çocuk Eğitim Programı (OVÇEP) geliştirilmiştir. Program 1999-2000 eğitim-öğretim yılında sadece İstanbul'da hayata geçirilmiştir. 2005-2006 eğitim öğretim yılında ise 27 ilde 88 öğretmenin öncülüğünde 2211 çocuğa hizmet götürülmesini sağlayacak şekilde genişletilmiştir (Bekman ve Topaç, 2000).

2.3.2.Dünyada Okul Öncesi Ana-Baba Eğitim Uygulamaları

Aşağıda Dünya'da okul öncesi dönemde uygulanmakta olan ebeveyn eğitimlerine örnekler sunulmuştur.

2.3.2.1.Head Start Programı

Head Start Programı, Amerika Birleşik Devletleri tarafından düşük sosyo – ekonomik düzeyde yer alan aileler için başlatılan bir erken müdahale eğitimi hareketidir. Programın en genel hedefi, düşük sosyo-ekonomik düzeyde yer alan ailelerin okul öncesi dönemdeki çocuklarına bol uyarıcı ile zenginleştirilen ortam sunmak, sosyal ve akademik fırsatlar sunarak düşük ekonomik durumun çocuklar üzerindeki dezavantajını olabildiğince aza indirmek olarak belirlenmiştir (Aksoy, 2015).

Program bu hedef bağlamında sağlık, eğitim, ebeveyn eğitimi ve sosyal hizmet olmak üzere dört ana kısımdan oluşmaktadır. Eğitim alt boyutunda; çocuk temelli bir program oluşturulmuştur ve bu programda çocukların etnik özellikleri de göz önünde bulundurulmuştur. Eğitim ortamı şekillendirilirken bütünüyle çocuğun algısı ve gözüyle hazırlanmıştır. Eğitim ortamı içerisinde kullanılan malzeme ve materyallerin dayanıklı ve ekonomik malzemelerden oluşturulmasına dikkat edilmiştir. Öğrenmenin gerçekleştiği sınıflar içerisinde öğrenme merkezleri oluşturulmuş ve kendi hızlarında öğrenmeleri yönünde çocuklar isteklendirilmiştir. Sağlık alt boyutunda; yaşanabilecek olası sağlık problemlerinin erken tanılaması, diş ve vücut bakımı, dengeli ruh sağlığı ve sağlıklı beslenme konularında bilgilendirme ve müdahale programları oluşturulmuştur. Ebeveyn eğitimi ve katılımı alt boyutunda; ebeveyne gelişimine katkı sağlayan yaşantılar edinmesine ve eğitimlerin planlanmasında karar verici statüde olmalarına fırsat sunmak amaçlanmaktadır. Bunu sağlamak için sınıf içi ve dışı etkinliklerde gönüllü ya da paralı olarak katılmaları için ortam oluşturulmuştur. Program içerisinde anne babaları para karşılığında yardımcı personel ya da öğretmen olarak istihdam etmek çok kullanılan bir yöntemdir. Bu şekilde düşük gelirli ailelere hem maddi destek hem de ebeveynlerin yaparak yaşayarak ebeveynliği öğrenebilecekleri bir ortam sunulmaktadır (Başal, 2010). Sosyal hizmet alt boyutunda ise aileleri, okuma yazma ve dil öğretimi, mesleki eğitim gibi alanlarda destekleyerek ailelerin gereksinimlerini nasıl ve nereden idame ettirebilecekleri konusunda yardımcı olunmaktadır. Ayrıca bu kapsamda ebeveynlere kötü alışkanlıklar, işsizlik ve aile içi sorunlarla ilgili de destek sunulmaktadır (Castro ve diğ., 2004).

Head Start programının yürütülmesi ve geliştirilmesinden sorumlu idare meclisleri bulunmaktadır. Programın katılımcılarından bağımsız olmaması için programların uygulandığı Head Start Merkezlerinde Anne – Baba Komisyonları kurulmakta ve bu komisyonlardan İdare Meclisine temsilciler gönderilmektedir. Programla ilgili her türlü kararın çıktığı bu meclislere katılan aile temsilcileri sayesinde aileler de çocukları üzerinde etkisi olacak kararlarda yetki sahibi olmaktadırlar. (Başal, 2010). Head Start Programı çocuğu bütünsel bir bakış açısı ile ele almakta ve her düzey ve alanda gelişiminin sağlıklı olabilmesi için destek sağlamaktadır. Programda bütünsel bir

yapılandırma ve düzenlemenin söz konusu olduğu görülmektedir. Bu sebeple programının çıktılarının getirilerinin de yüksek olduğu bilinmektedir (Aksoy, 2015).

2.3.2.2.Okul Öncesi Çocuklar İçin Ev Eğitimi Programı (The Home Instruction Program For Preschool Youngsters – HIPPY)

Okul Öncesi Çocuklar İçin Ev Eğitimi Programı İsrail'de gelir seviyesi düşük olan aileler için geliştirilmiş çocukların okul öncesi eğitimlerini pekiştirmeyi amaçlayan 3 yıllık erken çocukluk eğitim programıdır. HIPPY aile eğitim programının hedef kitlesi 3-5 yaş aralığındaki çocuklardır. Program, çocukları ilkokula hazırlamak, akademik başarısını arttırmak, aileleri çocuk gelişimi hakkında bilgi sahibi yapmak, çocuklarına daha iyi eğitim verebilmeleri adına annelerin kişisel gelişimlerine yardım etmek, annelerin çocukla ilgili rollerini arttırmayı amaçlamaktadır (hippy.org; Akt., Kartal, 2005).

Programa katılan annelerin çocukları için duygusal, zihinsel, dilsel ve problem çözme becerilerini gelişmesini sağlamaya yönelik eğitim ortamları sunulmaktadır. Ayda 2 defa ev ziyaretleri ve iki haftada bir de 10-15 kişilik gruplarla eğitim semineri şeklinde gerçekleştirilen programda her ev ziyaretinde anne yeni kitap ve etkinliklerle desteklenmektedir. Ev ziyareti sırasında öğretim uzman tarafından çocuğa etkinliklerin uygulanması ve annenin gözlemlenmesi şeklinde gerçekleşmektedir. Ayrıca annenin de deneme yapması ve uygulaması ile ilgili geri bildirim verilmesi de sağlanmaktadır. Grup eğitim seminerlerinde ise temizlik, çocuk gelişimi, oyunlar, kitaplar, ev ekonomisi gibi konularda bilgi aktarımının yanı sıra deneyim paylaşımı da yapılmaktadır (hippy.org; Akt., Kartal, 2005).

2.3.2.3. İnanılmaz Yıllar Ana-Baba Eğitim Programı (Incredible Years-İY)

İnanılmaz Yıllar Ana-Baba Eğitim Programı 0-12 yaş arasındaki çocuklar, çocukların anne- babaları ve öğretmenlerini kapsamaktadır. 1982 yılında Washington Üniversitesi Hemşirelik Okulu'nda görevli Dr. Carolyn Webster – Stratton tarafından oluşturulmuştur (Webster-Stratton ve Reid, 2003).

İnanılmaz Yıllar Programı, davranış sorunlarını temel alan bir erken müdahale programı olarak oluşturulmuştur. Öncelikli hedefi davranış sorunları ortaya çıkmadan önce önleyici bir tedbir oluşturmak, uzun vadede ise ortaya çıkan davranış problemine müdahale etmek ve çözüm bulmak olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu öncelik bağlamında saldırganlık, dikkat eksikliği ve hiperaktivite, madde bağımlılığı, şiddet, suça karışma gibi problem davranışlara müdahale ve sosyal yeterlilik, duygusal düzenleme, akademik hayata hazırlık, problem çözme yeteneği gibi sosyal yaşam becerilerinin geliştirilmesi de önemsenmektedir. Ayrıca sağlıklı anne-baba-çocuk ilişkisinin kurulması ve sağlıklı bağlanma, öğretmen – aile iş birliğinin kuvvetlendirilmesi gibi alanlarda da çalışmalar yapmaktadır (Gardner ve Leijten, 2017).

Sosyal öğrenme kuramı temelli geliştirilen program daha çok çocukların sosyal – duygusal gelişimlerini hedef almaktadır. Bütünsel bir bakış açısı ile geliştirilen program ebeveyn, çocuk ve öğretmen olmak üzere birbiri ile bir bütün oluşturan ebeveyn programı, çocuk programı ve öğretmen programı olmak üzere 3 programdan oluşmaktadır. Ebeveynlik programı 0-12 yaş arasında çocuğu olan ebeveynleri kapsamakta ve kendi içerisinde kapsayan Temel Ebeveynlik Programı ve Orta Düzey Ebeveynlik programı olmak üzere temelde iki gruba ayrılmaktadır. Temel Ebeveynlik Pogramı yaş ve gelişim özelliklerini dayanak alarak Bebek Programı (8-9 oturum), İlk Çocukluk Programı (12 oturum), Okul Öncesi veya Erken Çocukluk Programı (18-20 oturum) ve Ön Ergenlik programından (12-16 oturum) oluşmaktadır. Orta Düzey Ebeveynlik Programı ise daha riskli grupta çocuğu olduğu düşünülen ebeveynlere kişiler arası ilişkiler, öfke kontrolü, sorun çözme becerileri, depresyon ile baş etme gibi sosyal yaşam becerilerinin öğretimini içeren 9-12 oturum arası süren ek bir eğitim programı olarak karşımıza çıkmaktadır (Webster-Stratton ve Reid, 2003).

Ebeveyn eğitimleri haftalık olarak 2 lider 10-15 ebeveyn şeklinde 2-2,5 saatlik grup seansları şeklinde gerçekleşmektedir. Görüşmeler sırasında ailelere çocuk gelişimi, çocuk oyunları, doğru iletişim, akademik, sosyal, duygusal yönden çocuğu destekleme, olumsuz davranış ile baş etme yöntemleri gibi konulardan bahsedilmektedir. Çocuğun gelişimine uygun beklenti içerisine girme ve çocuğun

öğretmeni ile iş birliği kurma ve akademik başarısını destekleme ve izleme konularında ailelere öncülük edilmektedir. Ayrıca, ebeveynlere olası problemlerini nasıl çözebileceklerine dair yardım kitleri de verilmektedir (Gardner ve Leijten, 2017). Temel ebeveynlik programında ebeveyn görüşmelerine ek olarak ev ziyaret programı da bulunmaktadır. Ev ziyaretleri tamamlayıcı bir unsur olarak görülmektedir. Koçluk modelini temel alan bu uygulamada çalışma kitapları ile birebir öğretiler gerçekleştirilmektedir. Bebek programı için 3, ilk çocukluk ve erken çocukluk programı için 4, ön ergenlik programı içinde 5 ebeveyn çalışma kitabı oluşturulmuştur ve kullanılmaktadır (Webster-Stratton ve Reid, 2003).

2.3.2.4.Üç P Olumlu Anababalık Programı (Triple P Positive Parenting Program)

Üç P Olumlu Anne Babalık Eğitimi Programı, 1979 yılında Avustralya'da Matthew Sanders ve ekibi tarafından oluşturulan 0-12 yaş arasında çocuğu olan ebeveynleri kapsayan bir erken müdahale programıdır. Program temelde anne-babalık becerisinin geliştirilmesini hedef almasının yanı sıra özellikle davranış sorunları olan ya da riskli grupta yer alabileceği düşünülen bireyleri hedef almaktadır (Sanders, 2008).

Programın içerisinde risk faktörleri göz önünde bulundurularak oluşturulmuş beş düzey program yer almaktadır. Bunlar; Evrensel Triple P (1. Düzey), Temel Triple P (2. Düzey), Birincil Bakım Triple P (3. Düzey), Standart Triple P (4. Düzey), Geliştirimiş Triple P (5. Düzey) olarak isimlendirilmiştir. Evrensel Triple P (1. Düzey); 0-12 yaş arasında çocuğu bulunan tüm ebeveynleri hedefleyen, tamamen davranış problemlerini önleyici yapıya sahiptir. Bu amaçla internet, televizyon, radyo reklamlar, broşür, afiş gibi materyaller üzerinde sağlık kampanyaları ve bilgileri içermektedir. Temel Triple P (2. Düzey); bir problem bağlamında diğer gruplara göre daha riskli olduğu düşünülen belli bir grubu kapsayan eğitim programıdır. 90 dakikalık 3 oturumdan oluşmaktadır. Birincil Bakım Triple P (3. Düzey); ilk iki düzeye göre daha fazla temel önleme becerilerini kapsayan çocuklarının davranışlarına yönelik kaygıları olan aileleri hedef kitlesi olarak almaktadır. Aktif beceri eğitimi, olumsuz davranışla baş etme yöntemlerinin kullanımını içeren 30 dakikalık 4 oturumdan oluşmaktadır. Standart Triple P (4. Düzey), tanımlanabilir davranış problemleri

bulunan ancak psikopatolojik olarak tanılanmamış yüksek riskli çocukların ailelerini hedef alan düzeydir. Yaşanan problemin ciddi bozukluklara dönüşmemesi için çaba sarf edilir. Bu düzeyde ebeveynlere davranış yönetimi beceri eğitimi verilmektedir. Geliştirimiş Triple P (5. Düzey)' de ise daha alt düzeydeki eğitim programlarından yarar sağlayamamış, ek risk etmenleri taşıyan ailelere yönelik programdır. Bu aşamada programa eş desteği, ebeveynler arası iletişim, stresle baş etme ve ruhsal izleme becerileri de eklenmiştir. Bu aşamaya dahil olan ailelerin çocukları genellikle ek ailevi problemlerden dolayı karmaşıklaşmış davranış problemlerine sahiplerdir (Sanders, 2008).

Üç P Olumlu Anne Babalık Eğitim Programının her anne babaya uygulanabileceği gibi daha çok yıkıcı ve saldırgan davranış kalıplarına sahip çocukların ebeveynlerine katkı sağladığı görülmektedir. Bir erken müdahale programı olarak ortaya atılmış olan program klinik düzeyde problemi olan çocukların ebeveynleri üzerinde de başarılı bir şekilde kullanılmıştır (Irelnad, Sanders, Markie-Dadds, 2003).

2.3.2.5.Öğretmen Olarak Ebeveynler (Parents as Teachers – PAT)

Doğum öncesinden anaokuluna başlayana kadar geçen süre zarfında çocuğu bulunan anne – babaları hedef kitlesi olarak belirleyen uluslararası erken çocukluk eğitim programıdır. Programın temel amacı çocukların hayata başlangıçlarının olabildiğince iyi olması ve akademik hayatlarına sağlam adımlarla ilerlemesi olarak belirlenmiştir (Wagner, Spiker ve Linn, 2002).

Program ev ziyaretleri, grup oturumları, genel temel sağlık hizmetleri şeklinde uygulanmaktadır. Program dahilinde eğitimciler ayda iki kere 45-60 dakikalık ev ziyaretleri gerçekleştirerek çocuğun doğumu ve gelişim dönemleri ile ilgili konularda aileleri bilgilendirmekte ve ailelerin bu konularla ilgili planlama yapmasını sağlamaktadırlar. Program ile ebeveynlerin ebeveynlik konusunda yetkinlikleri artmakta, çocukla iletişim, ihmal istismar, gelişim sorunları ile ilgili bilgileri verilmektedir. Ayrıca katılımcılar ile grup toplantıları gerçekleştirilerek bilgi ve deneyim paylaşımı da yapılmaktadır. Bu uygulamalar ile birlikte ebeveynlere dergiler,

kitaplar, eğitim materyal ve videoları geri alınmak üzere verilmektedir (Parents as Teachers, 2010; :Akt., Kılınç, 2011).

2.4. Program Geliştirme Süreci

Dünyada eğitimin geliştirilmesinin ve etkili olmasının ihtiyaç olduğu üzerine bir görüş birliğine varılmış durumda olduğu görülmektedir. Ancak bu görüş birliğinin uygulanabilmesi düşünüldüğü kadar kolay bir şekilde gerçekleşememektedir (Karip ve Köksal, 1996). Geliştirilen eğitim programlarının yaşanan teknolojik, ekonomik, toplumsal değişimlere uyum sağlaması, bireyin ve çağın ihtiyaçlarına cevap verebiliyor olması gerekmektedir. Bu kapsamda bu ihtiyaçları karşılamak için de iyi bir analiz, planlama, uygulama ve değerlendirme sürecinin yürütülmesi çok önemli bir öncül olarak karşımıza çıkmaktadır (Fer, 2019).

Eğitim programları eğitim sistemi geliştirme sürecinde kaliteyi arttırmak, nitelikli insan gücü yetiştirmek, kültürel ve toplumsal değerlerin değişikliğe uğramasını engellemek ve gelişmesini sağlamak gibi işlevlere sahip olan önemli etmenlerden biri olarak karşımıza çıkmaktadır. Eğitim programlarının bu fonksiyonlarını yerine getirebilmesi için sistemli, eşgüdümlü ve bilime dayanan bir bakış açısı ile geliştirilmiş olması gerekmektedir. Bu kapsamda program geliştirme belli bir süreci içeren aşamalardan oluşmaktadır. Turgut (1983) bu aşamaları şu şekilde açıklamaktadır (Akt., Özdemir, 2009);

1. Program taslağının ve yardımcı materyallerinin hazırlanması
2. Taslağın gerçek durumlarda denenmesi
3. Deneme verilerinin değerlendirilmesi
4. Taslağın değerlendirme sonuçlarına göre düzeltilmesi ve yayılması

2.4.1. Program Değerlendirme

Program geliştirme aşamaları incelendiğinde programın değerlendirilmesinin geliştirilmesi kadar önemli bir yere sahip olduğu görülmektedir. Program

geliştirmenin temel fonksiyonlarından biri olarak ifade edilmektedir. Bu amaçla eğitimde etkililik uzun yıllardır üzerinde çalışılan, tartışılan ve üzerine araştırmalar yapılan konulardan biri olarak karşımıza çıkmaktadır (Göksoy, 2018).

Program değerlendirmesi, bir eğitim programının taslak, süreç ve ürün aşamalarında işe yararlılığını ortaya koyma, eksik yanlarını tespit etme ve giderme, aksayan ve kusurlu yönlerini belirleme ve düzeltme işlemlerini içine alan bütün şeklinde tanımlanmaktadır (Bartwini, 2010). Eğitimde programın değerlendirilmesi ile katılımcıların eksiklerini ve hedeflerine ne oranda ulaştıklarını belirlemek, uygulanan programın ne derecede etkili olduğu ve istenilen sonucu verdiğini anlamak ve eğitim programının geliştirilmesi için etkileri tespit etmek amaçlanmaktadır. Değerlendirmenin bir ayağı daha öznel boyutlarda olan öğrenciye dönük eksiklerin belirlenmesi iken bir diğer ayağı daha genel boyutlarda olan programın etkililiğinin ve başarısının incelenmesi olarak görülmektedir (Demirel, 2006).

Program değerlendirme, hazırlanan ve uygulamaya konulan bir eğitim programının etkililiği ile ilgili bilgi sahibi olunduğu, edinilen bilgilerin çözümlendiği ve değerlendirildiği ve programın gidişatı ile ilgili kararların verildiği bir süreç olarak ifade edilebilmektedir (Sağlam ve Yüksel, 2007). Ülkemizde program değerlendirme çalışmaları genellikle Milli Eğitim Bakanlığı veya Bakanlığa bağlı kurumlar tarafından veya akademisyenler ve çeşitli araştırmacılar tarafından tez, makale, bildiri şeklinde gerçekleştirilebilmektedir. Program değerlendirmede birçok farklı yaklaşım ve model bulunmaktadır. Program değerlendirme çalışmalarında araştırmacı kendi hedef ve koşullarına en elverişli modeli seçebilmekte ya da yaklaşımı benimseyebilmektedir. Ayrıca araştırmacılar var olan modellerden yararlanarak yeni bir model de tasarlayabilmektedirler (Erden,1998).

2.4.1.1. Program Değerlendirme Kapsamında Eğitim Etkililiği

Program değerlendirmenin bir ayağı olan eğitim etkililiği programın genel özellikleri üzerinden çalışma yapmak üzerine kuruludur. Program etkililiği değerlendirme içerisinde gözlem ve çeşitli ölçme araçları yardımıyla programın etkililiği ile ilgili bilgi toplama, toplanan bilgileri kriterlere göre inceleyip yorumlama

ve programın başarısı ile ilgili karar verme süreci olarak ifade edilmektedir (Demirel, 2006). Eğitim etkililiği en genel haliyle bir eğitim programının, eğitim sisteminin hedeflerine ulaşma seviyesi olarak tanımlanmaktadır.

Bir eğitim programının etkililiğinin bütünsel bir bakış açısı ile incelenmesi için aşağıdaki dört soruya yanıt vermesi gerekmektedir (Özçelik, 1998):

- Eğitim sonunda bir değişim gerçekleşmiş midir?
- Bir değişim gerçekleşmiş ise bu değişim eğitimin etkisi ile mi ortaya çıkmıştır?
- Gerçekleşen değişim katılımcıların hedeflerini gerçekleştirmesinde olumlu yönde bir yarar sağlamakta mıdır?
- Aynı eğitim programı farklı katılımcılarla tekrar gerçekleştirildiğinde aynı değişim oluşur mu?

Uygulamaya konulan her eğitim programının kesinlikle değerlendirme sürecine dahil edilmesi gerekmektedir. Bunun nedeni ise eğitim programının hedeflerine ulaşma derecesi ve etkililiği konusunda bilgi alma zorunluluğu olarak gösterilebilmektedir. Gerçekleştirilecek değerlendirmenin şekli ise yapılan çalışmanın türü, şekli, eğitim programının hedefi ve niteliğine göre farklılaşabilmektedir. (Kurt ve Erdoğan, 2015).

2.5. Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar

Bu bölümde anne – baba eğitimleri, bu eğitimlerin çocuklar ve ebeveynler üzerindeki etkilerine yönelik yurt içinde yapılan çalışmalara yer verilmiştir.

Şölen (2020) baba eğitim programının babaların anne – baba tutumları ve hayat boyu öğrenmelerine etkisini incelediği çalışmasını 4-6 yaş arasında çocuğu olan babalar üzerinde uygulamıştır. Çalışmaya 3'ü deney, 30'u kontrol grubunda olmak üzere 60 baba katılmıştır. Deney grubundaki babalara baba eğitim programı uygulanmış, kontrol gurubuna hiçbir uygulama yapılmamıştır. Çalışma sonucunda deney grubunda

yer alan babaların aile tutumlarında demokratik anne – baba tutumu davranışlarının arttığı, yaşam boyu öğrenme bağlamında kendilerini geliştirmeye daha açık hale geldikleri görülmüştür.

Mutlu (2018), aile işlevleri üzerinde Baba Destek Eğitim Programı'nın etkisini incelediği çalışmasında deney grubundaki 14 babaya Baba Destek Programı uygulanmış, hiçbir uygulama yapılmayan kontrol grubundaki 14 baba ile karşılaştırmaları yapılmıştır. Çalışma sonuçları incelendiğinde deney grubundaki babaların sorun çözme, etkili iletişim, duygusal tepki verebilme, ilgi gösterme, olumsuz davranış ile baş etme gibi becerilerinde artış olduğu gözlemlenmiştir.

Sahillioğlu (2016) 0-12 yaş arasındaki çocukların ihmal ve istismarını önlemeye yönelik hazırlanan ebeveyn eğitim programının etkililiğini sınadığı çalışmasında, 30 anne babaya hazırlamış olduğu eğitim programını uygulamıştır. Yapılan çalışmanın sonucunda hazırlanan ebeveyn eğitim programının amacına uygun olarak kullanılabileceği, ebeveynlerin bilgi ve tutumları üzerinde olumlu etkileri olduğu sonucuna varılmıştır.

Demir (2016), oyun temelli baba bebek etkileşim programının etkililiğini incelediği çalışmasına 12-15 aylık bebekleri olan babaları katılımcı olarak seçmiştir. 20'si deney grubunda 20'si kontrol gurubunda olmak üzere alt sosyo – ekonomik düzeyden gelen 40 baba uygulamaya katılmıştır. Deney grubunda bulunan babalara program uygulanmış, kontrol grubuna hiçbir uygulama yapılmamıştır. Uygulama sonucunda programın bebeklerin ve babaların davranışlarındaki etkisi incelenmiştir. Çalışma sonucunda deney grubunda yer alan babaların çocuk gelişimi konusundaki bilgi düzeylerinde artış gözlemlenmiştir. Uygulanan programın beklenen etkiyi yarattığı tespit edilmiştir.

Özgündüz (2015), çalışmasında baba katılımı ve erken çocukluk dönemindeki çocukların sosyal becerilerine baba katılım programının etkisini incelemiştir. 42 kişiden oluşan çalışma örnekleminin 17'si deney grubunda, 25'i kontrol grubunda yer almıştır. Uygulama sırasında deney grubuna baba katılım programı uygulanmış, kontrol grubuna hiçbir uygulama yapılmamıştır. Değerlendirme sonucunda deney

grubunda yer alan babaların çocuklarının uyum becerilerinde ve dışa dönüklüklerinde anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir.

Özel (2014), anne – baba eğitimlerinin ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişkiye etkisini incelediği çalışmasına 5-7 yaş arasında çocukları bulunan aileleri dahil etmiştir. Deney grubunda yer alan ebeveynlere çocuk gelişimi, kaliteli zaman geçirme, etkili iletişim, oyun, olumsuz davranış ve baş etme yöntemleri, ebeveyn tutumları ve olumlu davranış kazandırma konularını içeren 8 haftalık aile eğitim programı uygulanmıştır. Kontrol grubuna ise hiçbir uygulama yapılmamıştır. Yapılan çalışmada deney grubunda bulunan ailelerin çocukları ile olan iletişimlerinin kuvvetlendiği, ebeveynlik becerilerinin arttığı sonucuna varılmıştır.

Demircioğlu (2012) 6 yaşında çocuğu olan annelere uygulanan aile eğitim programının aile işlevleri ve anne-baba tutumları ile çocuğun gelişimi üzerindeki etkisinin incelenmesi konulu araştırmasında 3 farklı deney grubu oluşturarak, 28 anneye eğitici anne eğitimi, 28 anneye anneden anneye eğitim, 32 anneye ise haber mektupları ile eğitim uygulanmıştır. Kontrol grubunda yer alan 40 anneye ise hiçbir uygulama yapmamıştır. Araştırma sonucunda deney grubunda yer alan annelerin aile işlevleri ve çocuk yetiştirme becerilerinde kontrol grubundaki annelere oranla anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Yılmaz Bolat (2011) yaptığı çalışmasında 5-6 yaşında çocuğu bulunan ebeveynlerin çocuk yetiştirme davranışlarına aile eğitim programının etkisinin ne düzeyde olduğunu incelemiştir. Araştırmaya 50'si deney grubunda, 50'si kontrol grubunda yer alacak toplam 100 ebeveyn dahil edilmiştir. Deney grubuna ihtiyaçları doğrultusunda 12 haftalık anne baba eğitim programı uygulanmış ve sonucunda uygulanan eğitim programının ebeveynlerin çocuk yetiştirme becerileri üzerinde olumlu etkisi olduğu ve anne – babalara çocuk yetiştirme konusunda özgüven sağladığı tespit edilmiştir.

Öğretir ve Demiriz (2009) yaptıkları çalışmada anne ev ziyareti eğitim programının ebeveyn tutumları ve empatik eğitim düzeyi üzerindeki etkisini incelemişlerdir. Bu amaçla 2-4 yaş arasında çocuğu bulunan orta sosyo ekonomik düzeydeki 55'i deney

grubunda, 55'i kontrol grubunda olmak üzere 110 anne çalışmaya dahil edilmiştir. Yapılan çalışmanın sonucunda deney grubunda bulunan annelerin kontrol grubunda bulunan annelere göre demokratik aile tutumunda ve empatik eğilim düzeylerinde artma gözlemlenmiştir

Elibol (2007)'un, 1-3 yaş arası çocuğu bulunan annelerin öz yeterlilikleri üzerine yaptığı çalışmasının örneklemini 36 anne oluşturmuştur. Deney ve kontrol grubunun oluşturulduğu çalışmada deney grubunda bulunan annelere disiplin, etkili iletişim, çocuk gelişimi, tuvalet eğitimi konularında 6 haftalık grup eğitimi verilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonucunda çocukların gelişimlerinde ve annelerin öz yeterlik algılarında anlamlı bir fark olmadığı ortaya konulmuştur.

Ünal (2003) empatik iletişim eğitiminin okulöncesi çocuğu olan annelerin empatik beceri düzeylerine etkisini incelediği çalışmasında 17'si deney grubunda 17'si kontrol grubunda olmak üzere 34 anne ile çalışmıştır. Deney grubundaki annelere empatik iletişim eğitimi uygulanmış ve hiçbir uygulama yapılmayan kontrol grubundaki annelere göre karşılaştırması yapılmıştır. Çalışma sonucunda deney grubunda yer alan annelerin empatik iletişim becerilerinin yükseldiği tespit edilmiştir.

2.6. Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar

Bu bölümde anne – baba eğitimleri, bu eğitimlerin çocuklar ve ebeveynler üzerindeki etkilerine yönelik yurt dışında yapılan çalışmalara yer verilmiştir.

Weber ve Stanley (2012) özel yetenekli çocukların ailelerine yönelik hazırladıkları ebeveyn eğitimi atölye çalışmalarının etkililiğini incelemişlerdir. Çalışmada özel yetenekli çocuğu bulunan anne – babalara araştırma tabanlı bilgileri içeren ücretsiz atölyeler yapılmıştır. Atölye içeriğinde, özel yetenekli çocuğun özellikleri, eğitiminin desteklenmesi, ebeveyn yaklaşımları gibi konulara yer verilmiştir. Çalışma sonucunda yapılan uygulamaların ebeveyn eğitimi konusunda etkili olduğu saptanmıştır.

Sanders ve arkadaşları (2008) 4-7 yaş arasında çocukları bulunan ebeveynler ile gerçekleştirdikleri çalışmalarından Üç P Olumlu Ana – Babalık Eğitim Programı

uygulanmıştır. Çalışma sonucunda program uygulanan ebeveynleri çocuklarında olumsuz davranışlarda azalma, ebeveynlerin ebeveynlik becerilerinde artma olduğu tespit edilmiştir. Ebeveynlerin programa yönelik memnuniyet algılarının da yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Magill Evans ve arkadaşları (2007) araştırmalarında hazırlamış olduğu aktif katılımlı aile eğitim programının babaların çocuklarının öğrenme yaşantılarına ve bakımlarına dahil olma durumlarına olan etkisini incelemişlerdir. Araştırmaya katılan 81 babadan deney ve kontrol gurubu oluşturulmuştur. Deney grubunda bulunan babalara eğitim programı uygulanmış ve kontrol grubuna göre anlamlı farklılık oluşup oluşmadığı incelenmiştir. Ev ziyaretleri şeklinde gerçekleştirilen eğitim programı sonucunda deney grubunda yer alan babaların çocuklarının zihinsel becerilerinde artış olduğu, babaların babalık becerilerine yönelik de duyarlılık oluştuğu tespit edilmiştir.

Landy ve Menna (2006) çalışmalarında 3-6 yaş arasında öfke ve uyum problemi yaşayan çocukların annelerine yönelik hazırlanan eğitim programının etkililiğini araştırmışlardır. 35 çocuk ve annenin katıldığı çalışmada, annelere yönelik grup eğitimi gerçekleştirilmiştir. Eğitim sonrasında çalışmaya katılan annelerin ebeveyn öz yeterliliği, becerisi ve tutumlarında anlamlı farklılıklar oluştuğu tespit edilmiştir.

Gardner, Burton ve Klimes (2006) davranım bozukluğu tanısı koyulan 2-9 yaş arasındaki çocukların anne- babalarına İnanılmaz Yıllar (Incredible Years) programını uygulamışlardır. Yapılan çalışma sonrasında deney grubundaki anne-babalarının çocuklarında gözlenen davranım bozukluklarının kontrol grubundaki çocuklara nazaran azaldığı, deney gurubundaki anne-babaların ebeveynlik becerilerinde gelişme gözlemlendiği, depresyon seviyelerinin düştüğü ve uygulanan programdan memnun olma düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Cheng (2004), Derr To Be You programının etkililiğini araştırdığı çalışmasını 3-5 yaş arasında çocuğu bulunan 30 anne – baba ile gerçekleştirmiştir. Programda, fiziksel ceza, ebeveyn rolleri, sosyal yaşam becerileri ve çocuk gelişimi konuları üzerinde durulmuştur. Deney grubuna uygulanan 12 oturum, 30 saatlik eğitim sonucunda deney grubunda bulunan anne-babaların ebeveynlik becerilerinin geliştiği, stresle baş etme

ve sosyal yaşam becerileri öğretimi yeteneklerinin arttığı, ceza yöntemine başvurma durumlarının da azaldığı görülmüştür.

Gross ve arkadaşları (2003) yaptıkları çalışmada alt sosyo ekonomik düzeyden ailelerin çocuklarının eğitim gördüğü gündüz bakım evlerindeki 2-3 yaş arasındaki çocukların ebeveyn ve öğretmenlerine yönelik hazırlanan eğitim programının etkililiğini incelemişlerdir. Bu bağlamda 208 anne-baba, 77 öğretmenin katıldığı çalışmada örneklem 4 gruba ayrılmıştır. İlk gruba hem aile hem de öğretmen eğitimi, ikinci gruba bir tek aile eğitimi, üçüncü gruba bir tek öğretmen eğitimi son gruba ise hiçbir eğitim verilemeyerek kontrol grubu görevi verilmiştir. Çalışma sonucunda ilk ve ikinci grupta yer alan katılımcıların üçüncü ve dördüncü gruba göre ebeveyn öz yeterliliklerinin arttığı ve daha uygun disiplin yöntemleri uygulamaya başladıkları tespit edilmiştir.

Bu araştırmada ise bağ odaklı yapılandırılmış bir program olan Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programının etkisi araştırılacaktır. Araştırma ile pozitif psikoterapi temelli bir aile eğitim programının ebeveyn yetkinliği, anne baba stresi ve ebeveyn tutumlarına etkisinin ne yönde olacağı değerlendirilecek ve bu kapsamda 0-6 yaş arasında çocuğu olan ebeveynlere uygulanabilecek pozitif psikoterapiyi temel alan bağ odaklı bir ebeveyn eğitim programı alanyazına kazandırılacaktır.

BÖLÜM III

3. YÖNTEM

Yöntem bölümünde araştırmanın evren ve örneklemi, modeli, veri toplama araçları, bulguların toplanması, analiz edilmesi ile kullanılan istatistiki işlemler hakkında bilgiler verilmiştir.

3.1. Araştırma Modeli

Araştırmada nicel ve nitel yöntemlerin bir arada olduğu karma yöntem kullanılmıştır. Karma yöntem çeşitlerinden ise Zenginleştirilmiş (Triangulation) Desenlerden, Nicel Veriyi Geçerli Kılma (Validating Quantitave Data) Modeli kullanılmıştır. Zenginleştirilmiş desen; karma yöntemler arasında en yaygın olanı ve en iyi bilinenidir (Tashakkori ve Teddlie, 2003). Bu desen araştırmacıların nitel ve nicel yöntemleri aynı zaman diliminde ve eşit ağırlık vererek uyguladıkları tek aşamalı bir desendir (Creswell ve Plano Clark, 2007). Araştırmacılar araştırma problemini daha iyi anlayabilmek için nitel ve nicel verileri ayrı ayrı toplar ve analiz eder. Daha sonra ayrı ayrı toplanan veriler birlikte yorumlanarak ya da nitel veri nicel veriye dönüştürülerek birleştirir (Creswell ve Plano Clark, 2007). Nicel veriyi geçerli kılma modeli ise bir anketten elde edilen nicel sonuçları, ankette birkaç açık uçlu nitel soruyu da dahil ederek genişletmek ya da bu sonuçların doğruluğunu kanıtlamak istediğinde kullanılır. Bu modelde, araştırmacı bir anket ile hem nicel hem de nitel veri toplar. Araştırmanın nicel verilerini çözümlemede, pozitif psikoterapi temelli bir aile eğitim programının etkililiğinin sınanması amaçlandığından yarı deneysel desen kullanılmıştır. Araştırmada ön test – son test modelli yarı deneysel desen kullanılmıştır. (Büyüköztürk,2010). Klasik deneysel desenlerde katılımcılardan bazılarının süreç içerisinde müdahaleye uğraması, bu müdahaleden önce ve sonra bazı değerlendirmelerin alınması ve katılımcıların seçkisiz olarak belirlenmesi gibi özellikler bulunmaktadır. Katılımcıların seçkisiz olarak belirlenmediği durumlarda ise klasik deneysel desene seçenek olarak yarı deneysel desenler tercih edilebilmektedir (Greeno, 2002). Evren ve örneklem bölümünde verilen ayrıntılı bilgiye istinaden

grupların seçiminde seçkisizlik bulunmayacağından yarı deneysel desen tercih edilmiştir. Tablo 1'de deney grubundan alınacak ölçümler sunulmuştur.

Tablo 1: Deney Grubundan Alınacak Ölçümler

Gruplar	**Ön test**	**Son test**
Deney Grubu	X	X

Tablo 1'de sunulduğu üzere deney grubunda yer alan katılımcılara ön test uygulaması gerçekleştirilmiş, sonra Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programına katılımları sağlanmış ve uygulama sonucunda son test uygulaması içerisinde yer alan ölçekleri doldurmaları istenmiştir.

3.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunun oluşturulması aşamasında seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden biri olan uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu kapsamda zaman, maliyet ve emek bakımından en kolay ulaşılabilen ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan katılımcılar örneklem olarak kabul edilmiştir.

Bu çerçevede yapılan program başvuru duyurusuna yanıt verip programa gönüllü olarak katılmak isteyen 40 anne baba eğitim programına katılım sağlamıştır ancak 6 anne – baba çeşitli nedenlerden dolayı eğitim programına devam edememiş ve bu sebeple araştırmanın örneklemine dahil edilmemiştir.

Araştırma örnekleminin cinsiyet, yaş, medeni durum, çalışma durumu, öğrenim düzeyi, çocuk sayısı ve çocuk yaşları ile ilgili bilgileri Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2: Örneklemi Oluşturan Katılımcıların Demografik Özellikleri

Katılımcıların Demografik Özellikleri		**Katılımcı Grup (N = 34)**	
Cinsiyet		**n**	**%**
	Kadın	31	91.2
	Erkek	3	8.8

Yaş Grubu			
	24-30 yaş	9	26.5
	31-35 yaş	13	38.2
	36-40 yaş	8	23.5
	41-45 yaş	3	8.8
	46 yaş ve üzeri	1	2.9
Medeni Durum			
	Evli	32	94.1
	Boşanmış	2	5.9
Çalışma Durumu			
	Çalışıyor	30	88.2
	Çalışmıyor	4	11.8
Öğrenim Düzeyi			
	Lise	2	5.9
	Ön Lisans	4	11.8
	Lisans	19	55.9
	Yüksek Lisans	5	14.7
	Doktora	4	11.8
Çocuk Sayısı			
	Bir Çocuk	31	91.2
	İki Çocuk	3	8.8
Çocuk Yaşları			
	0-24 Ay	9	24.3
	25-48 Ay	18	48.7
	49-72 Ay	10	27

Tablo 2 incelendiğinde Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programına katılan katılımcıların 31'inin kadın, 3'ünün erkek olduğu görülmektedir. Bu durumda katılımcıların %91,7'sini kadınlar, %8,8'ini erkekler oluşturmaktadır.

Katılımcıların 9'u 24-30 yaş, 13'ü 31-35 yaş, 8'i 36-40 yaş, 3'ü 41-45 yaş arasında, 1 katılımcı da 46 yaş üzerindedir. 24-30 yaş arasındaki katılımcılar tüm katılımcıların %26,5'ini, 31-35 yaş arasındaki katılımcılar tüm katılımcıların % 38,2'sini, 36–40 yaş arasındaki katılımcılar tüm katılımcıların %23,5'ini, 36-40 yaş arasındaki katılımcılar tüm katılımcıların %8,8'ini ve 46 yaş üstü katılımcılar tüm katılımcıların %2,9'unu oluşturmaktadır.

Katılımcıların medeni durumu değerlendirildiğinde 32 katılımcının evli, 2 katılımcının boşanmış olduğu görülmektedir. Katılımcıların %94,1'i evli, %5,9'u boşanmıştır.

Katılımcıların çalışıp çalışmadığı ile ilgili bilgilere bakıldığında 30 katılımcının bir işte çalıştığı, 4 katılımcının ise bir işte çalışmadığı tespit edilmiştir. Bir işte çalışan katılımcılar grubun %88,2'sini oluştururken herhangi bir işte çalışmayan katılımcılar grubun %11,8'ini oluşturmaktadır.

Katılımcıların öğrenim düzeyleri de demografik bilgiler dahilinde değerlendirilmiştir. Bu kapsamda 2 katılımcı lise mezunu, 4 katılımcı ön lisans mezunu, 19 katılımcı lisans mezunu, 5 katılımcı yüksek lisans mezunu, 4 katılımcı ise doktora mezunudur. İlkokul mezunu katılımcılar tüm grubun %5,9'unu, lise mezunu katılımcılar tüm grubun %11,8'ini, lisans mezunu katılımcılar tüm grubun %55,9'unu, yüksek lisans mezunu katılımcılar tüm grubun %14,7'sini ve doktora mezunu katılımcılar tüm grubun %11,8'ini oluşturmaktadır.

Katılımcılara uygulanan eğitim programı 0-6 yaş arası çocuğa sahip olan anne – babalar için hazırlanmıştır. Bu sebeple demografik bilgilerde çocuk sayısı ve yaşı bilgilerine de yer verilmiştir. Katılımcıların 31'nin tek çocuğu, 3'ünün ise 2 çocuğu bulunmaktadır. Katılımcıların %91,2'sinin tek çocuk, %8,8'inin ise iki çocuk sahibi olduğu görülmektedir. Uygulanan eğitim programından ebeveynlerinin eğitim alması sonucunda 36 çocuk faydalanmıştır. Çocukların yaşları değerlendirildiğinde 9 çocuğun yaşının 0-24 ay arasında, 18 çocuğun 25-48 ay arasında, 10 çocuğun ise 49 – 72 ay arasında olduğu tespit edilmiştir. Bu durumda çocukların %24,3'ü 0-24 ay arasında, %48,7'si 25 – 48 ay arasında ve %27'si 49-72 ay arasındadır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada katılımcıların sosyo-demografik özelliklerini ölçmek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, ebeveyn yetkinliklerini belirlemek amacıyla Demir ve Gündüz (2014) tarafından uyarlanan Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği (EYÖ), katılımcıların anne – babalık streslerini ölçmek amacıyla Kaymak Özmen ve Özmen (2012) tarafından geliştirilen Anne – Baba Stres Ölçeği, anne baba

tutumlarını değerlendirmek için Karabulut Demir ve Şendil (2008) tarafından geliştirilen "Ebeveyn Tutum Ölçeği (ETÖ)", Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programı oturum kazanımlarını değerlendirmek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen "Program Değerlendirme Anketi" ve eğitim sonunda katılımcıların eğitim programı ile ilgili görüşlerinin alınması için araştırmacı tarafından oluşturulan "Program Sonu Değerlendirme Formu" veri toplama aracı olarak kullanılmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Çalışmaya katılan katılımcıların demografik özelliklerini öğrenmek amacıyla araştırmacı tarafından "Kişisel Bilgi Formu" oluşturulmuştur. Hazırlanan form ile katılımcılardan yaş, cinsiyet, eğitim durumu, medeni durum, meslek, çocuk sayısı, çocukların yaşları gibi bilgiler alınmıştır. Kişisel bilgi formu eğitim programı başlamadan önce katılımcılar tarafından doldurulmuştur. Araştırmada kullanılan form Ek - 1'de verilmiştir.

3.3.2.Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği (EYÖ)

Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği Caprara, Regalia, Scabini, Barbanelli ve Bandura tarafından 2004 yılında geliştirilmiştir (Caprara ve diğ., 2004). 2014 yılında ise Demir ve Gündüz tarafından Türkçe uyarlama çalışmaları tamamlanıp alanyazına kazandırılmıştır. Ölçeğin Türkçe formu 11 maddeden oluşan 7'li likert tipi ölçektir. Katılımcılardan "Oğlunuz ya da kızınızla ilişkilerinizde aşağıdaki davranışları ne kadar yeterli düzeyde sergileyebiliyorsunuz?" genel sorusu çerçevesinde ölçekte yer alan 11 maddeye "Oldukça Yetersizim (1)" ile "Oldukça Yeterliyim (7)" arasında derecelendirecek şekilde cevap vermesi beklenmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 11, en yüksek puan 77 olarak hesaplanmaktadır (Demir ve Gündüz, 2014).

Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği orijinal formunun örneklemi 600 anne – babadan oluşmaktadır. Örneklem grubunun oluşturulmasında katılımcıların farklı sosyo-ekonomik ve farklı sosyo-kültürel özelliklere sahip olmasına dikkat edilmiştir. 12

maddeden oluşan 7'li likert tipi bir ölçektir. Madde havuzu 15 maddeden oluşmaktadır. Yapılan faktör analizi sonucunda faktör yükü .40'dan düşük olan maddelere ölçekte yer verilmemiş ve ölçeğin nihai formu 12 madde şeklinde şekillenmiştir. Ölçeğin güvenirliği test – tekrar test yöntemi ile belirlenmiştir. 2 haftalık aralıklarla yapılan ölçümlerde güvenirlik katsayısı .99, .98, .96 olarak, iç tutarlılık katsayısının ise .92 ile .94 arasında olduğu tespit edilmiştir. Yapı geçerliliği sonucunda ise tek faktörlü anlamlı bir yapı elde edildiği görülmüştür (Caprara ve diğ., 2004).

Ölçeğin uyarlama çalışması aşamaları incelendiğinde öncelikle Türkçe çevirisi yapılmış sonra da çeviri geçerliliği incelenmiştir. Türkçe çevirisi 16 uzman görüşü alınarak elde edilmiştir. Çeviri geçerliliği için ise 18 İngilizce öğretmenine orijinal form ve çeviri form uygulanmıştır. Türkçe çeviri işleminden sonra faktör analizi çalışmasında 510 ebeveyne ulaşılmış ve KMO katsayısı .91 bulunmuştur. Ölçekteki kültürümüzle uyum göstermediği için işlemeyen 7. madde çıkarılmış ve tek faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Ölçüt bağlantılı geçerlilik çalışması için Çelikkaleli ve Çapri (2008) tarafından geliştirilen Genel Yetkinlik Ölçeği ve Ebeveyn Yeterlilik Ölçeği 115 ebeveyne rastgele uygulanmış ve aralarındaki .78 oranında ilişki tespit edilmiştir. Test – tekrar test güvenirliği için ise 104 ebeveyne 3 hafta ara ile uygulama yapılmış ve aralarındaki korelasyon .94 olarak gözlemlenmiştir. Tüm bu analizler incelendiğinde ölçeğin Türkçe formunun geçerli ve güvenilir bir form olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Demir ve Gündüz, 2014).

3.3.3. Anne - Baba Stres Ölçeği (ABSÖ)

Anne – Baba Stres Ölçeği Kaymak Özmen ve Özmen tarafından 2012 yılında geliştirilmiştir. Geliştirilen ölçek ile ebeveynlerin günlük hayatta çocukları ile aralarındaki bağda hissettikleri stresi belirlemek hedeflenmiştir. 16 maddeden oluşan 4'lü likert tipi bir ölçektir. Katılımcılardan her madde için "Her zaman", "Sık sık", "Bazen" ve "Hiçbir zaman" seçeneklerinden bir tanesini işaretlemeleri istenmektedir. Değerlendirme aşamasında "Her zaman" seçeneği 4, "Sık sık" seçeneği 3, "Bazen" seçeneği 2 ve "Hiçbir zaman" seçeneği 1 puan olarak düşünülmekte ve ölçekten

yüksek puan almak anne – baba stresinin fazla olduğu yönünde değerlendirilmektedir (Kaymak Özmen ve Özmen, 2012).

Ölçek geliştirme aşamalarında öncelikle alanyazın taraması yapılmış ve 68 maddeden oluşan madde havuzu oluşturulmuştur. Hazırlanan madde havuzu 5 uzman tarafından incelenmiş ve 16 madde çıkarılarak 52 maddeden oluşan ön deneme formu hazırlanmıştır. Madde anlaşılırlığı ve uygulama süresinin saptanması amacıyla 35 anne – babaya uygulanmış ve geribildirim alınmış ve düzeltmeler yapılmıştır. Hazırlanan form psikometrik analizin yapılabilmesi için 438 anne – babaya uygulanmış ve geçerlik güvenirlikleri belirlenmiştir. Yapılan çalışma sonucunda Anne – baba stres ölçeğinin yapı geçerliliği incelendiğinde yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda 16 maddeden oluşan tek faktörlü bir yapıya sahip olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen nihai ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi sonuçları X^2=252.98 (N=438, sd=104,p=.000), X^2/sd=252.98/104=2.43, RMSEA=0.05, RMR= 0.03, RMS= 0.04, GFI=0.93, AGFI=0.91 ve CFI= 0.91 şeklindedir. Ölçeğin iç tutarlılık güvenirliği değerlendirildiğinde Cronbach Alfa değeri .85, Spearman Brown İki Yarı Test güvenirliği ise .82 olarak tespit edilmiştir. Bu değerler yorumlandığında geçerli ve güvenilir psikometrik özelliklere sahip bir ölçek olduğu söylenebilmektedir (Kaymak Özmen ve Özmen, 2012).

3.3.4. Ebeveyn Tutum Ölçeği (ETÖ)

Ebeveyn Tutum Ölçeği Karabulut Demir ve Şendil tarafından 2008 yılında geliştirilmiştir. Geliştirilen ölçek ile ebeveynlerin anne – babalık tutumlarının belirlenmesi hedeflenmektedir. 46 maddeden oluşan 5'li likert tipi bir ölçektir. Katılımcılardan her madde için yapma sıklıklarına göre "Her zaman böyledir", "Çoğunlukla böyledir.", "Bazen böyledir", "Nadiren Böyledir", Hiçbir zaman böyle değildir" seçeneklerinden bir tanesini işaretlemeleri istenmektedir. Değerlendirme aşamasında "Her zaman böyledir" seçeneği 5, "Çoğunlukla böyledir" seçeneği 4, "Bazen böyledir" seçeneği 3, "Nadiren Böyledir" seçeneği 2, Hiçbir zaman böyle değildir" seçeneği ise 1 puan üzerinden puanlanmaktadır. Katılımcı hangi boyuttan daha yüksek puan alırsa o boyuta ait olan tutuma yönelik davranışları daha çok gösterdiği düşünülmektedir (Karabulut Demir ve Şendil, 2008).

Ölçek geliştirme aşamalarında genel alanyazında kabul gören "izin verici", "demokratik", "otoriter" ve "aşırı koruyucu" anne baba tutumlarını ölçmeye fırsat verecek toplam 62 maddeden oluşan taslak form hazırlanmıştır. 2-6 yaş arasında çocuğu olan farklı sosyo – ekonomik düzeylerden gelen 420 anne – baba üzerinde uygulama yapılarak geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları, 56 anne babaya uygulanarak da yapı geçerliliği sınanmıştır. Yapı geçerliliği kapsamında yapılan analizler sonucunda 16 madde ölçekten çıkarılmış ve 46 madde 4 boyut ile ölçek nihai formu oluşturulmuştur. Ölçeğin "İzin Verici" alt boyutunun Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı .74, "demokratik" alt boyutunun Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı .83, "otoriter" alt boyutunun Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı .76 ve "aşırı koruyucu" alt boyutunun Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı .75 olarak tespit edilmiştir (Karabulut Demir ve Şendil, 2008).

3.3.5. Program Değerlendirme Anketi

Katılımcıların eğitim içeriği hakkında farkındalık ve bilgi düzeylerini ölçmek amacıyla araştırmacı tarafından "Program Değerlendirme Anketi" oluşturulmuştur. Anket içeriğinde programın 4 oturumu içerisinde araştırmacı tarafından sunulacak konular ile ilgili bilgiler içeren maddelere yer verilmiştir. Ankette,

- Çocuğunuzla bağ kurma oturumuna yönelik 4 madde,
- Duyguları anlama ve ifade edebilme oturumuna yönelik 5 madde,
- Çocuğunuzla iş birliği kurma oturumuna yönelik 4 madde,
- Kendinizle bağ kurma oturumuna yönelik 6 madde yer almaktadır. Anket toplam 5'li likert tipi 19 maddeden oluşmaktadır.

Katılımcılardan bilgi düzeyleri ve farkındalıklarına göre verilen 19 maddeyi "Kesinlikle katılmıyorum", "Katılmıyorum", "Kararsızım", "Katılıyorum", "Kesinlikle katılıyorum." seçeneklerinden birini seçerek cevaplamaları beklenmektedir. Anketten düşük puan almak bilgi ve farkındalık düzeyinin düşük

olduğu, yüksek puan almak bilgi ve farkındalık düzeyinin yüksek olduğu şeklinde yorumlanmaktadır. Program Değerlendirme Anketi Ek - 2'de verilmiştir.

3.3.6. Program Sonu Değerlendirme Formu

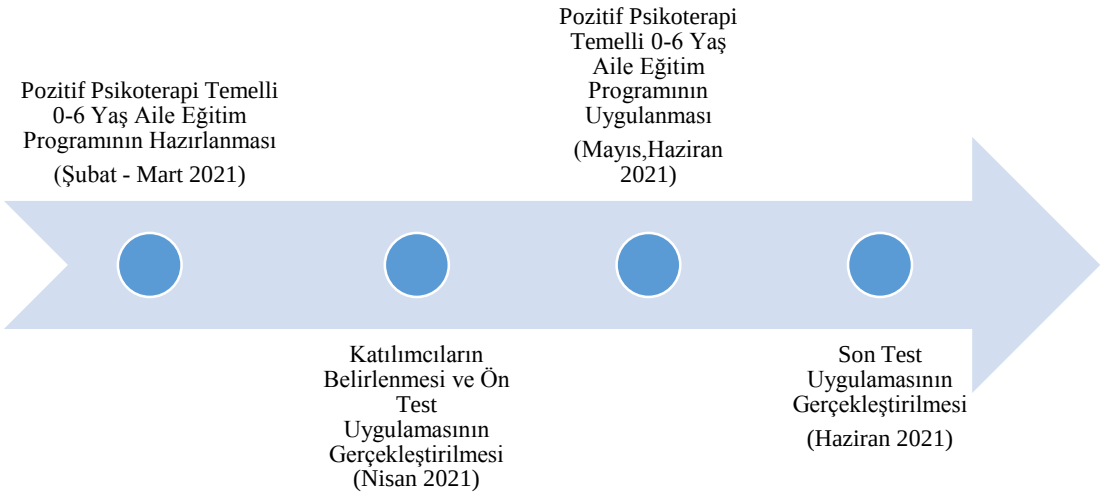
Program Sonu Değerlendirme Formu araştırmacı tarafından eğitim programına katılan anne – babaların program hakkındaki öznel görüşlerini alabilmek adına oluşturulmuştur. Oluşturulan form ile programın güçlü ve geliştirilmesi gereken yönleri tespit edilmek istenmiştir. Formun içeriğinde 5 adet açık uçlu soru bulunmaktadır. Program Değerlendirme Formu Ek - 3'de sunulmuştur.

3.4. Veri Toplama Araçlarının Uygulanması

Veri toplama işlemine başlanmadan önce araştırmanın yapılabilmesi için Trakya Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulundan gerekli izinler alınmıştır. Araştırmanın Etik Kurul Onayı Ek - 4'de verilmiştir.

Veri toplama işlemi 2020-2021 eğitim öğretim yılı bahar döneminde gerçekleştirilmiştir. Deney grubu belirlendikten sonra katılımcılara öncelikle programa katılma istemlerini belirten Onam Formu imzalatılmıştır. Kişisel Bilgi Formu, Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği, Anne – Baba Stres Ölçeği, Ebeveyn Tutum Ölçeği ve Program Değerlendirme Anketi uygulanmıştır. Uygulamadan sonra deney grubuna Dr. Öğr. Üyesi Elif Bengi Ünsal Özberk tarafından geliştirilen ve hali hazırda kullanılmakta olan Pozitif Psikoterapi Temelli 0 – 6 Yaş Aile Eğitim Programının uygulaması gerçekleştirilmiştir. Uygulanan programın tamamlanmasının ardından araştırma sürecinin başında ön test olarak uygulanan ölçeklere ek olarak Program Sonu Değerlendirme Formu da katılımcılara uygulanmış ve ön test ve son testler arasında anlamlı fark olup olmadığına bakılarak eğitimin etkililiği değerlendirilmiştir. Veri toplama araçlarının uygulama aşamaları Şekil 1'de sunulmuştur.

Şekil 1: Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programı veri toplama sürecine ait akış diyagramı



3.4.1.Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programının Hazırlanması

Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programı Dr. Öğr. Üyesi Elif Bengi Ünsal Özberk tarafından 0-6 yaş arasında çocuğu olan anne – babalar için oluşturulan bir aile eğitim kursudur. Program, programa katılan anne – babaların anne – babalık becerilerinin geliştirilmesi, böylece aile içi ilişkilerin güçlenerek anne – baba ile çocuk arasında olan bağın kuvvetlenmesi ve sağlıklı ilişkiler kurulabilmesi amacıyla hazırlanmıştır. Program hazırlanırken Taba – Tyler Program Geliştirme Modeli kullanılmıştır. Sekiz aşamada tümevarım yaklaşımını benimseyen bir modeldir (Demirel, 1992). Model kapsamında programın hazırlanma süreci aşağıda belirtilmiştir.

İhtiyaçların Saptanması: Program geliştirme sürecinde ihtiyaç belirleme aşaması ilk aşama olarak karşımıza çıkmaktadır. İhtiyaçların belirlenmesi aşamasında kaynak tarama tekniği ve görüşme – grup toplantıları kullanılmıştır. Kaynak tarama tekniği altında alan yazındaki raporlar değerlendirilmiş, alanyazın taranmış ve mevcut kullanımda olan programlar

incelenmiştir. Görüşme – grup toplantıları bağlamında ise Rehberlik ve Araştırma Merkezlerine başvuran anne – babalar ile anne – babalık becerileri, süreç içerisinde ihtiyaç duydukları konular ve anne – baba eğitimleri ile ilgili bireysel görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Genel bir arşiv taraması ve gerçekleştirilen görüşmeler sonrasında pozitif psikoterapi temelli bağ odaklı bir eğitim programının eksikliği fark edilmiştir.

Amaçların Belirlenmesi: Eğitim programının amacını belirlemek amacıyla Türkiye ve dünyada yapılmış çalışmalar incelenmiş, pozitif psikoterapinin grup eğitimlerinde kullanımı ve bağ odaklı anne baba eğitimleri ile ilgili programlar, araştırmalar taranmıştır. İncelenen araştırmalar sonucunda anne – babaların anne – babalık becerilerinin geliştirilmesi, böylece aile içi ilişkilerin güçlenerek anne – baba ile çocuk arasında olan bağın kuvvetlenmesi ve sağlıklı ilişkiler kurulabilmesi program amacı olarak belirlenmiştir.

İçeriğin Seçimi: Program içeriği genel amaç çerçevesinde alan yazın taraması yapılarak belirlenmiştir. Genel amacı aktarabilmek amacıyla konu başlıkları çocukla bağ kurmak, çocuğun duygularını anlama ve ifade edebilmek, çocukla iş birliği kurma ve kendinle bağ kurmak olarak belirlenmiştir. Bu başlıklar temelinde eğitim programı ardışık 4 oturumdan oluşmuştur.

İçeriğin Düzenlenmesi: Program içeriği düzenlenirken bütüncül bir gelişim sağlanabilmek adına tüm oturumlar birbiri ile bağlantılı ve birbirini tamamlayacak şekilde tasarlanmıştır. Grup dinamiğinin sağlanması adına ilk oturum başlangıcına tanışma etkinliği hazırlanmış, diğer üç oturum için de oturum içerikleri ile uyumlu ısınma etkinlikleri yerleştirilmiştir. Program içeriğinin kalıcılığının ve görselliğinin arttırılması adına her oturum için powerpoint sunusu oluşturulmuştur. İçerik düzenlemesi grup liderinin anlatacağı, katılımcıların da dinleyeceği bir düzenden ziyade soru cevaplar, katılımcıların uygulayacağı etkinlikleri de içerisine alan interaktif bir yapıda planlamıştır. Katılımcıların programı takibini kolaylaştırmak adına "Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programı Eğitim Ajandası" ismi ile akıllı bir defter oluşturulmuştur. Katılımcıların programdan olumlu duygular

ile ayrılmaları adına ise her oturumun sonuna sonlandırma etkinliği seçilmiş ve yerleştirilmiştir. İçeriklerin oluşturulması tamamlandıktan sonra alan uzmanlarına danışılarak kapsam geçerliliğini değerlendirmek adına görüşleri alınmıştır.

Öğrenme Yaşantılarının Seçimi: Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programı 4 oturumdan oluşmaktadır. Her oturumun toplanma ve hazırlık aşamalarında katılıcıların dikkatlerinin çalışmaya çekilmesi için oturum içerikleri ile uyumlu şarkılar belirlenmiştir. Oturumların başlangıçlarına grup dinamiğini yakalamak adına tanışma ve ısınma etkinlikleri yerleştirilmiştir. Oturum içeriklerinin sunumunda interaktiflik yakalamak adına öğrenim amaçlarına yönelik etkinlikler ve soru cevaplar yerleştirilmiştir. Katılımcıların oturumdan olumlu duygularla ayrılmaları ve son değerlendirmelerin yapılması için de her oturum sonuna sonlandırma etkinliği ve anlaşılmayan noktaların irdelenmesi adına serbest soru cevap bölümü eklenmiştir. Etkinlikler ve soru cevaplarla oturumların monotonluktan kurtarılması amaçlanmıştır.

Öğrenme Yaşantılarının Düzenlenmesi: Program içeriğinde belirlenen her etkinlik ve içerik katılımcılara kazandırılmak istenen istendik davranış çevresinde şekillendirilmiştir. Bu doğrultuda her oturumun başında dikkat çekmek amacı ile koyulan şarkıların içerikleri oturum içeriği ile benzer konuları bahseden şarkılardan seçilmiştir. Giriş etkinlikleri kapsamında oluşturulan ısınma etkinlikleri katılımcıların konu ile ilgili hazırbulunuşluklarına atıfta bulunulmuştur. Ayrıca her oturumun sonunda katılımcılara bir diğer oturum ile ilgili ödevler hazırlanmıştır. Bu ödevler oturum başlarında konuşulacak ve katılımcıların hazırbulunuşlukları değerlendirilecektir. Gelişme etkinliklerinde oluşması istenen davranış sunulmuş, sonlandırma etkinliklerinde ise tüm oturumun özetini vermek amaçlanmıştır.

Neyin Nasıl Değerlendirileceğinin Saptanması: Program içeriği oluşturulurken her oturumun sonuna oturumun özetinin yapıldığı bir bölüm

yerleştirilmiştir. İlk oturumda grup dinamiğini zedelememek adına bu özet grup lideri tarafından yapılmasına karar verilmiştir. Diğer oturumlarda ise "Bu oturumdan aklınızda kalanlar neler?" sorusu bağlamında oturum sonu özeti katılımcılar tarafından yapılması sağlanmıştır. Ayrıca katılımcıların bilgi ve farkındalık düzeylerindeki değişimi değerlendirmek adına "Program Değerlendirme Anketi" hazırlanmıştır. Program uygulaması başlamadan önce ve program uygulaması tamamlandıktan sonra öntest ve sontest olarak uygulaması yapılmıştır. Katılımcıların program hakkındaki öznel görüşlerini alabilmek adına da açık uçlu sorular içeren "Program Sonu Değerlendirme Formu" oluşturulmuş ve sontest çalışması içeriğinde sunulmuştur.

Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programı Kapsam Geçerliliği: Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programı hazırlandıktan program ile ilgili uzman görüşü alınmıştır. Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme Anabilim Dalından 2 uzman, Eğitim Bilimleri Bölümü Eğitim Programları ve Öğretim Anabilim Dalından 1 uzman olmak üzere toplam 3 uzmandan programın uygunluğu ile ilgili görüş alınmıştır. Uzmanların programda olduğu şekliyle mutabık kaldığı öğeler olduğu haliyle programda yer almıştır. Değişiklik önerilen bölümlerle ilgili gerekli çalışmalar yapılıp düzenlemeye gidilmiştir. Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programı içeriği Ek - 8'de verilmiştir.

3.4.2. Katılımcıların Belirlenmesi ve Ön Test Uygulamasının Gerçekleştirilmesi

Araştırmaya katılım göstermek isteyen anne ve babaları belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından duyuru afişi hazırlanmıştır. Afiş sosyal medya hesapları üzerinden yayınlanmış ve farklı illerden katılımcılara ulaşmak amaçlanmıştır. Araştırmaya katılmak için dönüş yapan katılımcılara e-mail üzerinden "Eğitim Programı Başvuru Formu" ulaştırılmıştır. Eğitim Programı Başvuru Formu Ek – 5'de sunulmuştur. Başvuru formunda verdiği bilgiler dahilinde şartları taşıyan katılımcılara çalışmanın detayları ile ilgili bilgilendirme yapılmış ve çalışmanın amacı, katılım

koşulları, yapılacak uygulamanın kapsamı, gerekleri, olası riskleri, katılmayı kabul etmemeleri ya da araştırmadan ayrılma özgürlükleri ile ilgili bilgilerin sunulduğu "Bilgilendirilmiş Onam Formu" katılımcılara sunulmuştur. Bilgilendirilmiş Onam Formu Ek – 6'da verilmiştir. Onam formunu onaylayıp eğitim programı için gönüllü olan kişilere detaylı bilgilendirme yapılmış ve eğitim programı başlamadan önce Kişisel Bilgi Formu, Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği, Anne – Baba Stres Ölçeği, Ebeveyn Tutum Ölçeği ve Program Değerlendirme Anketinden oluşan öntest formlarını doldurmaları sağlanmıştır. Öntest formlarını dolduran katılımcılara Eğitim programı ile ilgili hazırbulunuşluklarının oluşması ve programı takiplerinin kolaylaşması için "Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programı Eğitim Ajandası" ulaştırılmıştır.

3.4.3. Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programının Uygulanması

Yaşanan Covid-19 Pandemi Dönemi göz önüne alınarak, eğitim sürecinde yaşanacak riskleri en aza indirmek için eğitim uygulama sürecinin çevrimiçi ortamda gerçekleştirilmesine karar verilmiştir. Eğitim uygulaması iki farklı grup ile gerçekleştirilmiştir. İlk grup ile 24 – 27 – 31 Mayıs 2021 ve 3 Haziran 2021 tarihlerinde 21:00 ve 23:00 saatleri arasında eğitim uygulaması gerçekleştirilmiştir. İkinci grup ile ise 01-04-08-11 Haziran 2021 tarihlerinde 21:00 ve 23:00 saatleri arasında eğitim uygulaması gerçekleştirilmiştir. Programı tamamlayan katılımcılara araştırmacı tarafından hazırlanan "Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programı Katılım Belgesi" verilmiştir. Katılım Belgesi örneği Ek -7'de gösterilmiştir. Ayrıca araştırmacı ve katılımcıların eğitim programı içeriğinde uygulanan etkinlik ve ev ödevlerinde yaptıkları paylaşımların birleştirilmesi ile oluşturulan, katılımcıların çocukları ile uygulayabilecekleri oyun ve ritüelleri içeren "Ritüel ve Oyun" adında bir kitapçık araştırmacı tarafından oluşturulmuş ve eğitim sonunda katılımcılara dağıtılmıştır.

3.4.4. Son Test Uygulamasının Gerçekleştirilmesi

Eğitim programları tamamlandıktan sonra katılımcıların Kişisel Bilgi Formu, Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği, Anne – Baba Stres Ölçeği, Ebeveyn Tutum Ölçeği, Program Değerlendirme Anketi ve Program Sonu Değerlendirme Formundan oluşan son test formlarını doldurmaları sağlanmıştır.

3.5. Verilerin Çözümlenmesi ve Yorumlanması

Araştırma sonucunda elde edilen nicel veriler SPSS 22.0 istatistik paket programı ile çözümlenmiştir. Araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu ve program değerlendirme anketinden elde veriler frekans ve yüzde ölçümü yapılarak çözümlenmiş ve sunulmuştur. Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği, Anne Baba Stres Ölçeği ve Ebeveyn Tutum Ölçeği gibi geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları yapılan ölçeklerden elde edilen verilerin normallik analizleri için çarpıklık ve basıklık katsayılarına bakılarak değerlendirilmiştir. Katılımcıların verilerinin normal dağılım göstermesi için çarpıklık ve basıklık değerlerinin bazı yazarlara göre -2 ile +2, bazı yazarlara göre ise -3 ile +3 arasında olması gerekmektedir (Kalaycı, 2014). Bu bilgi doğrultusunda ölçek ve alt ölçeklerin normal dağılım gösterip göstermediğini anlamak için çarpıklık ve basıklık analizi yapılmıştır.

Tablo 3: Normallik Varsayımına Yönelik Yapılan Analiz Sonuçları

			N	$\bar{x}$	Medyan	Çarpıklık	Basıklık
Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği		**Ön Test**	34	56.76	58,50	-.798	.122
		Son Test	34	62.05	63.00	.312	-.043
Anne- Baba Stres Ölçeği		**Ön Test**	34	33.14	33.00	.376	-.631
		Son Test	34	30.17	30.00	.394	.1,08
Ebeveyn Tutum Ölçeği	**İzin Verici**	**Ön Test**	34	24.88	25.00	.530	.439
		Son Test	34	25.08	24.50	.412	.1,73
	Demokratik	**Ön Test**	34	73.73	74.00	-.823	.868
		Son Test	34	74.52	74.50	-.017	-.356
	Otoriter	**Ön Test**	34	19.58	20.00	-.199	.539
		Son Test	34	17.55	17.50	.145	-.410
	Koruyucu	**Ön Test**	34	27.79	27.00	.332	.1,34
		Son Test	34	25.14	24.50	.094	.127

Bu bilgi kapsamında değerlendirildiğinde Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği ön test verilerinin çarpılık değerinin -.789, basıklık değerinin .122 olduğu, son test verilerinin çarpıklık değerinin .312, basıklık değerinin -.043 olduğu ve normal dağılım gösterdikleri tespit edilmiştir. Anne Baba Stres Ölçeği ön test verileri incelendiğinde çarpıklık değerinin .376, basıklık değerinin -.631, son test verilerine bağlı çarpıklık değerinin .394, basıklık değerinin .1,08 olduğu gözlemlenmiştir. Bu veriler doğrultusunda normal dağılım gösterdiği yorumu yapılmıştır. Ebeveyn Tutum Ölçeği İzin Verici Anne Baba Tutumuna dair alt test ön test verilerinin çarpıklık değeri .530, basıklık değeri .439, son test verilerinin basıklık değeri .412, çarpıklık değeri .1,73; demokratik anne baba tutumuna dair alt test ön test verilerinin çarpıklık değeri -.823, basıklık değeri.868, son test verilerinin basıklık değeri -.017, çarpıklık değeri -.356; otoriter anne baba tutumuna dair alt test ön test verilerinin çarpıklık değeri -.199, basıklık değeri .539, son test verilerinin basıklık değeri .145, çarpıklık değeri -.410; izin verici anne baba tutumuna dair alt test ön test verilerinin çarpıklık değeri .332, basıklık değeri .1,34, son test verilerinin basıklık değeri .094, çarpıklık değeri .127 olarak bulunmuş ve normal dağılım için istenen aralıkta olduğu görülmüştür. Çarpıklık ve basıklık analizleri sonucunda tüm ölçek ve alt ölçeklerdeki verilerin normal dağılım gösterdiği saptanmıştır. Bu sonuçlara dayanarak grupların karşılaştırılmasında parametrik teknikler tercih edilmiştir.

Normallik değerlendirmesinde ayrıca medyan ve aritmetik ortalama değerleri de önem taşımaktadır. Veriler normal dağılım gösterdiğinde medyan ve aritmetik ortalama birbirine yakın değerlerde olmaktadır (Kalaycı, 2014). Tablo 3 incelendiğinde verilere ait medyan ve aritmetik ortalamaların birbirine yakın değerler olduğu görülmektedir.

Verilerin normal dağıldığını tespit edilmesi ve katılımcı sayısının yeterli olması (n = 34) sonucunda parametrik yöntemler uygulanmaya karar verilmiş ve katılımcılardan elde edilen ön test – son test verileri arasında anlamlı farklılık olup olmadığı t testi ile incelenmiştir

Nitel verilerin analizinde ise içerik analizi kullanılmıştır. İçerik analizini Tavşancıl ve Aslan (2001), sözel veya yazılı verilerin anlam, sunduğu ileti veya dil bilimsel

açıdan incelenmesini sağlayan bir araştırma yöntemi olarak ifade etmiştir. İçerik analizinde sistematiklik, nesnellik, niteliksellik ve açıklık olamazsa olmaz olarak sunulmuştur. Bu bağlamda içerik analizi araştırmacının birtakım sonuçlara ulaşarak sosyal gerçeği araştırdığı bilimsel bir yöntem olarak karşımıza çıkmaktadır. İçerik analizinde, araştırmacı; araştırma amacı doğrultusunda farklı içerik analizi türlerinden uygun olanı seçmektedir (Gökçe, 2006). İçerik analizi türlerinin farklı özellikleri bulunmaktadır ve tüm araştırma amaçları doğrultusunda kullanılabilen bir içerik analizi türü bulunmamaktadır (Krippendorff, 2003). Bu çalışmada içerik analizi tekniklerinden frekans ve kategorisel analiz kullanılmıştır (Tavşancıl ve Aslan, 2001). Mesaj öğelerinin hangi sıklıkta bulunduğunu belirlemeyi amaçlayan frekans analizi içerik analizinde tarihsel açıdan kullanılan ilk tekniktir (Bilgin, 2006). Frekans analizinde, sayılabilecek birimler alınır ve birimlerin nicel (yüzdesel ve oransal) olarak görünme sıklığı ortaya koyulur (Tavşancıl ve Aslan, 2001). Kategorisel analiz, frekans analizi ile birlikte en sık kullanılan içerik analizi türlerinden biridir. (Bilgin, 2006). Belirli bir içeriğin belirli birimlere bölünmesini ve ardından bu birimlerin önceden belirli ölçütlere göre kategoriler halinde gruplandırılmasını içermektedir (Tavşancıl ve Aslan, 2001). Kategoriler, araştırma amacı doğrultusunda farklı şekillerde oluşturulabilir. Mesajın konusu, yönü (olumsuz ya da olumlu), taşıdığı değerler, betimlemede kullanılan özellikler, çalışma konuları vb. kategorilendirme ölçütü olarak belirlenebilir (Bilgin, 2006). Kategorisel analizde, birim olarak kategoriler sayılır ve kategorilerin frekansı kullanılır. İçerik analizi sürecinde yapılan analizin güvenirliğinin ölçülmesi amacıyla araştırmacılar arası güvenirlik hesaplanmıştır. Hesaplama aşamasında Miles ve Huberman (1994) tarafından oluşturulan güvenirlik formülü (Güvenirlik = uzlaşma sayısı/uzlaşma sayısı + uzlaşmama sayısı) kullanılmıştır. Yapılan ölçümler neticesinde araştırmacılar arası benzerlik %87,9 olarak tespit edilmiştir.

BÖLÜM IV

4. BULGULAR

Bu bölümde sırasıyla Ebeveyn Yetkinlik Ölçeğine ait ön test – son test karşılaştırmaları, Anne – Baba Stres Ölçeğine ait ön test – son test karşılaştırmaları, Ebeveyn Tutum Ölçeğinin alt ölçeklerine ait ön test – son test karşılaştırmaları, Program Değerlendirme Anketinin ön test – son test verilerine ait frekans ve yüzde karşılaştırmaları ve Program Sonu Değerlendirme Formuna ait nitel analizlere ait bulgulara yer verilmiştir. Bu bağlamda nitel analizlerde içerik analizi tekniğine yer verilmiş ve içerik analizi tekniklerinden frekans ve kategorisel analiz kullanılmıştır.

4.1. Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği Ön Test – Son Test Puanlarına Ait T Testi Sonuçları

Araştırmaya katılan anne babaların Ebeveyn Yetkinlik Ölçeğine ilişkin ön test - son test puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığına dair bulgular aşağıda yer almaktadır.

Tablo 4: Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği İlişkili Örneklemler t Testi Sonuçları

EYÖ	N	$\bar{x}$	ss	t testi		
				t	Sd	p
EYÖ Ön Test	34	56.76	9,55	-2.972	33	.005
EYÖ Son Test	34	62.05	5,36			

Tablo 4 incelendiğinde Ebeveyn Yetkinlik Ölçeğinin ön test son test sonuçları değerlendirildiğinde aralarında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir (t=-2.97, Sd=33, p=.005). Bu tespit uygulanan eğitimin katılımcıların ebeveyn yeterliliklerinin üzerinde etkisi olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bulgu ile Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programına katılan katılımcıların ebeveyn yetkinlik düzeylerinin arttığı söylenebilmektedir.

4.2. Anne – Baba Stres Ölçeği Ön Test – Son Test Puanlarına Ait T Testi Sonuçları

Araştırmaya katılan anne babaların Anne – Baba Stres Ölçeğine ilişkin ön test - son test puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığına dair bulgular aşağıda yer almaktadır.

Tablo 5: Anne – Baba Stres Ölçeği İlişkili Örneklemler t Testi Sonuçları

ABSÖ	N	$\bar{x}$	ss	t testi		
				t	Sd	p
ABSÖ Ön Test	34	33.14	5,62	3.142	33	.004
ABSÖ Son Test	34	30.17	4,71			

Tablo 5 incelendiğinde Anne – Baba Stres Ölçeğinin ön test son test verileri arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır (t=3.14, Sd=33, p=.004). Yapılan ön test çalışmasının aritmetik ortalaması 33.14, standart sapması 5.62 tespit edilmiştir. Son test çalışmasının ise aritmetik ortalaması 30.17, standart sapması 4,71 olarak elde edilmiştir. Katılımcıların son test verilerine ait aritmetik ortalamalarında düşüş olduğu görülmektedir. Bu bulgu ile Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programına katılan katılımcıların anne- baba streslerinin daha düşük düzeyde olduğu görülmektedir. Hem t testi sonuçları hem de aritmetik ortalama değeri değerlendirildiğinde uygulanan eğitim programının katılımcıların anne – baba stresleri üzerinde etkisi olduğunu ortaya koymaktadır.

4.3. Ebeveyn Tutum Ölçeği Ön Test – Son Test Puanlarına Ait T Testi Sonuçları

Araştırmaya katılan anne babaların Ebeveyn Tutum Ölçeğinin alt testlerine ilişkin ön test - son test puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığına dair bulgular aşağıda yer almaktadır.

4.3.1. Ebeveyn Tutum Ölçeği İzin Verici Anne – Baba Tutumu Alt Testi T Testi Sonuçları

Araştırmaya katılan anne babaların Ebeveyn Tutum Ölçeği İzin Verici Anne – Baba Tutumu Alt Testine ilişkin ön test - son test puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığına dair bulgular aşağıda yer almaktadır.

Tablo 6: Ebeveyn Tutum Ölçeği İzin Verici Anne Baba Tutumu Alt Testi İlişkili Örneklemler t Testi Sonuçları

ETÖ	N	$\bar{x}$	ss	t testi		
				t	Sd	p
İzin Verici Ön Test	34	24.88	4,07	-.295	33	.770
İzin Verici Son Test	34	25.88	4,76			

Tablo 6'da Ebeveyn Tutum Ölçeği alt testlerinden İzin Verici Anne Baba Tutumu ile ilgili veriler sunulmaktadır. İzin Verici Anne – Baba Tutumu alt testinin ön test – son test verileri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır (t=-.29, Sd=33, p=.770). Uygulanan eğitim programının izin verici anne baba tutumu üzerinde etkisi olmadığını ortaya koymaktadır.

4.3.2. Ebeveyn Tutum Ölçeği Demokratik Anne – Baba Tutumu Alt Testi T Testi Sonuçları

Araştırmaya katılan anne babaların Ebeveyn Tutum Ölçeği Demokratik Anne – Baba Tutumu Alt Testine ilişkin ön test - son test puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığına dair bulgular aşağıda yer almaktadır.

Tablo 7: Ebeveyn Tutum Ölçeği Demokratik Anne Baba Tutumu Alt Testi İlişkili Örneklemler t Testi Sonuçları

ETÖ	N	$\bar{x}$	ss	t testi		
				t	Sd	p
Demokratik Ön Test	34	73.73	6	-.87	33	.386
Demokratik Son Test	34	74.52	5,65			

Tablo 7'de Ebeveyn Tutum Ölçeği alt testlerinden Demokratik Anne Baba Tutumu alt testinin verileri sunulmaktadır. Tablo incelendiğinde Demokratik Anne – Baba

Tutumu alt testinin ön test – son test verileri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır (t=-.87, Sd=33, p=.386). Gerçekleştirilen aile eğitim programının demokratik anne baba tutumu üzerinde etkisi olmadığını ortaya koymaktadır.

4.3.3. Ebeveyn Tutum Ölçeği Otoriter Anne – Baba Tutumu Alt Testi T Testi Sonuçları

Araştırmaya katılan anne babaların Ebeveyn Tutum Ölçeği Otoriter Anne – Baba Tutumu Alt Testine ilişkin ön test - son test puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığına dair bulgular aşağıda yer almaktadır.

Tablo 8: Ebeveyn Tutum Ölçeği Otoriter Anne Baba Tutumu Alt Testi İlişkili Örneklemler t Testi Sonuçları

ETÖ	N	$\bar{x}$	ss	t testi		
				t	Sd	p
Otoriter Ön Test	34	19.58	3,28	3.30	33	.002
Otoriter Son Test	34	17.55	3,71			

Tablo 8'de Ebeveyn Tutum Ölçeği alt testlerinden Otoriter Anne Baba Tutumu alt testinin verileri sunulmaktadır. Tablo incelendiğinde Otoriter Anne – Baba Tutumu alt testinin ön test – son test verileri arasında anlamlı bir farklılık bulunduğu görülmektedir (t=3.30, Sd=33, p=.002). Yapılan ön test çalışmasının aritmetik ortalaması 19.58, standart sapması 3.28 tespit edilmiştir. Son test çalışmasının ise aritmetik ortalaması 17.55, standart sapması 3,71 olarak elde edilmiştir. Katılımcıların son test verilerine ait aritmetik ortalamalarında düşüş olduğu görülmektedir. Bu durum katılımcıların eğitimden sonra kendilerini daha az otoriter algıladıkları yönünde yorumlanabilmektedir. Hem t testi sonuçları hem de aritmetik ortalama değeri değerlendirildiğinde gerçekleştirilen aile eğitim programının otoriter anne baba tutumu üzerinde etkisi olduğunu ortaya koymaktadır.

4.3.4. Ebeveyn Tutum Ölçeği Koruyucu Anne – Baba Tutumu Alt Testi T Testi Sonuçları

Araştırmaya katılan anne babaların Ebeveyn Tutum Ölçeği Koruyucu Anne – Baba Tutumu Alt Testine ilişkin ön test - son test puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığına dair bulgular aşağıda yer almaktadır.

Tablo 9: Ebeveyn Tutum Ölçeği Koruyucu Anne Baba Tutumu Alt Testi İlişkili Örneklemler t Testi Sonuçları

ETÖ	N	$\bar{x}$	ss	t testi		
				t	Sd	p
Koruyucu Ön Test	34	27.79	5.07	3.27	33	.002
Koruyucu Son Test	34	25.14	5.10			

Tablo 9'da Ebeveyn Tutum Ölçeği alt testlerinden Koruyucu Anne Baba Tutumu alt testinin verileri sunulmaktadır. Tablo incelendiğinde Koruyucu Anne – Baba Tutumu alt testinin ön test – son test verileri arasında anlamlı bir farklılık bulunduğu görülmektedir (t=3.27, Sd=33, p=.002). Yapılan ön test çalışmasının aritmetik ortalaması 27.79, standart sapması 5.07 tespit edilmiştir. Son test çalışmasının ise aritmetik ortalaması 25.14, standart sapması 5.10 olarak elde edilmiştir. Katılımcıların son test verilerine ait aritmetik ortalamalarında düşüş olduğu görülmektedir. Bu durum katılımcıların eğitimden sonra kendilerini daha az koruyucu algıladıkları yönünde yorumlanabilmektedir. Hem t testi sonuçları hem de aritmetik ortalama değeri değerlendirildiğinde gerçekleştirilen aile eğitim programının koruyucu anne baba tutumu üzerinde etkisi olduğunu ortaya koymaktadır.

4.4. Program Değerlendirme Anketi Verileri Ön Test - Son Test Frekans ve Yüzde Karşılaştırmaları

Program Değerlendirme Anketi araştırmacı tarafından katılımcıların eğitim öncesi ve eğitim sonrasında program içeriğine dair bilgi ve farkındalıklarındaki değişimi değerlendirebilmek adına oluşturulmuştur. Program Değerlendirme Anketinden elde edilen veriler yüzde ve frekans değerleri üzerinden incelenmiştir. Program

Değerlendirme Anketine verilen cevapların eğitim öncesi ve eğitim sonrası değişimine dair bilgiler aşağıda verilmiştir.

Tablo 10: Program Değerlendirme Anketi Maddelerine Verilen Yanıtların Frekans ve Yüzde Değerleri

Maddeler	Eğitimden Önce										Eğitimden Sonra									
	Kesinlikle Katılmıyorum		Katılmıyorum		Kararsızım		Katılıyorum		Kesinlikle Katılıyorum		Kesinlikle Katılmıyorum		Katılmıyorum		Kararsızım		Katılıyorum		Kesinlikle Katılıyorum	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
M1	1	2,9					1	2,9	32	94,1	1	2,9					3	8,8	30	88,2
M2	1	2,9	3	8,8	10	29,4	16	47,1	4	11,8	1	2,9	1	2,9			8	23,5	24	70,6
M3	23	67,6	10	29,4					1	2,9	31	91,2	3	8,8						
M4			1	2,9	9	26,6	19	55,9	5	14,7	1	2,9					22	64,7	11	32,4
M5			2	5,9	4	11,8	20	58,8	8	23,5			1	2,9	1	2,9	11	32,4	21	61,8
M6			1	2,9	9	26,6	21	61,8	3	8,8					3	8,8	23	67,6	8	23,5
M7			1	2,9	8	23,5	17	50	8	23,5					1	2,9	14	41,2	19	55,9
M8	6	17,6	11	32,4	11	32,4	5	14,7	1	2,9	21	61,8	10	29,4	2	5,9	1	2,9		
M9					3	8,8	10	29,4	21	61,8							8	23,5	26	76,5
M10			4	11,8	15	44,1	11	32,4	4	11,8			1	2,9	2	5,9	13	38,2	18	52,9
M11	5	14,7	13	38,2	11	32,4	4	11,8	1	2,9			1	2,9			10	29,4	23	67,6
M12			3	8,8	7	20,6	20	58,8	4	11,8					1	2,9	15	44,1	18	52,9
M13	1	2,9	2	5,9	11	32,4	14	41,2	6	17,6							15	44,1	19	55,9
M14			1	2,9	9	26,6	23	67,6	1	2,9			2	5,9	2	5,9	15	44,1	15	44,1
M15			1	2,9	3	8,8	23	67,6	7	20,6					1	2,9	17	50	16	47,1
M16	4	11,8	6	17,6	14	41,2	7	20,6	3	8,8					1	2,9	15	44,1	18	52,9
M17	7	20,6	9	26,6	12	35,3	5	14,7	1	2,9					1	2,9	15	44,1	18	52,9
M18	12	35,3	9	26,5	10	29,4	2	5,9	1	2,9							14	41,2	20	58,8
M19	9	26,5	4	11,8	9	26,6	8	23,5	4	11,8					1	2,9	13	38,2	20	58,8

Program Değerlendirme Anketine eğitimden önce ve eğitimden sonra verilen cevapların sunulduğu Tablo 10'a genel olarak bakıldığında eğitimden önce verilen cevapların bulunduğu veri kısmının seçenekler arasında dağıldığı, eğitimden sonra verilen cevapların bulunduğu veri kısmının daha çok "katılıyorum" ve "kesinlikle katılıyorum" seçeneklerine doğru yığıldığı görülmektedir.

Maddelere verilen cevaplar tek tek değerlendirildiğinde "Çocuğumla bağ kurmanın önemini bilirim." içerikli Madde 1'e eğitimden önce katılımcıların %2,9'u (n =1) "Kesinlikle Katılmıyorum", %2,9'u (n =1) "Katılıyorum", %94,1'i (n=32) "Kesinlikle Katılıyorum" cevabını vermiştir. Eğitim çalışması tamamlandıktan sonra ise katılımcıların %2,9'u (n =1) "Kesinlikle Katılmıyorum", %8,8'i (n =3) "Katılıyorum", %88,2'i (n=30) "Kesinlikle Katılıyorum" seçeneğini işaretlemiştir. Bu veriler değerlendirildiğinde katılımcıların maddeye dair bilgi ve farkındalık düzeyinde değişme olmadığı tespit edilmiştir

"Pozitif psikoterapinin sağlık kavramına yaklaşımı hakkında bilgi sahibiyim." içerikli Madde 2'ye eğitimden önce katılımcıların %2,9'u (n =1) "Kesinlikle Katılmıyorum", %8,8'i (n = 3) "Katılmıyorum", %29,4'ü (n = 10) "Kararsızım", %47,1'i (n =16) "Katılıyorum", %11,8'i (n=4) "Kesinlikle Katılıyorum" cevabını vermiştir. Eğitim sonrasında ise katılımcıların %2,9'u (n =1) "Kesinlikle Katılmıyorum", %2,9'u (n =1) "Katılmıyorum", %23,5'i (n =8) "Katılıyorum", %70,6'sı (n=24) "Kesinlikle Katılıyorum" seçeneğini işaretlemiştir. Bu veriler değerlendirildiğinde katılımcıların maddeye dair bilgi ve farkındalık düzeyinin arttığı tespit edilmiştir

"Çocuğumla sürekli bağ kurmanın onu şımartacağını düşünürüm." içerikli Madde 3'e eğitimden önce katılımcıların %67,6'sı (n =23) "Kesinlikle Katılmıyorum", %29,4'ü (n = 10) "Katılmıyorum", %2,9'u (n=1) "Kesinlikle Katılıyorum" cevabını vermiştir. Eğitim sonrasında ise katılımcıların %91,2'si (n =31) "Kesinlikle Katılmıyorum", %8,8'i (n =3) "Katılmıyorum" seçeneğini işaretlemiştir. Bu veriler değerlendirildiğinde katılımcıların maddeye dair bilgi ve farkındalık düzeyinin arttığı tespit edilmiştir

"Çocuğuma yönelttiğim otomatik davranışların farkındayım." içerikli Madde 4'e eğitimden önce katılımcıların %2,9'u (n = 1) "Katılmıyorum", %26,6'sı (n = 9) "Kararsızım", %55,9'u (n =19) "Katılıyorum", %14,7'i (n=5) "Kesinlikle Katılıyorum" cevabını vermiştir. Eğitim sonrasında ise katılımcıların %2,9'u (n =1) "Kesinlikle Katılmıyorum", %64,7'si (n =22) "Katılıyorum", %32,4'ü (n=11)

“Kesinlikle Katılıyorum” seçeneğini işaretlemiştir. Bu veriler değerlendirildiğinde katılımcıların maddeye dair bilgi ve farkındalık düzeyinin arttığı tespit edilmiştir.

“Çocuğumu iyileştiren ihtiyaçlar hakkında bilgim var.” içerikli Madde 5’e eğitimden önce katılımcıların %5,9’u (n = 2) “Katılmıyorum”, %11,8’i (n = 4) “Kararsızım”, %58,8’i (n =20) “Katılıyorum”, %23,5’i (n=8) “Kesinlikle Katılıyorum” cevabını vermiştir. Eğitim sonrasında ise katılımcıların %2,9’u (n =1) “Katılmıyorum”, %2,9’u (n =1) “Kararsızım”, %32,4’ü (n =11) “Katılıyorum”, %61,8’i (n=21) “Kesinlikle Katılıyorum” seçeneğini işaretlemiştir. Bu veriler değerlendirildiğinde katılımcıların maddeye dair bilgi ve farkındalık düzeyinin arttığı düşünülmüştür.

“Çocuğumun ihtiyaçlarına zamanında cevap verebilirim.” içerikli Madde 6’ya eğitimden önce katılımcıların %2,9’u (n =1) “Katılmıyorum”, %26,6’sı (n = 9) “Kararsızım”, %61,8’i (n =21) “Katılıyorum”, %8,8’i (n=3) “Kesinlikle Katılıyorum” cevabını vermiştir. Eğitim sonrasında ise katılımcıların %8,8’i (n =3) “Kararsızım”, %67,6’sı (n =23) “Katılıyorum”, %23,5’i (n=8) “Kesinlikle Katılıyorum” seçeneğini işaretlemiştir. Bu veriler değerlendirildiğinde katılımcıların maddeye dair bilgi ve farkındalık düzeyinin arttığı tespit edilmiştir

“Davranış – Duygu - İhtiyaç arasındaki bağlantıyı bilirim.” içerikli Madde 7’ye eğitimden önce katılımcıların %2,9’u (n =1) “Katılmıyorum”, %23,5’i (n = 8) “Kararsızım”, %50’si (n =17) “Katılıyorum”, %23,5’i (n = 8) “Kesinlikle Katılıyorum” cevabını vermiştir. Eğitim sonrasında ise katılımcıların %2,9’u (n =1) “Kararsızım”, %41,2’si (n=14) “Katılıyorum”, %55,9’u (n=19) “Kesinlikle Katılıyorum” seçeneğini işaretlemiştir. Bu veriler değerlendirildiğinde katılımcıların maddeye dair bilgi ve farkındalık düzeyinin arttığı tespit edilmiştir

“Ödülün zararlı olmadığını düşünürüm.” içerikli Madde 8’e eğitimden önce katılımcıların %17,6’sı (n=6) “Kesinlikle Katılmıyorum”, %32,4’ü (n=11) “Katılmıyorum”, %32,4’ü (n=11) “Kararsızım”, %14,7’si (n=5) “Katılıyorum”, %2,9’u (n=1) “Kesinlikle Katılıyorum” cevabını vermiştir. Eğitim sonrasında ise katılımcıların %61,8’i (n=21) “Kesinlikle Katılmıyorum”, %29,4’ü (n=10)

“Katılmıyorum”, %5,9’u (n=2) “Kararsızım”, %2,9’u (n=1) “Katılıyorum” seçeneğini işaretlemiştir. Bu veriler değerlendirildiğinde katılımcıların maddeye dair bilgi ve farkındalık düzeyinin arttığı tespit edilmiştir

“Ceza yönteminin zararlarını bilirim.” içerikli Madde 9’a eğitimden önce katılımcıların %8,8’i (n=3) “Kararsızım”, %29,4’ü (n =10) “Katılıyorum”, %61,8’i (n=21) “Kesinlikle Katılıyorum” cevabını vermiştir. Eğitim sonrasında ise katılımcıların %23,5’i (n =8) “Katılıyorum”, %76,5’i (n=26) “Kesinlikle Katılıyorum” seçeneğini işaretlemiştir. Bu veriler değerlendirildiğinde katılımcıların maddeye dair bilgi ve farkındalık düzeyinin arttığı tespit edilmiştir

“Ödül ve ceza yöntemleri yerine kullanılabilecek yöntemleri biliyorum.” içerikli Madde 10’a eğitimden önce katılımcıların %11,8’i (n = 4) “Katılmıyorum”, %44,1’i (n=15) “Kararsızım”, %32,4’ü (n=11) “Katılıyorum”, %11,8’i (n=4) “Kesinlikle Katılıyorum” cevabını vermiştir. Eğitim sonrasında ise katılımcıların %2,9’u (n =1) “Katılmıyorum”, %5,9’u (n=2) “Kararsızım”, %38,2’si (n=13) “Katılıyorum”, %52,9’u (n=18) “Kesinlikle Katılıyorum” seçeneğini işaretlemiştir. Bu veriler değerlendirildiğinde katılımcıların maddeye dair bilgi ve farkındalık düzeyinin arttığı tespit edilmiştir

“Pozitif psikoterapi denge modeli hakkında bilgi sahibiyim.” içerikli Madde 11’e eğitimden önce katılımcıların %14,7’si (n=5) “Kesinlikle Katılmıyorum”, %38,2’si (n=13) “Katılmıyorum”, %32,4’ü (n=11) “Kararsızım”, %11,8’i (n=4) “Katılıyorum”, %2,9’u (n=1) “Kesinlikle Katılıyorum” cevabını vermiştir. Eğitim sonrasında ise katılımcıların %2,9’u (n =1) “Katılmıyorum”, %29,4’ü (n =10) “Katılıyorum”, %67,6’sı (n=23) “Kesinlikle Katılıyorum” seçeneğini işaretlemiştir. Bu veriler değerlendirildiğinde katılımcıların maddeye dair bilgi ve farkındalık düzeyinin arttığı tespit edilmiştir

“Kendi ihtiyaçlarımın farkındayım.” içerikli Madde 12’ye eğitimden önce katılımcıların %8,8’i (n=3) “Katılmıyorum”, %20,6’sı (n=7) “Kararsızım”, %58,8’i (n=20) “Katılıyorum”, %11,8’i (n=4) “Kesinlikle Katılıyorum” cevabını vermiştir. Eğitim sonrasında ise katılımcıların %2,9’u (n=1) “Kararsızım”, %44,1’i (n=15)

“Katılıyorum”, %52,9’u (n=18) “Kesinlikle Katılıyorum” seçeneğini işaretlemiştir. Bu veriler değerlendirildiğinde katılımcıların maddeye dair bilgi ve farkındalık düzeyinin arttığı tespit edilmiştir

“Yeterince iyi ebeveynlik kavramını açıklayabilirim.” içerikli Madde 13’e eğitimden önce katılımcıların %2,9’u (n=1) “Kesinlikle Katılmıyorum”, %5,9’u (n=2) “Katılmıyorum”, %32,4’ü (n=11) “Kararsızım”, %41,2’si (n=14) “Katılıyorum”, %17,6’sı (n=6) “Kesinlikle Katılıyorum” cevabını vermiştir. Eğitim sonrasında ise katılımcıların %44,1’i (n=15) “Katılıyorum”, %55,9’u (n=19) “Kesinlikle Katılıyorum” seçeneğini işaretlemiştir. Bu veriler değerlendirildiğinde katılımcıların maddeye dair bilgi ve farkındalık düzeyinin arttığı tespit edilmiştir

“Çocuğumun coşkun zamanlarındaki ihtiyaçlarının farkına varırım.” içerikli Madde 14’e eğitimden önce katılımcıların %2,9’u (n=1) “Katılmıyorum”, %26,6’sı (n=9) “Kararsızım”, %67,6’sı (n=23) “Katılıyorum”, %2,9’u (n=1) “Kesinlikle Katılıyorum” cevabını vermiştir. Eğitim sonrasında ise katılımcıların %5,9’u (n=2) “Katılmıyorum”, %5,9’u (n=2) “Kararsızım”, %44,1’i (n=15) “Katılıyorum”, %44,1’i (n=15) “Kesinlikle Katılıyorum” seçeneğini işaretlemiştir. Bu veriler değerlendirildiğinde katılımcıların maddeye dair bilgi ve farkındalık düzeyinin arttığı tespit edilmiştir

“Ebeveynlik yaparken kendi ebeveynlerimden getirdiğim davranışları fark edebiliyorum.” içerikli Madde 15’e eğitimden önce katılımcıların %2,9’u (n=1) “Katılmıyorum”, %8,8’i (n=3) “Kararsızım”, %67,6’sı (n=23) “Katılıyorum”, %20,6’sı (n=7) “Kesinlikle Katılıyorum” cevabını vermiştir. Eğitim sonrasında ise katılımcıların %2,9’u (n=1) “Kararsızım”, %50’si (n=17) “Katılıyorum”, %47,1’i (n=16) “Kesinlikle Katılıyorum” seçeneğini işaretlemiştir. Bu veriler değerlendirildiğinde katılımcıların maddeye dair bilgi ve farkındalık düzeyinin arttığı tespit edilmiştir

“Bağ kurma sürecine beynin çalışma prensibinin etkisini bilirim.” içerikli Madde 16’ya eğitimden önce katılımcıların %11,8’i (n=4) “Kesinlikle Katılmıyorum”, %17,6’sı (n=6) “Katılmıyorum”, %41,2’si (n=14) “Kararsızım”, %20,6’sı (n=7)

“Katılıyorum”, %8,8’i (n=3) “Kesinlikle Katılıyorum” cevabını vermiştir. Eğitim sonrasında ise katılımcıların %2,9’u (n=1) “Kararsızım”, %44,1’i (n=15) “Katılıyorum”, %52,9’u (n=18) “Kesinlikle Katılıyorum” seçeneğini işaretlemiştir. Bu veriler değerlendirildiğinde katılımcıların maddeye dair bilgi ve farkındalık düzeyinin arttığı tespit edilmiştir

“Denge modelinde kendi kaçınma alanımın farkındayım.” içerikli Madde 17’ye eğitimden önce katılımcıların %20,6’sı (n=7) “Kesinlikle Katılmıyorum”, %26,6’sı (n=9) “Katılmıyorum”, %35,3’ü (n=12) “Kararsızım”, %14,7’si (n=5) “Katılıyorum”, %2,9’u (n=1) “Kesinlikle Katılıyorum” cevabını vermiştir. Eğitim sonrasında ise katılımcıların %2,9’u (n=1) “Kararsızım”, %44,1’i (n=15) “Katılıyorum”, %52,9’u (n=18) “Kesinlikle Katılıyorum” seçeneğini işaretlemiştir. Bu veriler değerlendirildiğinde katılımcıların maddeye dair bilgi ve farkındalık düzeyinin arttığı tespit edilmiştir

“Birincil annelik tasası kavramını açıklayabilirim.” içerikli Madde 18’e eğitimden önce katılımcıların %35,3’ü (n=12) “Kesinlikle Katılmıyorum”, %26,6’i (n=9) “Katılmıyorum”, %29,4’ü (n=10) “Kararsızım”, %5,9’u (n=2) “Katılıyorum”, %2,9’u (n=1) “Kesinlikle Katılıyorum” cevabını vermiştir. Eğitim sonrasında ise katılımcıların %41,2’si (n=14) “Katılıyorum”, %58,8’i (n=20) “Kesinlikle Katılıyorum” seçeneğini işaretlemiştir. Bu veriler değerlendirildiğinde katılımcıların maddeye dair bilgi ve farkındalık düzeyinin arttığı tespit edilmiştir

“Sahte kendilik ve gerçek kendilik ayırımını yapabilirim.” içerikli Madde 19’a eğitimden önce katılımcıların %26,5’i (n=9) “Kesinlikle Katılmıyorum”, %11,8’i (n=4) “Katılmıyorum”, %26,5’i (n=9) “Kararsızım”, %23,5’i (n=8) “Katılıyorum”, %11,8’i (n=4) “Kesinlikle Katılıyorum” cevabını vermiştir. Eğitim sonrasında ise katılımcıların %2,9’u (n=1) “Kararsızım”, %38,2’si (n=13) “Katılıyorum”, %58,8’i (n=20) “Kesinlikle Katılıyorum” seçeneğini işaretlemiştir. Bu veriler değerlendirildiğinde katılımcıların maddeye dair bilgi ve farkındalık düzeyinin arttığı tespit edilmiştir

4.5. Program Sonu Değerlendirme Formuna Ait İçerik Analizi Bulguları

Katılımcıların program ile ilgili görüşlerinin alınabilmesi adına eğitim programı sonunda katılımcılara 5 adet açık uçlu sorudan oluşan Program Sonu Değerlendirme Formu uygulanmıştır. Formdan elde edilen nitel veriler içerik analizi yöntemi ile değerlendirilmiş ve aşağıda yapılan analizler sonucu elde edilen bulgular sunulmuştur.

4.5.1.“Program beklentilerinizi karşıladı mı?” Sorusuna Verilen Yanıtlara Ait Bulgular

Program Sonu Değerlendirme Formunda yer alan ilk soru “Program beklentilerinizi karşıladı mı?” sorusudur. Katılımcıların bu soruya verdikleri yanıtların analizleri Tablo 11’de verilmiştir.

Tablo 11: Programın Katılımcıların Beklentilerini Karşılama Durumuna Ait Frekans ve Yüzde Değerleri

Programın katılımcıların beklentilerini karşılama durumu	**f**	**%**
Evet	34	100
Toplam	34	100

Tablo 11 incelendiğinde Program Sonu Değerlendirme Formunun ilk sorusu olan “Program beklentilerinizi karşıladı mı?” sorusuna katılımcıların %100’ünün (n=34) “evet” dediği görülmektedir.

Katılımcıların bazılarının soruya verdiği cevaplar, katılımcıların yazdığı şekilde alınmış ve aşağıda sunulmuştur.

K1: Evet.

K18: Genel anlamda evet

K26: Evet, oldukça fazlasıyla!

K27: Beklentilerimin üzerindeydi.

K32: Açıkçası programa başlarken beklentim yoktu ama programdan güzel kazanımlar elde ettim. Bu açıdan bakıldığında muhtemel cevap evet olacaktır.

4.5.2.“Programdan aklınızda kalan üç kavram nedir? Belirtiniz.” Sorusuna Verilen Yanıtlara Ait Bulgular

Program Sonu Değerlendirme formunun 2. sorusu “Programdan aklınızda kalan üç kavram nedir? Belirtiniz.” sorusudur. Bu sorunun yanıtı olarak her katılımcıdan 3 kavram elde edilmiş ve analizler 102 kavram üzerinden yapılmıştır. Analizler sonucu ve elde edilen veriler Tablo 12’de sunulmuştur.

Tablo 12: Program Sonu Hatırlanan Kavramların Temalar Bazında Frekans ve Yüzde Değerleri

Program sonu hatırlanan kavramların temalar bazında frekans ve yüzde değerleri	**f**	**%**
Bağ kurmak	16	15.69
Bağlanma sürecinde beynin işleyişi	14	13.73
Çocuğun ihtiyaçlarını fark etme	18	17.65
İstenmeyen davranış ile baş etme	22	21.57
Pozitif psikoterapi	15	14.71
Yeterince iyi ebeveynlik	17	16.67
Toplam	102	100

Tablo 12 incelendiğinde değerlendirilen 102 kavramın %15.69’u (n=16) “bağ kurmak”, %13.73’ü (n=14) “bağlanma sürecinde beynin işleyişi”, %17.65’inin (n=18) “çocuğun ihtiyaçlarını fark etme”, %21.57’si (n=22) “istenmeyen davranış ile baş etme”, %14.71’i (n=15) “pozitif psikoterapi” ve %16.67’si (n=17) “yeterince iyi ebeveynlik” temasında yer almaktadır. Program Sonu Değerlendirme Formunun 2. sorusundan elde edilen yanıtlar ayrıca hangi oturuma ait oldukları açısından değerlendirilmiş ve Tablo 13’te sunulmuştur.

Tablo 13: Program Sonunda Hatırlanan Kavramların Oturumlar Bazında Frekans ve Yüzde Değerleri

Program sonunda hatırlanan kavramların oturum bazında frekans ve yüzde değerleri	**f**	**%**
Çocuk ile bağ kurma (1. Oturum)	37	36.27
Çocuğun duygularını anlama ve ifade edebilme (2. Oturum)	17	16.67
Çocuk ile iş birliği kurma (3. Oturum)	19	18.63
Kendin ile bağ kurma (4. Oturum)	29	28.43
Toplam	102	100

Tablo 13 incelendiğinde Program Sonu Değerlendirme Formunun 2. sorusundan elde edilen 102 kavramın %36.27'sine (n=37) "çocuk ile bağ kurma" isimli 1. oturum, %16.67'sine (n=17) "çocuğun duygularını anlama ve ifade edebilme" isimli 2. oturum, %18.63'üne (n=19) "çocuk ile iş birliği kurma isimli 3. oturum ve %28.43'üne (n=29) "kendinle bağ kurma" isimli 4. oturum içeriklerinde yer verildiği görülmektedir. Bu bağlamda program sonunda en çok kavramın 1. oturumdan, en az kavramın ise 2. oturumdan hatırlandığı görülmektedir. Program içeriği değerlendirildiğinde bu durumun 1. oturumun en yoğun teorik bilginin ve kavramsal içeriğin sunulduğu oturum olmasından, 2. oturumun ise teorik bilgi ve kavramsal içerikten çok katılımcı deneyimi paylaşılan oturum olmasından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir.

Katılımcıların bazılarının soruya verdiği cevaplar, katılımcıların yazdığı şekilde alınmış ve aşağıda sunulmuştur.

K12: Acı kabı ve sevgi kabı, bağ kurma, duygusal ihtiyaçlar

K15: Salutogenez, nasırımıza basanlar, denge modeli

K16: Denge, üst beyin, yeterince iyi annelik

K21: Ödül-ceza, yeterince iyi annelik, birincil annelik tasası

K29: Güven, görülme, rahatlama

4.5.3."Program sonunda yaşamınızda, çocuğunuzla ilişkinizde ne gibi değişimler oldu?" Sorusuna Verilen Yanıtlara Ait Bulgular

Program Sonu Değerlendirme formunun 3. sorusu "Program sonunda yaşamınızda, çocuğunuzla ilişkinizde ne gibi değişimler oldu?" sorusuna verilen cevaplar öncelikle değişip olup olmadığı açısından incelenmiştir ve elde edilen veriler Tablo 14'de sunulmuştur.

Tablo 14: Katılımcıların Program Sonunda Değişim Yaşayıp Yaşamadıklarına Dair Farkındalıklarına Ait Frekans ve Yüzde Değerleri

Katılımcıların Program Sonunda Değişim Yaşayıp Yaşamadıklarına Dair Farkındalıkları	**f**	**%**
Değişim oldu	33	97.06
Değişim olmadı	1	2.94
Toplam	34	100

Tablo 14 incelendiğinde Program Sonu Değerlendirme Formunun 3. sorusuna katılımcıların %97.06'sı (n=33), "Değişim oldu", %2.94'ü ise "Değişim olmadı" yanıtını vermiştir. Değişim oldu yanıtı veren katılımcıların cevapları da değişimin hangi açıdan gerçekleştiği ile ilgili değerlendirilmiş ve analiz sonuçları Tablo 15'te sunulmuştur.

Tablo 15: Program Sonunda Değişim Yaşadığını İfade Eden Katılımcıların Yaşadıkları Değişimin Türüne Dair Frekans ve Yüzde Değerleri

Program Sonunda Değişim Yaşadığını İfade Eden Katılımcıların Yaşadıkları Değişimin Türü	**f**	**%**
Farkındalık ve bilgi artışı oldu	17	51.52
Davranışsal değişim oldu	16	48.48
Toplam	33	100

Tablo 15 incelendiğinde programa katılan katılımcılardan "Program sonunda yaşamınızda, çocuğunuzla ilişkinizde ne gibi değişimler oldu?" sorusuna "Değişim oldu." yönünde cevap veren 33 katılımcının %51.52'si (n=17) "farkındalık ve bilgi artışı oldu" yanıtını, %48.48'i (n=16) "davranışsal değişim oldu" yanıtını vermiştir.

Katılımcıların bazılarının 3. soruya verdiği cevaplar, katılımcıların yazdığı şekilde alınmış ve aşağıda sunulmuştur.

K1: Farkındalık arttı

K5: Çocuğumu daha iyi anlamaya ihtiyaçlarını daha iyi görmeye başladım. Çocuğum bu haftalar içinde bile değişim gösterdi. Benim davranışımla tabi. Kendini bana daha çok anlatmaya başladı çok mutlu oldum. Göz hizasından daha da alta iniyorum konuşurken oğlum da bunu fark etti ve hoşuna gitti. Artık bazen ortak çözüm de bulabiliyoruz. Kendi ihtiyacım olduğunu ona belirterek

kendime alan açtım. Ve kendime zaman ayırmama uyumlandı. Umarım böyle devama eder. Notlar tuttum hep okumaya çalışıyorum. Unutmak istemiyorum otomatik tepkiler çıkmasın diye çok çaba gösteriyorum. Bu katkılarınızdan dolayı çok teşekkür ederim.

K17: İhtiyaçlarını daha rahat, kendimi de yıpratmadan anlayabiliyorum.

K23: Şu an yorum yapmak için erken.

K26: En son oturumdan hemen sonra büyük bir enerji ve mutlulukla kendime aloe vera maskesi yaptım! Şaka bir yana, kendi ihtiyaçlarımı karşılamanın çocuklarımla aramdaki bağın daha kaliteli bir ilişkiye evrilmesine faydası olacağını artık daha iyi anlıyorum. Ayrıca davranışçı ekol yerine pozitif psikoterapinin getirdiği kavramları öğrenmek, davranış duygu ihtiyaç üçgenini daha iyi tespit etmemi ve buna göre daha iyi bir ebeveynlik tutumu geliştirmemi sağladı. Son olarak kendime sarılıp aferin bana! yaptığın her şey için aferin, çok da iyi çok da güzel yaptın kızım diyorum. Bu, gerçekleştirdiğim başarıların hayat şartları yüzünden gözümden kaçmasını engelledi! İnanılmaz güzel olanı başardığımı artık daha iyi fark ediyorum.

4.5.4.“Program süresini yeterli buldunuz mu?” Sorusuna Verilen Yanıtlara Ait Bulgular

Program Sonu Değerlendirme Formunda yer alan 4. soru “Program süresini yeterli buldunuz mu?” sorusudur. Katılımcıların bu soruya verdikleri yanıtların analizleri Tablo 16’da verilmiştir.

Tablo 16: Katılımcıların Programın Süresini Değerlendirmelerine Ait Frekans ve Yüzde Değerleri

Program süresini yeterli buldunuz mu?	**f**	**%**
Evet	18	52.94
Hayır	16	47.06
Toplam	34	100

Tablo 16 incelendiğinde programa katılan katılımcılardan "Program süresini yeterli buldunuz mu?" sorusuna katılımcıların %52.94'ü (n=18) "Evet" yanıtını, %47.06'sı (n=16) "hayır" yanıtını vermiştir.

Katılımcıların bazılarının 4. soruya verdiği cevaplar, katılımcıların yazdığı şekilde alınmış ve aşağıda sunulmuştur.

K2: Eğitim o kadar çok güzeldi ki daha uzun haftalar olsa da hiç sıkılmadan bıkmadan devam ederdik.

K5: Belki 1veya 2 oturum daha uzatıp uygulama örneklerini arttırılsa daha iyi uygulayabiliriz diye düşünüyorum.

K9: Evet çok iyi ayarlanmıştı bence.

K21: Süre 30 dakika kısaltılıp, artı 1 ya da 2 oturum eklenebilir.

K31: Yeterli olabilir ama doymadım. Keşke daha uzun sürseydi.

4.5.5."Programla ilgili görüş ve önerileriniz nelerdir?" Sorusuna Verilen Yanıtlara Ait Bulgular

Katılımcıların programla ilgili genel görüşlerini alabilmek adına araştırmacı tarafından konu kısıtlamasının yapılmadığı "Programla ilgili görüş ve önerileriniz nelerdir?" sorusu sorulmuştur. Bu soru görüş ve öneriler olmak üzere iki başlık altında değerlendirilmiştir.

Katılımcıların program ile ilgili görüşleri ile ilgili veriler Tablo 17'de verilmiştir.

Tablo 17: Katılımcıların Program ile İlgili Görüşlerine Ait Frekans ve Yüzde Değerleri

Katılımcıların programla ilgili görüşleri	**f**	**%**
Olumlu Görüş	28	82.35
Nötr Görüş	6	17.65
Toplam	34	100

Tablo 17 incelendiğinde program bitimin katılıcıların %82,35'inin (n=28) program ile ilgili olumlu görüş, %17,65'inin (n=6) ise program ile ilgili nötr görüş bildirdiği görülmektedir. Bu veriler değerlendirildiğinde katılımcıların çocuğunun programdan olumlu duygularla ayrıldıkları ve memnun kaldıkları yorumu yapılabilmektedir.

Katılımcıların bazılarının programa dair görüşleri, katılımcıların yazdığı şekilde alınmış ve aşağıda sunulmuştur.

K5: Bence her şey çok dozundaydı. Dümdüz bir eğitim olmayışı önemli bir detay. Tüm emek verenlere teşekkürler.

K8: İyi ki bu güzel eğitime dahil oldum ve devamını beklemekteyim

K22: Programı gayet yeterli ve yararlı buldum. Bazı konularda bakış açımı değiştirdi diyebilirim.

K26: Her şey mükemmeldi. Eda hanımın anlatımı, güler yüzü, yaklaşımı ve çabası; Bengi hanımın katılımı ve sorularımızı cevaplandırması çok kıymetli idi. Bizlere bu şekilde eğitimler ve etkinlikler ile ulaşmış olmanız, belki hiç imkan bulamayacak olan ailelere ulaşıyor olmanız çok kıymetli. Teşekkür ediyorum kendim ve oğlum adına.

K34: Başarılıydı. Samimiydi. Gerçekten emek verilmiş olduğu belliydi. İçten sunumlardı. Kalbime dokundu. Süre biraz daha uzun olabilir.

Katılımcıların program ile ilgili önerileri değerlendirildiğinde bir katılımcı birden çok öneride bulunduğu için verilerin yüzde değerleri hesaplanmamış olup frekans değerleri üzerinden değerlendirme yapılmıştır. Katılımcıların program ile ilgili önerileri ile ilgili veriler Tablo 18'de verilmiştir.

Tablo 18: Katılımcıların Programla İlgili Önerileri Ait Frekans Değerleri

Katılımcıların programla ilgili önerileri	**f**
Programın yaygınlaştırılması	7
Programın süresinin uzatılması	8
Programın daha az katılımcı ile yürütülmesi	5
Oturumlar sonuna süpervizyon toplantısı eklenmesi	3
Oturum içeriğinde yer alan günlük yaşam örneklerinin çoğaltılması	1

Tablo 18 incelendiğinde programın daha çok ebeveyne ulaşması adına yaygınlaştırılması ile ilgili 7, sürenin uzatılması ile ilgili 8, eğitim programının daha az katılımcı ile yürütülmesi ile ilgili 5, oturumlar sonunda süpervizyon toplantısı yapılması ile ilgili 3 ve oturum içeriğinde yer alan günlük yaşam örneklerinin çoğaltılması ile ilgili 1 önerinin getirildiği görülmektedir.

Katılımcıların bazılarının programa dair görüşleri, katılımcıların yazdığı şekilde alınmış ve aşağıda sunulmuştur.

> **K7:** Böyle bir eğitimi bize sunduğunuz için kıymetli vaktinizi bize ayırdığınız için çok teşekkür ederim. Ben ilk defa böyle bir oturuma katıldım. Çok tedirgindim. Ama Eda hanımın sempatik cana yakın tavırları sayesinde kendimi eğitimin baya içinde buldum. Hiçbir şey paylaşmayacağımı düşünüp yine samimiyetiniz sayesinde hep kendimi paylaşım yaparken buldum. Bana çok iyi geldi umarım sürdürebilirim. Tekrar teşekkürler. Öneri olarak sadece uygulamalarımızı yani bunları hayata geçirmemizi kolaylaştırmak amacıyla günlük hayatta yaşanılan örnekleri çoğaltıp konuşsak daha çok katkısı olabilir mi?
>
> **K14:** Birçok ebeveynin katılması gerektiğini düşünüyorum ve teşekkür ediyorum.
>
> **K21:** Oturumların 4 yerine daha fazla olması.
>
> **K23:** Eğitim öncesi kitapçık hem profesyonel bir duruş sağladı hem eğitimin özenilmiş, planlanmış olduğunu gösterdi çok hoşuma gitti. Oturum sayısı artırılabilir arada bir mola verilip ya da süre kısaltılarak oturumların sonunda faydalanabileceğimiz bir kitapçık oluşturmanız çok değerli, bizim katkılarımızı da aldığınız için kendimi güçlü hissettirdi. Tekrar teşekkürler ve başarılar dilerim :)
>
> **K33:** Başarılıydı. Samimiydi. Gerçekten emek verilmiş olduğu belliydi. İçten sunumlardı. Kalbime dokundu. Süre biraz daha uzun olabilir

BÖLÜM V

5. SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

5.1. Sonuç ve Tartışma

Söz konusu araştırmada Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programının etkililiği incelenmiştir. Bu incelemede programın 0-6 yaş arasında çocuğu bulunan anne babaların hem bilgi ve farkındalık düzeyleri hem de katılımcıların ebeveyn yetkinlikleri, anne – baba stresleri ve anne baba tutumları üzerinde etkisi araştırılmıştır. Bu bölümde bu araştırma doğrultusunda elde edilen bulgular alanyazında yer alan araştırmalar ile karşılaştırılarak tartışılmıştır.

5.1.1. Katılımcıların Ebeveyn Yetkinlikleri ile İlgili Bulgularının Tartışılması

Bu bölümde katılımcıların ebeveyn yetkinlik ölçeği verilerinden elde edilen bulgular alanyazın bağlamında tartışılacaktır. Yapılan araştırmada Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programına katılan anne babaların ebeveyn yetkinliklerindeki değişim incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların ön test – son test toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu bulgu Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programının anne – babaların ebeveyn yetkinliklerini arttırmada etkili olduğunu göstermektedir. Ebeveyn yetkinliği kavramı bağlamında etkililiği incelenen eğitim programının anne babaların kendilerini ebeveynlik rollerinde yetkin görme derecelerini artırdığı söylenebilmektedir. Bireylerin ebeveyn yeterliliklerine dair algıları birçok etmenden etkilenmektedir. Genel alanyazın kanısına göre de ebeveyn yetkinliğini pozitif yönde etkileyen en önemli etmenlerden bir tanesi ebeveyn eğitimlerinin verilmesidir (Barnard, 1994).

Bu bulgu ile alanyazın karşılaştırması yapıldığında katılımcılara sunulan anne - baba eğitim programının katılımcıların ebeveyn yetkinliğini arttırdığına dair bulgu, alanyazındaki birçok araştırma ile benzer sonuçlar göstermektedir.

Işık'ın (2020) gerçekleştirdiği araştırmada Bilinçli Farkındalık Aile Eğitim Programının ebeveyn yetkinliği üzerine etkisi değerlendirilmiştir. 4-6 yaş arası çocuğu olan 38 ebeveyn araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Örneklem içerisinden 19 ebeveyne 11 haftalık süreyle Bilinçli Farkındalık Aile Eğitimi uygulanmıştır. Uygulama sürecinde Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği ile elde edilen verilerin analizi sonucunda uygulanan eğitim programının katılımcıların ebeveyn yetkinlikleri üzerinde olumlu yönde etkili tespit edilmiştir.

Boyce ve diğerleri (2017) tarafından yapılan bir araştırmada anne – çocuk etkileşimi odaklı erken müdahale eğitim programına katılan ve katılmayan annelerin ebeveyn yetkinlikleri karşılaştırılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre deney grubunda yer alıp erken müdahale eğitim programına dahil olan annelerin ebeveyn yeterlilik algılarının katılmayanlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Bağatarhan (2012) gerçekleştirdiği araştırmada Ebeveyn Eğitim Programının annelerin ebeveynlik yeterliliği üzerindeki etkisini incelemiştir. Bu çalışma kapsamında deney grubundaki annelere 7 oturumdan oluşan bir ebeveyn eğitim programı uygulamış ve eğitim öncesi ve sonrası değişimi değerlendirmiştir. Araştırma sonucunda uygulanan eğitim programının annelerin ebeveyn yetkinliklerini artırmada etkili olduğu bulunmuştur.

10 yaşından küçük çocuğu olan 63 ebeveyn ile gerçekleştirilen bir araştırmada, ebeveynlere ebeveyn eğitim programı uygulanmış ve program uygulamasından sonra ebeveyn yeterliliği, stresi ve çocukların davranışları üzerindeki değişimin değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgular sonucunda uygulanan program katılımcıların ebeveyn yetkinliklerini geliştirmede etkili olmuştur (Bloomfield ve Kendal, 2012).

Ebeveyn yetkinliği daha önce alanyazın da açıklandığı üzere anne – babaların çocuklarının gelişimleri ve davranışlarına amaca uygun, işe yarar ve yapıcı şekilde etki edebilmelerine dair algıları olarak açıklanabilmektedir (Coleman ve Karraker, 2003). Bireyin ebeveyn yetkinliğine dair algısının gelişmesinde ebeveynliğe dair bilgi dağarcığının artmasının etkili olduğu düşünülmektedir. Ebeveynlerin çocuklarının gelişimine pozitif yönde destek olabilecek bilgi ve becerileri edinmelerinin ebeveyn

yetkinliklerine dair algılarını da olumlu yönde değiştirdiği söylenebilmektedir (Benasich ve Brooks-Gunn, 1996). Yukarıda sunulan araştırma örnekleri ve bu bilgi alanyazının da araştırma verilerini destekler nitelikle olduğunu göstermektedir. Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programı ile anne babalara ebeveynlik becerileri konusunda eğitim verilmiş ve bu eğitim ebeveyn yetkinlik algılarının pozitif yönde gelişmesini sağlamıştır.

5.1.2.Katılımcıların Anne – Baba Stresleri ile İlgili Bulgularının Tartışılması

Yapılan araştırmada Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programına katılan anne babaların algıladıkları anne – baba stresleri üzerindeki değişim incelenmiştir. Analizler sonucunda katılımcıların ön test – son test toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu bulgu Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programının anne – babaların anne – baba streslerini düşürmede etkili olduğunu göstermektedir.

Araştırmanın anne – baba stresi konusundaki bulguları alanyazında bulunan diğer araştırmalarla karşılaştırıldığında benzer sonuçların tespit edildiği gözlemlenmiştir.

Çiftçi'nin (2020) gerçekleştirdiği çalışmada özel yetenekli çocukların ebeveynlerine yönelik geliştirilmiş olan psiko - eğitim programının anne baba stresi üzerindeki etkisi incelenmiştir. Yarı deneysel olarak yürütülen çalışmada deney grubunda bulunan 14 ebeveyne 6 oturumluk psiko - eğitim programı uygulanmıştır. Deney ve kontrol grubundan elde edilen verilerin analizi sonucunda uygulanan eğitim programının anne baba stres düzeyini azaltmada etkili olduğu görülmüştür.

Löfgren ve diğerleri (2017) tarafından yapılan çalışmada 1 ile 10 yaş arasında çocuğu bulunan 83 ebeveyne davranışçı, bilişsel davranışçı, Adlerian ve aile sistemi kuramlarına dayalı ebeveyn eğitimi programı uygulanmıştır ve uygulanan ebeveyn eğitim programının ebeveyn stresi üzerindeki etkisi incelenmiştir. Uygulamanın anne baba stresi üzerindeki etkisi İsveç Ebeveynlik Stres Ölçeği ile değerlendirilmiştir. Yapılan analizler sonucunda uygulanan ebeveyn eğitim programının ebeveyn sağlığı stres bileşenler alt ölçeğinde anlamlı farklılık yarattığı ve eğitim programı uygulanan katılımcıların ebeveyn sağlığına yönelik streslerinde düşüş olduğu tespit edilmiştir.

“123 Magic” isimli grup temelli bir ebeveyn eğitim programının Japon ebeveynlerin ebeveyn yeterliliği ve anne baba stresi üzerindeki etkisini inceleyen bir araştırmada eğitim programı uygulanan 49 anneden araştırma verisi toplanmıştır. Yarı deneysel yapıda yürütülen çalışma sonucunda eğitim programına katılan ebeveynlerin ebeveyn yeterliliklerinde artış, anne – baba streslerinde ise azalış tespit edilmiştir (Kendall, Bloomfield, Appleton ve Kitaoka, 2013).

5.1.3.Katılımcıların Ebeveyn Tutumları ile İlgili Bulgularının Tartışılması

Bu bölümde katılımcıların Ebeveyn Tutum Ölçeği verilerinden elde edilen bulgular alanyazın bağlamında tartışılacaktır. Yapılan araştırmada Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programına katılan anne babaların ebeveyn tutumları demokratik, izin verici, otoriter ve koruyucu anne baba tutumu olmak üzere 4 ana başlıkta incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların izin verici ve demokratik anne baba tutumları ön test – son test toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Bu bulgu Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programının anne – babaların ebeveyn tutumlarından izin verici ve demokratik anne baba tutumu konusunda etkili olmadığını göstermektedir. Ancak otoriter ve koruyucu anne baba tutumları ön test – son test toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu bulgunun Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programına katılan anne babaların otoriter ve koruyucu anne babalık tutumunu azalttığını göstermektedir.

Tönbül (2019) tarafından gerçekleştirilen çalışmada 15 ebeveyne 10 hafta süre ile aile eğitim programı uygulanmış ve ebeveyn tutumları üzerindeki etkisi incelenmiştir. Ön test – son test verileri değerlendirildiğinde otoriter anne baba tutumunu azaltmada aile eğitim programının etkili olduğu ancak demokratik, anlamlı farklılık görülmediği tespit edilmiştir.

Alkan Ersoy, Kurtulmuş ve Çürük Tekin (2014) araştırmasında 2-3 yaş çocuğu olan anne babaların ebeveynlik tutumlarını incelemişlerdir. 35 katılımcıya 10 oturumluk eğitim programı uygulaması sonucunda elde edilen veriler sonucunda koruyucu ve

otoriter anne baba tutumlarında azalma, demokratik anne baba tutumlarında artma tespit edilmiştir.

Ebeveyn çocuk ilişkisini güçlendirmek ve çocukları ilkokula hazırlamak için oluşturulan ebeveyn eğitim programının otoriter anne – baba tutumu ve ebeveyn stresi üzerindeki etkisinin incelendiği bir araştırmada deney grubunda bulunan 72 ebeveynin kontrol gurubunda bulunan 70 ebeveyne göre otoriter anne babalık uygulamalarında ve anne baba streslerinde azalma olduğu kaydedilmiştir (Li, Chan, Mak ve Lam, 2013).

Demircioğlu (2012) araştırmasında aile eğitim programının anne baba tutumları üzerindeki etkisini incelemiştir. 6 yaşında çocuğu olan annelerin dahil edildiği araştırmada 128 anne araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Deney grubunu oluşturan 88 annenin 28'ine eğitici anne eğitimi, 32'sine haber mektupları yoluyla eğitim, 28'ine ise anneden anneye eğitim yöntemleri ile 16 oturumluk aile eğitimi verilmiştir. Araştırmanın ebeveyn tutumu analizi Aile Tutum Envanteri ile değerlendirilmiş ve elde edilen bulgularda üç eğitim grubunda da demokratik ve otoriter ebeveyn tutumlarına yönelik ön test - son test sonuçlarında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür.

Öğretir ve Demiriz'in (2009) gerçekleştirdiği araştırmada 2-4 yaş çocuğu bulunan annelere uygulanan anne ev ziyareti eğitim programının ebeveyn tutumları üzerindeki etkisi incelenmiştir. Deney grubunda bulunan 55 anneye 10 hafta süreyle anne ev ziyareti eğitim programı uygulanmış ve deney grubunda yer alan annelerin otoriter, koruyucu, tutarsız ebeveynlik tutumu uygulamalarında azalma, demokratik ebeveynlik uygulamalarında artma saptanmıştır.

Ebeveyn tutumları değerlendirildiğinde demokratik anne baba tutumunun genel alanyazında dengeli, çocuk ile uyumlu ve sağlıklı olarak nitelendirildiği görülmektedir. Empati, koşulsuz sevgi ve samimiyet ile temellendirilen demokratik anne baba tutumunun anne babalar tarafından edinilmesi istenen, beklenen anne baba tutumu olduğu tespit edilmiştir. Psikolojik müdahaleler, psiko – eğitim programları, anne – baba eğitim programları ile anne - babaların ebeveyn tutumlarının demokratik ebeveyn tutumu yönünde değişmesi beklenmektedir(Aksoy, 2015; Tuzcuoğlu, 2003;

Çağdaş, 2003; Yavuzer, 1999). Yapılan araştırmanın bulguları ve alanyazındaki benzer araştırmaların bulguları değerlendirildiğinde uygulanan ebeveyn eğitimi sonucunda halihazırda demokratik ebeveyn tutumunu benimsemiş anne babaların demokratik ebeveynlik uygulamalarında herhangi bir değişikliğin olmaması beklendik bir sonuç olarak düşünülmektedir. Söz konusu araştırmanın izin verici anne baba tutumuna dair bulguları değerlendirildiğinde alanyazındaki diğer araştırmalarla çeliştiği görülmektedir. Araştırmanın otoriter ve koruyucu anne baba tutumu ile ilgili bulgularına bakıldığında ise alanyazındaki diğer araştırmalarla benzer sonuçların elde edildiği söylenebilmektedir.

5.1.4.Katılımcıların Program Değerlendirme Anketi ile İlgili Bulgularının Tartışılması

Yapılan araştırmada Program Değerlendirme Anketi ile Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programına katılan anne babaların bilgi ve farkındalık düzeylerindeki değişim değerlendirilmiştir. Yapılan analizlerde katılımcıların eğitim öncesi ve eğitim sonrasında Program Değerlendirme Anketine verdikleri cevaplar frekans ve yüzde değerleri göz önünde bulundurularak karşılaştırılmıştır. Bu karşılaştırma sonucunda Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programının anne – babaların eğitim sonrasındaki bilgi ve farkındalık düzeylerinde yüzde ve frekans değerleri bakımından olumlu yönde değişim olduğu görülmektedir. Bu bulgu alanyazındaki diğer araştırmalarla da benzerlik göstermektedir.

Sahillioğlu (2016) tarafından yapılan araştırmada 0-12 yaş arasında çocuğu olan ebeveynlere çocuk ihmal ve istismarını önlemeye yönelik anne baba eğitim programı uygulanmıştır. Katılımcıların eğitim öncesi ve sonrası bilgi ve farkındalık düzeylerinin değerlendirilmesi yapıldığında etkili ve kalıcı bir değişimin oluştuğu görülmüştür.

Üstündağ, Şenol ve Mağden (2015) gerçekleştirdikleri çalışmada ebeveynlerin çocuk istismarı ile ilgili bilgi düzeylerini belirleyip, eksik bilgilerin giderilmesi için eğitimler düzenleyerek ebeveynleri bilinçlendirmeyi amaçlamışlardır. Bu amaçla 10 ebeveynin öncelikle eksik bilgileri belirlenmiş ve eksikliklerin giderilmesi için ebeveynlere eğitimler düzenlenmiştir. Araştırma sonucunda ebeveynlere uygulanan eğitim

programı ile katılımcıların bilgi düzeylerinde olumlu yönde artış olduğu tespit edilmiştir.
Aksoy (2001) tarafından gerçekleştirilen çalışmada 0-4 yaş arasında çocuğu olan annelere "Anne – Çocuk Eğitim Programı" uygulanmıştır. Uygulama sonucunda uygulamaya katılan annelerin çocuk gelişimi ve eğitimi konusunda bilgi düzeylerinde artış olduğu tespit edilmiştir (Akt., AÇEV, 2003).

Roberts (1988), tarafın yapılan çalışmada Hawaili çocuk ve çocukların anne babalarının katıldığı ev merkezli Prekindergarden Educational Programı (PREP) uygulanmıştır. Katılımcı anne babalar uygulamanın sonunda program içeriği ile ilgili bilgi düzeylerinin arttığını belirtmişlerdir.

5.1.5. Katılımcıların Program Sonu Değerlendirme Formu ile İlgili Bulgularının Tartışılması

Yapılan araştırmada Program Sonu Değerlendirme Formu ile Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programına katılan anne babaların programa dair algıları değerlendirilmiştir. Bu analizlerden çıkan sonuçlar değerlendirildiğinde programın katılımcıların beklentilerini karşıladığı, katılımcıların program sonunda bilgi, farkındalık ve davranışsal yönden olumlu değişimler yaşadıkları, programın süresini yeterli buldukları, programdan olumlu duygularla ayrıldıkları ve memnun kaldıkları söylenebilmektedir.

Yılmaz (2019) tarafından yapılan çalışmada okul temelli cinsel istismardan koruma psiko-eğitim programı ebeveyn, öğretmen ve öğrencilere uygulanmış ve bilgi düzeylerindeki değişim incelenmiştir. Bu amaçla araştırmaya katılan ebeveynlerle görüşmeler gerçekleştirilmiş ve görüşme verilerinin analizi sonucunda çalışmaya katılan tüm anne babaların eğitim hakkında olumlu değerlendirmelerde bulunduğu tespit edilmiştir. Benzer şekilde gerçekleştirdiğimiz araştırmaya katılan ebeveynlerin hepsi araştırmanın beklentilerini karşıladığını belirtmiş ve katılımcıların programdan olumlu duygularla ayrıldıkları ve memnun kaldıkları görülmüştür.

Şeker'in (2013) gerçekleştirdiği araştırmada özel gereksinimli çocuğu bulunan anne – babalara yönelik düzenlenen aile eğitimi etkinliklerinin etkililiği değerlendirilmiştir. Araştırmacı çalışmasında katılımcılardan Aile Eğitimi Değerlendirme Anketi ile eğitim programını değerlendirmesini istemiştir. Araştırmanın sonuçları değerlendirildiğinde çalışmaya katılan ebeveynlerin eğitimden önce çocuklarının ihtiyaçlarına cevap vermekte zorlanırken, eğitim programından sonrasında edindikleri bilgiler sayesinde çocukları ile yaşadıkları problemleri çözebildikleri tespit edilmiştir. Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitimine katılan anne – babalar da programdan sonra bilgi, farkındalık ve davranışsal yönden olumlu değişime uğradıklarını belirtmişlerdir.

Gardner, Burton ve Klimes (2006) yaptığı araştırmasında davranım bozukluğu tanısı koyulan çocukların ebeveynlerine İnanılmaz Yıllar programını uygulamış ve etkilerini incelemiştir. Yapılan çalışma sonucunda programa katılan ebeveynlerin uygulanan programdan memnun olma düzeylerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgunun Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programına katılan anne babaların programla ilgili görüşlerinin olumlu olması ile benzerlik gösterdiği görülmüştür. Benzer şekilde Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programına katılan anne babaların program ile ilgili memnuniyet düzeyleri yüksek tespit edilmiştir.

Kaya (2002) tarafından gerçekleştirilen çalışmada okul öncesi eğitim kurumlarının ebeveyn eğitimine katkısı ile ilgili görüşleri değerlendirilmiştir. Çalışma içeriğinde anne babaların eğitim programına katılımlarının çocukları üzerinde ne gibi etkileri olacağı ile ilgili katılımcılardan görüşler değerlendirilmiş ve olumlu yönde bir etkisinin olacağı görüşünde oldukları tespit edilmiştir. Benzer şekilde Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitiminin etkililiğinin incelendiği araştırmada da verilen eğitim programının olumlu yönde değişim sağladığı görülmüştür.

5.2.Öneriler

Bu bölümde söz konusu araştırmaya dair elde edilen bulgular sonucunda araştırmacılar ve uygulayıcılara yönelik öneriler sunulmuştur.

5.2.1.Araştırmacılar İçin Öneriler

- Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programı daha geniş bir örneklem grubuna uygulanabilir.
- Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programının kontrol gruplu desen çalışması gerçekleştirilebilir.
- Eğitim programı ile sadece annelere ya da sadece babalara uygulama yapılabilir.
- Eğitim programı ile özel gereksinimli çocuğu bulunan ebeveynlere uygulama yapılabilir.
- Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programı bağ odaklı bir programdır. Eğitim programı evlat edinmiş ya da koruyucu aile olan ebeveynlere uygulanabilir ve bağ kurma süreçleri üzerine etkisi değerlendirilebilir.
- Eğitim Programı 0-6 yaş arası çocuğu olan anne – babalara yönelik hazırlanmıştır. 7-12 ve 13-18 yaşı da içine alacak şekilde genişletilebilir.
- Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programı anne – babalar için hazırlanmıştır. Alan uzmanlarının eğitimi için uygun hale getirilebilir.
- Eğitim programı birincil önleme faaliyetleri kapsamında anne – baba adayları için düzenlenebilir ve uygulanabilir.
- Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile eğitim Programının uzun dönem etkilerinin araştırılması için boylamsal çalışmalar planlanabilir.

5.2.2.Uygulamacılar İçin Öneriler

- Eğitim programı 4 oturum şeklinde uygulanabileceği gibi ihtiyaca yönelik olarak oturumlar tek tek ya da gruplandırılarak da kullanılabilir.

- Eğitim programının her oturumundan sonra analizler gerçekleştirilebilir. Böylece her oturumun etkisi ayrı ayrı değerlendirilerek programın revize edilmesi sağlanabilir.
- Eğitim programı alan uzmanlarınca da uygulanabilir.
- Eğitim programı 0çevrimiçi uygulaması yapılmıştır. Eğitim programı yüz yüze eğitim şeklinde de sunulabilir.
- Sivil toplum kuruluşları ve yerel yönetimler ile iş birliği yapılarak eğitim programının daha çok ebeveyne ulaşması sağlanabilir.
- Eğitim programına katılan anne babalar ile ebeveyn destek grupları kurulabilir ve sürecin etkililiği arttırılıp, sürdürülebilirliği sağlanabilir.

KAYNAKÇA

Aksoy, A. B. (2015). *Aile eğitimi ve katılımı.* Ankara: Hedef CS Yayıncılık.

Altay, S. (2011). Cumhuriyetin kuruluşundan günümüze milli eğitim şuralarında okul öncesi eğitimi ve bugünkü durumu. *Education Sciences, 6*(1), 660-672.

Anne – Çocuk Eğitim Vakfı (2003). ERKEN ÇOCUKLUK EĞİTİMİ POLİTİKALARI: YAYGINLAŞMA, YÖNETİŞİM VE YAPILAR TOPLANTISI RAPORU. https://acev.org/wpcontent/uploads/2017/11/erken_cocukluk_egitimi_politikalari_yayginlasma_yonetisim_yapilar_toplantisi.pdf adresinden 20/08/2021 tarihinde erişildi.

Aslan, K. (2002). Değişen toplumda aile ve çocuk eğitiminde sorunlar. *Ege Eğitim Dergisi, 1*(2), 25-33.

Atmaca Koçak, A. (2004). BABA DESTEK PROGRAMI DEĞERLENDİRME RAPORU.https://www.acev.org/wpcontent/uploads/2017/11/baba_destek_programi_degerlendirme_raporu.pdf adresinden 03/02/2021 tarihinde erişildi.

Bağatarhan, T. (2012). *Ebeveyn eğitim programının annelerin ebeveyn öz – yeterlilik üzerine etkisi.* Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi.

Bartwini, B.D. (2010). How teachers perceive the new curriculum reform: lessons from a school district in the eastern cape province, South Africa. *International Journal of Development, 30*, 83-90.

Barlow, J., Powell, L., ve Gilchrist, M. (2006). The influence of the training and support programme on the self-efficacy and psychological well-being of parents of children with disabilities: A controlled trial. *Complementary therapies in clinical practice, 12*(1), 55-63.

Barnard K.E. (1994), Parent- child interaction model. A. Tomey (Ed.) In nursing theorists and their içinde (406-422. ss.), St. Louis: Mosby.

Başal, H. (2010). *Okul öncesi eğitimde uygulanan farklı modeller.* Bursa: Dora Yayıncılık.

Bekman, S. (1998). *Eşit fırsat: aile çocuk eğitim programının değerlendirilmesi*. İstanbul: Anne Çocuk Eğitim Vakfı Yayınları.

Bekman, S. ve Topaç, B. (2000). III. OVÇEP İSTANBUL PİLOT PROJESİ DEĞERLENDİRME ARAŞTIRMASI. https://www.acev.org/wp-content/uploads/2017/11/ovcep_istanbul_pilot_projesi_degerlendirme_arastirmasi.pdf adresinden 03/02/2021 tarihinde erişildi.

Bekman, S. ve Atmaca Koçak, A. (2009). *Beş ülkeden anneler anlatıyor anne çocuk eğitim programı*. İstanbul: Anne Çocuk Eğitim Vakfı Yayınları.

Benasich, A. A. ve Brooks- Gunn, J. (1996). Maternal attitudes and knowledge of child- rearing: Associations with family and hild outcomes. *Child development*, *67*(3), 1186-1205.

Bertalanffy, I. Von (1968). *General systems theory: foundation, development, and application.* Newyork: Braziller.

Bilgin, N. (2006). *Sosyal bilimlerde içerik analizi: Teknikler ve örnek çalışmalar.* Ankara: Siyasal Kitabevi.

Bloomfield, L. ve Kendall, S. (2012). Parenting self-efficacy, parenting stress and child behaviour before and after a parenting programme. *Primary Health Care Research & Development*, *13*(4), 364-372.

Bornstein, M. H. (2001). Parenting: science and practice. *Parenting*, *1*(1-2), 1-4.

Bornstein, M. H., ve Cote, L. R. (2003). Cultural and parenting cognitions in acculturating cultures: 2. patterns of prediction and structural coherence. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, *34*(3), 350-373.

Boyce, L. K., Seedall, R. B., Innocenti, M. S., Roggman, L. A., Cook, G. A., Hagman, A. M. ve Jump Norman, V. K. (2017). Influence of a parent–child interaction focused bookmaking approach on maternal parenting self-efficacy. *Infants & Young Children*, *30*(1), 76-93.

Bulut I. (1990). *Aile değerlendirme ölçeği el kitabı.* Ankara: Özgüzeliş Matbaası.

Butler, J., ve Kern, M. L. (2016). The PERMA-Profiler: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*, *6*(3).

Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni SPSS uygulamaları ve yorum*. Ankara: Pegem.

Caprara, G., Pastorelli, C., Regalia C., Scabini, E. ve Bandura A. (2005). Impact of adolescents filial self-efficacy on quality of family functioning and satisfaction. *Journal of Research on Adolescence, 15* (1), 71-97.

Castro, D. C., Bryant, D. M., Peisner-Feinberg, E. S., ve Skinner, M. L. (2004). Parent involvement in Head Start programs: The role of parent, teacher and classroom characteristics. *Early Childhood Research Quarterly*, *19*(3), 413-430.

Cheng, S. H. (2004). *Factors that influence the effectiveness of a parenting program for Asians and Pacific Islanders.* Doctoral thesis. USA: The University of Utah.

Coleman, P. K., ve Karraker, K. H. (2003). Maternal self- efficacy beliefs, competence in parenting, and toddlers' behavior and developmental status. *Infant Mental Health Journal: Official Publication of The World Association for Infant Mental Health*, *24*(2), 126-148.

Cope, T. (2014). Positive psychotherapy: Let the truth be told. *International Journal of Psychotherapy*, *18*(2), 62-71.

Creswell, J. W. ve Plano Clark, V. L. (2007). *Designing and conducting mixed methods research*. London: Sage.

Çağdaş, A. (2003). *Anne-baba-çocuk iletişimi*. Konya: Eğitim Kitabevi Yayınları.

Çiftçi, M. (2020). *Özel yetenekli çocukların anne – babalarına yönelik geliştirilen psiko – eğitim programının akılcı olmayan inançlar, psikolojik sağlamlık ve ebeveyn stresi üzerindeki etkisi*. Doktora Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi.

DesJardin, J. L. (2006). Family empowerment: Supporting language development in young children who are deaf or hard of hearing. *The Volta Review*, *106*(3), 275.

Demir, E. (2016). *Oyun temelli baba bebek etkileşim programının baba ve bebek davranışları üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Doktora tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi.

Demir, S. ve Gündüz, B. (2014). Ebeveyn yetkinlik ölçeği' nin uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Üniversitesi Dergisi, 11*(25), 309-322.

Demirel, Ö. (1992). Türkiye'de program geliştirme uygulamaları. *H. Ü. Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7, 27-43.

Demirel, Ö. (2006). *Eğitimde program geliştirme: kuramdan uygulamaya.* Ankara: PegemA Yayıncılık.

Demircioğlu, H. (2012). *Altı yaşında çocuğu olan annelere uygulanan aile eğitim programının aile işlevleri ve anne baba tutumları ile çocuğun gelişimi üzerindeki etkisinin incelenmesi.* Doktora tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi.

Duruhan, K. ve Şad, N. (2008). Active raising versus traditional raising for child's behavioral development in turkish families. *Aile ve Toplum, 4*(13), 85 – 96.

Egan, G. (1994). *Psikolojik danışmaya giriş.* (Çev. F. Akkoyun). Ankara: Form Ofset.

Elibol, F. (2007). *12-36 aylar arasında çocukları olan annelere verilen grup eğitiminin annelerin anne-babalık görevlerinde öz yeterliliklerine yönelik katkısının incelenmesi.* Yayınlanmış doktora tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.

Erden, M. (1998). *Eğitimde program değerlendirme.* Ankara: Anı Yayıncılık.

Ersoy, Ö. A., Kurtulmuş, Z., ve Tekin, N. Ç. (2014). Aile çocuk eğitim programının annelerin çocuk yetiştirme tutumlarına ve ev ortamını düzenlenmelerine etkisinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, *22*(3), 1077-1090.

Eryılmaz, A. (2010). Using of Positive Psychotheraphy Narratives at School. *International Journal of Educational and Pedagogical Sciences*, *4*(7), 1555-1557.

Eryılmaz, A. (2011). Pozitif psikoterapi ve gelişimsel rehberlik bağlamında ergenler için bütçe yönetme konusunda sınıf rehberliği programı. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, *1*(1), 1-17.

Eryılmaz, A. (2012). Pozitif psikoterapi bağlamında geliştirilen ergenler için amaçları genişletme grup rehberliği programının etkililiğinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim, 37*(164):3-19.

Eryılmaz, A. (2015). Pozitif grup psikoterapisinin etkililiğinin incelenmesi: bir ön çalışma. *Kesit Akademi Dergisi*,*1*(2):13-24.

Eryılmaz, A. (2017). Pozitif psikoterapiler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, *9*(3), 346-362.

Fer, S. (2019). *Eğitimde program geliştirme kuramsal temellere bakış.* Ankara: Pegem Akademi.

Fredrickson, B. L. (2013). Positive emotions broaden and build. *In Advances in Experimental Social Psychology* , 47, 1-53.

Frisch, M. B. (1998). Quality of life therapy and assessment in health care. *Clinical psychology: Science and practice*, *5*(1), 19-40.

Frisch, M. B. (2013). Evidence-based well-being/positive psychology assessment and intervention with quality of life therapy and coaching and the Quality of Life Inventory (QOLI). *Social Indicators Research*, *114*(2), 193-227.

Gardner, F., Burton, J., ve Klimes, I. (2006). Randomised controlled trial of a parenting intervention in the voluntary sector for reducing child conduct problems: outcomes and mechanisms of change. *Journal Of Child Psychology And Psychiatry*, *47*(11), 1123- 1132.

Gardner, F., ve Leijten, P. (2017). Incredible Years parenting interventions: Current effectiveness research and future directions. *Current Opinion In Psychology*, 15, 99-104.

Gezgin, N. (2009). Gezici anaokulu projesi'nin ilköğretim düzeyine etkisi. *Education Sciences*, *4*(2), 620-631.

Gladding, S. T. (2011*). Aile terapisi: Tarihi, kuram ve uygulamaları.* (Çev. İ. Keklik, İ. Yıldırım). Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınları.

Greenberger, E., ve Goldberg, W. A. (1989). Work, parenting, and the socialization of children. *Developmental Psychology*, *25*(1), 22.

Greeno, C.G. (2002). Major alternatives to the classic experimental design. *Family Process, 41*(4), 733-736.

Gross, D., Fogg, L., Webster-Stratton, C., Garvey, C., Julion, W., ve Grady, J. (2003). Parent training of toddlers in day care in low-income urban communities. *Journal Of Consulting And Clinical Psychology, 71*(2), 261-278.

Grusec, J. E. ve Davidov, M. (2007). Socialization in the family: The role of parents. J. E. Grusec ve P. D. Hastings, (Ed.), Handbook of socialization içinde (284-308. ss.). New York: Guilford.

Gordon, T. (1993). *Etkili öğretmenlik eğitimi.* (Çev. E. Aksoy, B. Özkan). İstanbul Yapa Yayınları.

Gökçe, O. (2006). *İçerik analizi: Kuramsal ve pratik bilgiler.* Ankara: Siyasal Kitabevi.

Göksoy, S. (2018). Eğitimde etkililiğinin artırılabilmesi için sistem modelinin okul ve öğrenme ortamına uyarlanabilirliği. *Uluslararası Liderlik Eğitimi Dergisi*, *3*(3), 1-15.

Güneysu, S. (2005). OKUL ÖNCESİ EĞİTİMDE KALİTE: ÜNİVERSİTELERİN ROLÜ TOPLANTI RAPORU. https://www.acev.org/wp content/uploads/2017/11/okul_oncesi_egitimde_kalite_universitelerin_rolu_t oplantisi.pdf adresinden 04/02/2021 tarihinde erişildi.

Hassall, R., Rose, J., ve McDonald, J. (2005). Parenting stress in mothers of children with an intellectual disability: The effects of parental cognitions in relation to child characteristics and family support. *Journal of Intellectual Disability Research, 49*(6), 405-418

Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü, (2014a). *0-3 yaş aile eğitimi programı*. Ankara: MEB Yayınları

Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü, (2014b). *3-6 yaş aile eğitimi programı*. Ankara: MEB Yayınları

Henrichs, C. (2012). Psychodynamic positive psychotherapy emphasizes the impact of culture in the time of globalization. *Psychology*, *3*(12), 1148-1152.

Ireland, J. L., Sanders, M. R., & Markie-Dodds, C. (2003). The impact of parent training on marital functioning: A comparison of two group versions of the Triple P-Positive Parenting Program for parents of children with early-onset conduct problems. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, *31*(2), 127-142.

Işık, E. (2020). *Bilinçli farkındalık aile eğitim programının ebeveynlerin bilinçli farkındalıkları, yetkinlik algıları ve iletişim düzeyleri ile çocukların davranış sorunları üzerindeki etkisinin incelenmesi.* Doktora Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.

Johnston, C., & Mash, E. J. (1989). A measure of parenting satisfaction and efficacy. *Journal Of Clinical Child Psychology, 18*(2), 167-175.

Kağıtçıbaşı, Ç., Bekman, S. ve Sunar, D. (1993). *Başarı ailede başlar.* İstanbul: Yapa Yayınları

Kalaycı, Ş. (2014). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri*. İstanbul: Asil Yayınevi.

Karabulut Demir, E. Ve Şendil, G. (2008). Ebeveyn tutum ölçeği (ETÖ). *Türk Psikoloji Yazıları, 11* (21), 15-25.

Karip, E., & Köksal, K. (1996). Etkili eğitim sistemlerinin geliştirilmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi, 6*(6), 245-257.

Kartal, H. (2005). *Erken çocukluk eğitim programlarından anne-çocuk eğitim programı'nın 6 yaş grubundaki çocukların bilişsel gelişimlerine etkisi.* Doktora Tezi. Bursa: Uludağ Üniversitesi.

Kaya, Ö. M. (2002). *Okulöncesi Eğitim kurumlarında uygulanan programlara ailelerin ilgi ve katılımları ile okulöncesi eğitim kurumlarının aile eğitimine katkısı konusunda anne – baba görüşleri.* Yüksek lisans tezi. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.

Kaymak Özmen, S. ve Özmen A. (2012). Anne baba stres ölçeğinin geliştirilmesi. *Milli Eğitim,* 196 20-35.

Kendall, S., Bloomfield, L., Appleton, J. ve Kitaoka, K. (2013). Efficacy of a group-based parenting program on stress and self- efficacy among Japanese mothers: A quasi- experimental study. *Nursing & health sciences, 15*(4), 454-460.

Kılınç, F. E. (2011). *Anne eğitim programı ile anne çocuk etkileşim programının 24-36 aylık çocukların bilişsel becerilerine ve annelerin çocuk yetiştirme*

davranışlarına etkisinin incelenmesi. Doktora Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi.

Kirch, W. (2008). *Encyclopedia of public health.* Dordrecht: Springer.

Krippendorf, K. (2003). *Content analysis: An introduction to its methodology.* California: SAGE Publications.

Korkut, F. (2005). Yetişkinlere yönelik iletişim becerileri eğitimi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, *28*(28), 143-149.

Kurt, A. ve Erdoğan, M. (2015). Program değerlendirme aşamalarının içerik analizi ve eğilimleri; 2004-2013 yılları arası. *Eğitim ve Bilim, 40*(178), 199-224.

Landy, S., ve Menna, R. (2006). An evaluation of a group intervention for parents with aggressive young children: Improvements in child functioning, maternal confidence, parenting knowledge and attitudes. *Early Child Development and Care*, *176*(6), 605-620.

Lerner, J. V., ve Galambos, N. L. (1985). Mother role satisfaction, mother–child interaction, and child temperament: A process model. *Developmental Psychology*, *21*(6), 1157– 1164.

Levinson, D. J. (1986). A conception of adult development. *American Psychologist*, *41*(1), 3-13.

Li, H. C. W., Chan, S. S., Mak, Y. W. ve Lam, T. H. (2013). Effectiveness of a parental training programme in enhancing the parent–child relationship and reducing harsh parenting practices and parental stress in preparing children for their transition to primary school: a randomised controlled trial. *BMC public health*, *13*(1), 1-12.

Lovett, N., ve Lovett, T. (2016). Wellbeing in education: Staff matter. *International Journal of Social Science and Humanity*, *6*(2), 107-112.

Löfgren, H. O., Petersen, S., Nilsson, K., Padyab, M., Ghazinour, M. ve Hägglöf, B. (2017). Effects of parent training programs on parental stress in a general Swedish population sample. *Psychology*, *8*(05), 700.

Magill-Evans, J., Harrison, M. J., Benzies, K., Gierl, M., ve Kimak, C. (2007). Effects of Parenting Education on First-Time Fathers' Skills in Interactions with Their Infants. *Fathering: A Journal of Theory, Research & Practice about Men as Fathers*, *5*(1).

Miles, M. B. ve Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook.* Thousand Oaks:Sage.

Miller, A. (1996). *Yetenekli çocuğun dramı.* İstanbul: Profil.

Miller, I. W., Ryan, C. E., Keitner, G. I., Bishop, D. S., ve Epstein, N. B. (2000). The McMaster approach to families: Theory, assessment, treatment and research. *Journal of Family Therapy*, *22*(2), 168-189.

Montigny, F., ve Lacharité, C. (2005). Perceived parental efficacy: Concept analysis. *Journal of Advanced Nursing*, *49*(4), 387-396.

Mutlu, H. (2018). *Baba destek eğitim programının aile işlevleri üzerindeki etkisinin incelenmesi.* Yüksek lisans tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi.

Nelsen, J., Lott, L. ve Glenn, S. H. (2007). *Çocuk eğitiminde pozitif disiplin.* İstanbul: Yakamoz.

Olcay, O. (2008). *Bazı kişisel ve ailesel değişkenlere göre okulöncesi dönemdeki çocukların sosyal yetenekleri ve problem davranışlarının analizi.* Yüksek lisans tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi

Öğretir Özçelik, A. D., ve Demiriz, S. (2009). Anne ev ziyareti eğitim programının annelerin tutumlarına ve empatik eğilimlerine etkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, *42*(1), 421-433.

Özçelik, D. A. (1998). *Eğitim programları ve öğretim (genel öğretim yöntemi).* Ankara: ÖSYM Yayınları

Özdemir, S. M. (2009). Eğitimde program değerlendirme ve Türkiye'de eğitim programlarını değerlendirme çalışmalarının incelenmesi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, *6*(2), 126-149.

Özel, E. (2014) *5-7 yaş çocuğa sahip ebeveynlere verilen anne baba eğitimlerinin aile çocuk ilişkisine etkisi (Malatya ili örneği).* Yüksek lisans tezi. Malatya: İnönü Üniversitesi

Özgündüz, Ö. (2015). *Baba katılımı eğitim programının baba katılımına ve okul öncesi çocukların sosyal becerilerine etkisinin incelenmesi.* Yüksek lisans tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi.

Peseschkian, N. (1986). Doğu Hikayeleri ile Psikoterapi. (Çev. H. Fışıloğlu). İstanbul: Beyaz

Peseschkian, N. (2009). Three pillars of positive psychotherapy: about depression in different cultures. *Int J Psychother, 13*(2), 11-17.

Peseschkian, N. (2015). Pozitif Psikoterapiye Giriş Kuram ve Uygulama (Çev. T. Sarı). Ankara: Anı Yayıncılık.

Peseschkian, N., ve Tritt, K. (1998). Positive psychotherapy effectiveness study and quality assurance. *The European Journal Of Psychotherapy, Counselling & Health*, *1*(1), 93-104.

Perry- Jenkins, M., Repetti, R. L., ve Crouter, A. C. (2000). Work and family in the 1990s. *Journal Of Marriage and Family*, *62*(4), 981-998.

Rashid, T. (2009). Positive interventions in clinical practice. *Journal of Clinical Psychology*, *65*(5), 461-466.

Sağlam, M., ve Yüksel, İ. (2007). Program değerlendirmede meta-analiz ve meta-değerlendirme. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (18). 175-188.

Sahillioğlu, D. (2016). *0-12 yaş çocukların istismar ve ihmalini önlemeye yönelik anne baba eğitim programı önerisi.* Doktora tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.

Sanders, M. R. (2008). Triple P-Positive Parenting Program as a public health approach to strengthening parenting. *Journal Of Family Psychology*, *22*(4), 506.

Sanders, M., Calam, R., Durand, M., Liversidge, T., ve Carmont, S. A. (2008). Does self- directed and web- based support for parents enhance the effects of viewing a reality television series based on the Triple P–Positive Parenting Programme?. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *49*(9), 924-932.

Sarı, T. (2015). Pozitif Psikoterapi: Gelişimi, temel ilke ve yöntemleri ve Türk kültürüne uygulanabilirliği. *The Journal of Happiness & Well- Being*, *3* (2), 182- 203.

Sears, W. ve Sears, M. (2001). *The attachment parenting book: A commonsense guide to understanding and nurturing your baby*. UK: Hachette.

Seligman, M. (2002). Positive psychology, positive prevention and positive therapy. C.R. Snyder Lopez (Ed.), Handbook of Positive Psychology içinde (3-9 ss.). Oxford: Oxford University Press.

Seligman, M. (2018). PERMA and the building blocks of well-being. *The Journal of Positive Psychology*, *13*(4), 333-335.

Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., ve Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60, 410-421.

Spilker, B. (1990). *Quality of life assessments in clinical trials*. New York: Rawen Press.

Sungur, N. (1992) *Yaratıcı düşünce.* İstanbul: Özgür Yayın Dağıtım.

Şeker, E. (2013). *Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlere yönelik olarak düzenlenen aile eğitimi etkinliklerinin değerlendirilmesi.* Yüksek lisans tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi

Şölen, Y. (2020). *4-6 yaş arası çocuğu olan babaların ebeveyn tutumları ve yaşam boyu öğrenmelerinin baba eğitim programına katılım durumuna göre incelenmesi.* Yüksek lisans tezi. Kocaeli: Kocaeli Üniversitesi.

Ünal, F. (2003) *Empatik iletişim eğitiminin okulöncesi çocuğu olan annelerin empatik beceri düzeylerine etkisi.* Doktora tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi.

Wagner, M., Spiker, D. ve Linn, M. (2002). The effectiveness of the Parents as Teachers program with low-income parents and children. *Topics in Early Childhood Special Education, 22* (2), 67-81.

Weber, C. L., ve Stanley, L. (2012). Educating parents of gifted children: Designing effective workshops for changing parent perceptions. *Gifted Child Today, 35*(2), 128-136.

Webster-Stratton, C., ve Reid, M. J. (2003). The IY parents, teachers, and children training series. A. Kazdin ve J. Weisz (Ed.), Evidence-based psychotherapies for children and adolescents içinde (224–240 ss.). New York: The Guilford Press.

Tashakkori, A. ve Teddlie, C. (2003). *Handbook of mixed method in social and behavioral research.* London: Sage.

Tavşancıl, E., Aslan, A. E. (2001). *Sözel, yazılı ve diğer materyaller için içerik analizi ve uygulama örnekleri* (1.Baskı). İstanbul: Epsilon Yayıncılık.

Temel, F., (2005). Okul öncesi eğitimde yeni yaklaşımlar. *Bilim ve Aklın Aydınlığında Eğitim Dergisi,* 62, 70.

Tezel Şahin, F, ve Cevher Kalburan, F . (2009). Aile eğitim programları ve etkililiği: dünyada neler uygulanıyor?. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 25* (25), 1-12.

Tönbül, Ö. (2019). Aile eğitim programının annelerin çocuk yetiştirme tutumlarına etkisinin incelenmesi. *Okul Psikolojik Danışmanlığı Dergisi, 2*(1), 46 – 72.

Tuzcuoğlu, N. (2003). *Anne baba olmanın altın kuralları, Bir aile olmak*. İstanbul: Morpa Yayınları

Üstündağ, A., Şenol, F. B. ve Mağden, D. (2015). Ebeveynlerin çocuk istismarına yönelik bilgi düzeylerinin belirlenmesi ve bilinçlendirilmesi. *Hacettepe University Faculty of Health Sciences Journal. 1,* 212 – 227.

Yavuzer, H. (1996). *Anne – baba ve çocuk: ailede çocuk eğitimi*. Ankara: Remzi.

Yavuzer, H. (1999). *Çocuk psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yazgan İnanç, B. ve Yerlikaya, E. E. (2012). *Kişilik kuramları.* Ankara: Pegem

Yıldız, S. A. (2006). Ebeveynin sorun çözme becerisini geliştirmeye yönelik deneysel bir çalışma. *M.Ü. Atatürk Eğitim Bilimleri Dergisi*. 24, 231-244.

Yılmaz Bolat, E. (2011). *Anne baba eğitiminin beş–altı yaş çocuğa sahip anne babaların çocuk yetiştirme tutum ve davranışlarına etkisinin incelenmesi.* Doktora tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi.

Yılmaz, H., Ülker, M., ve Yılmaz, A. S. (2018). Kadınlarda ebeveynlik rollerine ilişkin kendilik algısının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi, 7*(2), 415-431.

Yılmaz, Y. (2019). *Okul temelli cinsel istismardan korunma psiko – eğitim programının öğrenciler, öğretmenler ve ebeveynlerin bilgi düzeyine etkisi.* Doktora tezi. Adana: Çukurova Üniversites

EKLER

EK – 1: Kişisel Bilgi Formu

1.	**Yaşınızı belirtiniz.**	
2.	**Cinsiyetinizi belirtiniz.**	
3.	**Eğitim durumunuz nedir? Belirtiniz.**	
4.	**Medeni durumunuz nedir? Belirtiniz.**	
5.	**Mesleğiniz nedir? Belirtiniz.**	
7.	**Kaç çocuğunuz var? Belirtiniz.**	
8.	**Çocuğunuz/çocuklarınızın yaşı nedir? Belirtiniz.**	

EK - 2: Program Değerlendirme Anketi

Bu anket formu Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nde yürütülmekte olan ***"Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programının Etkililiğinin İncelenmesi"*** başlıklı yüksek lisans tez çalışması için yapılmaktadır. Sizlerden edinilecek bilgiler tamamen bilimsel amaçlı kullanılacaktır. Katkılarınız bizim için önemlidir. Şimdiden değerli katkılarınızdan dolayı teşekkür ederiz**.**

Dr. Öğr. Üyesi Elif Bengi Ünsal Özberk
Trakya Üniversitesi

Eda Zenginal
Trakya Üniversitesi

NO	**Lütfen her maddeyi okuduğunuz andaki bilgi dağarcığınız çerçevesinde cevaplayınız.**	**Kesinlikle Katılmıyorum**	**Katılmıyorum**	**Kararsızım**	**Katılıyorum**	**Kesinlikle Katılıyorum**
1	Çocuğumla bağ kurmanın önemini bilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
2	Pozitif psikoterapinin sağlık kavramına yaklaşımı hakkında bilgi sahibiyim.	( )	( )	( )	( )	( )
3	Çocuğumla sürekli bağ kurmanın onu şımartacağını düşünürüm.	( )	( )	( )	( )	( )
4	Çocuğuma yönelttiğim otomatik davranışların farkındayım.	( )	( )	( )	( )	( )
5	Çocuğumu iyileştiren ihtiyaçlar hakkında bilgim var.	( )	( )	( )	( )	( )
6	Çocuğumun ihtiyaçlarına zamanında cevap verebilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
7	Davranış – Duygu - İhtiyaç arasındaki bağlantıyı bilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
8	Ödülün zararlı olmadığını düşünürüm.	( )	( )	( )	( )	( )
9	Ceza yönteminin zararlarını bilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
10	Ödül ve ceza yöntemleri yerine kullanılabilecek yöntemleri biliyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
11	Pozitif psikoterapi denge modeli hakkında bilgi sahibiyim.	( )	( )	( )	( )	( )
12	Kendi ihtiyaçlarımın farkındayım.	( )	( )	( )	( )	( )
13	Yeterince iyi ebeveynlik kavramını açıklayabilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
14	Çocuğumun coşkun zamanlarındaki ihtiyaçlarının farkına varırım.	( )	( )	( )	( )	( )
15	Ebeveynlik yaparken kendi ebeveynlerimden getirdiğim davranışları fark edebiliyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
16	Bağ kurma sürecine beynin çalışma prensibinin etkisini bilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
17	Denge modelinde kendi kaçınma alanımın farkındayım.	( )	( )	( )	( )	( )
18	Birincil annelik tasası kavramını açıklayabilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
19	Sahte kendilik ve gerçek kendilik ayırımını yapabilirim.	( )	( )	( )	( )	( )

EK – 3: Program Sonu Değerlendirme Formu

1. Program, beklentilerinizi karşıladı mı?

2. Programdan aklınızda kalan 3 kavram nedir? Belirtiniz.

3. Program sonunda yaşamınızda, çocuğunuzla ilişkinizde ne gibi değişimler oldu?

4. Programın süresini yeterli buldunuz mu?

5. Programla ilgili görüş ve önerileriniz nelerdir?

EK – 4: Etik Kurul Onayı

Evrak Tarih Sayısı: 19.01.2021-7276

T.C.
TRAKYA ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu Başkanlığı

Sayı : E-29563864-050.04.04-7276
Konu : Kararlar

Sayın Dr. Öğr. Üyesi Elif Bengi ÜNSAL ÖZBERK

Danışmanlığını yaptığınız, Trakya Üniversitesi Temel Eğitim Anabilim Dalı Okul Öncesi Eğitimi Yüksek Lisans öğrencisi Eda ZENGİNAL'ın araştırması ile ilgili yapmış olduğunuz başvuru Trakya Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'nun 13.01.2021 tarihli toplantısında alınan 01/05 numaralı kararı ile uygun görülmüştür.

Gereğini bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Ayhan GENÇLER
Başkan

Ek:Etik Kurul Kararı

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu :*BENNKUEY6* Pin Kodu :61622 Belge Takip Adresi : https://ebys.trakya.edu.tr/enVision/Validate_Doc.aspx?

Adres : Trakya Üniversitesi Rektörlüğü Balkan Yerleşkesi 22030 Edirne
Telefon : 2842234004 Faks : 2842234203
e-Posta:ozelkalem@trakya.edu.tr Web:http://www.trakya.edu.tr/
Kep Adresi : trakyauni@hs01.kep.tr

Bilgi için : Serkan ÖÇAL
Unvanı : Sekreter

EK – 5: Eğitim Programı Başvuru Formu

Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programı, ebeveynlerin çocukları ile aralarındaki bağın kuvvetlenmesi, iş birliği ve kabul düzeylerini arttırmalarına yardımcı olmak amacıyla oluşturulmuş bağ odaklı ebeveynlik uygulamalarını temel alan bir eğitim programıdır. Trakya üniversitesi Okul Öncesi Eğitimi Tezli Yüksek Lisans Programı dahilinde etkililiği sınanacak olan bu program, 2 saatlik 4 oturumdan oluşmaktadır. Eğitim programı bilimsel bir araştırma kapsamında gerçekleştirildiği için başında ve sonunda çeşitli ölçekleri doldurmanız beklenecektir. Oturum içeriklerinde, çocuğunuzla bağ kurma, duyguları anlama ve ifade edebilme, çocuğunuzla iş birliği kurma ve kendinizle bağ kurma konuları konuşulacaktır. Eğitim programına katılım ücretsizdir. Başvuru formunu doldurduğunuzda size iletişim adreslerinizden tarihler ve kesin kayıt için dönüş sağlanacaktır.

1. Adınız – Soyadınız.

…….

2. Yaşınızı belirtiniz.

…….

3. Cinsiyetinizi belirtiniz.

…….

4. Medeni durumunuzu belirtiniz.

…….

5. Kaç tane çocuğunuz var?

( ) 0
( ) 1
( ) 2
( ) 3
( ) 4
( ) 5+

6. Çocuğunuzun/çocuklarınızın yaşlarını belirtiniz.

…….

7. Mesleğiniz nedir?

Çalışmıyorum.
Diğer …….

8. En son mezun olduğunuz okulu seçiniz.

( ) İlkokul
( ) Ortaokul
( ) Lise
( ) Önlisans
( ) Lisans
( ) Yükseklisans
( ) Doktora

9. Daha önce psikolojik destek aldınız mı?

( ) Evet
( ) Hayır

10. Daha önce çocuğunuz psikolojik destek aldı mı?

( ) Evet
( ) Hayır

11. Çocuğunuzun bedensel/zihinsel/ruhsal/duygusal alanda özel gereksinimi var mı? Beliritiniz.

…….

12. Telefon numaranız yazınız.

…….

13. E-mailinizi yazınız.

…….

EK – 6: Bilgilendirilmiş Onam Formu

Bu formun amacı katılmanız rica edilen araştırma ile ilgili olarak sizi bilgilendirmek ve katılmanız ile ilgili izin almaktır.

Bu kapsamda "Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programının Etkililiğinin İncelenmesi" başlıklı araştırma "Eda Zenginal" tarafından **gönüllü katılımcılarla** yürütülmektedir. Araştırma sırasında sizden alınacak bilgiler gizli tutulacak ve sadece araştırma amaçlı kullanılacaktır. Araştırma sürecinde konu ile ilgili her türlü soru ve görüşleriniz için aşağıda iletişim bilgisi bulunan araştırmacıyla görüşebilirsiniz. Bu araştırmaya **katılmama** hakkınız bulunmaktadır. Aynı zamanda çalışmaya katıldıktan sonra çalışmadan **çıkabilirsiniz.** Bu formu onaylamanız**, araştırmaya katılım için onam verdiğiniz** anlamına gelecektir.

Araştırmayla İlgili Bilgiler:

Çalışmanın Başlığı: Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programının Etkililiğinin İncelenmesi

Araştırmacı: Bu araştırma Trakya Üniversitesi Okul Öncesi Eğitimi Yüksek Lisans Programı kapsamında Dr. Öğr. Üyesi Elif Bengi Ünsal Özberk danışmanlığında Psikolojik Danışman Eda Zenginal tarafından yürütülmektedir.

Çalışmanın Amacı: Bu çalışmanın amacı araştırmacılar tarafından hazırlanan Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programının katılımcıların ebeveyn yetkinlikleri, anne-baba stresleri ve anne baba tutumları üzerindeki etkililiğini sınamaktır. Bu eğitim programı ile ebeveynlerin çocukları ile aralarındaki bağın kuvvetlenmesi, çocukları ile aralarındaki empati, iş birliği ve kabul düzeylerini arttırmalarına yardımcı olmak hedeflenmektedir.

Çalışma Yöntemi: Siz değerli katılımcılardan eğitim süreci başlamadan önce kendinizle, çocuğunuzla ve ilişkinizle ilgili birtakım soruları yanıtlamanız istenecektir. Araştırmanın sağlıklı bir şekilde ilerlemesi için size gönderilen soruların eksiksiz olarak doldurulması gerekmektedir. Eğitim programı 2 saatlik 4 oturumdan oluşmaktadır. Program süreci online platform (Zoom) üzerinden yürütülecektir. Program içeriğinde, çocuğunuzla bağ kurmayı, çocuğunuzun duygularını anlamayı

ve ifade edebilmeyi, çocuğunuz ile işbirliği kurabilmeyi içeren ebeveyn becerilerinin öğretimi gerçekleştirilecektir. Eğitim programı süreç bağlamında interaktif bir sistemde yürütülecektir. Katılımcılardan oturumlar boyunca kameralarını açık tutmaları istenecek, paylaşımlar sırasında gönüllülüğüne dikkat edilecektir. Eğitim süreci tamamlandıktan sonra katılımcılardan tekrar kendisi, çocuğu ve eğitim programı ile ilgili birtakım soruları yanıtlaması istenecektir. Araştırmanın sağlıklı bir şekilde ilerlemesi için size gönderilen soruların eksiksiz olarak doldurulması gerekmektedir.

Eğitim programı sürecinin sağlıklı işlemesi adına, katılımcılar aksi belirtilmediği sürece, eğitim portalı (Zoom) içindeki doküman, sayfa, grafik, tasarım unsuru ve diğer unsurları kopyalamamayı, başka yere taşımamayı, alıntı yapmamayı, internet üzerinde veya her ne şekilde olursa olsun yayınlamamayı, paylaşmamayı ve kullanmamayı, katılımının uygun teknik altyapısını sağlamayı ve zamanında hazır olmayı, etkileşimli eğitim süresince kamerasını açık tutmayı taahhüt eder.

Olası Riskler: Bu çalışmaya katılmak sizin ya da çocuğunuzun açısından anlamlı bir risk oluşturmamaktadır.

Çalışmanın Yararları: Bu programın olası faydaları, güçlü bir ebeveyn-çocuk ilişkisi oluşturmak, ebeveynin kendi çocukluk yaşantıları ile bağ kurmasına olanak sağlamak, ebeveynlik becerilerini geliştirmek, ebeveynliğe dair yaşanan stresi azaltmak ve çocukta görülen istenmeyen davranışlara müdahale edebilmeyi öğretmektir. Aynı zamanda çocukları ile benzer deneyimleri yaşayan diğer ebeveynlerle
paylaşımda bulunma yaşantısı sağlamaktadır.

Soru, İstek ve Öneriler İçin İletişim Adresleri: Eda Zenginal

Çalışmaya Katılım Onayı:

Katılmam beklenen çalışmanın amacını, nedenini, katılmam gereken süreyi ve yeri ile ilgili bilgileri okudum ve gönüllü olarak çalışma süresince üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma ile ilgili ayrıntılı açıklamalar sözlü olarak araştırmacı tarafından yapıldı. Bu çalışma ile ilgili faydalar ve riskler ile ilgili bilgilendirildim.

Bu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcının (Islak imzası ile)

Adı-Soyadı:
İmzası:

Araştırmacının

Adı-Soyadı:
İmzası:

EK – 7: Katılım Belgesi Örneği



EK – 8: Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programı İçeriği

POZİTİF PSİKOTERAPİ TEMELLİ 0-6 YAŞ AİLE EĞİTİM PROGRAMI

1. OTURUM: ÇOCUĞUNUZLA BAĞ KURMA

Oturum Amacı

Bu oturumun amacı Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile Eğitim Programını ve amaçlarını tanımasını ve ebeveynlerin çocukları ile bağ kurmalarının önemini kavramalarını sağlamaktır.

Kazanımlar

Programın genel amacını bilir.

Gruba ilişkin genel kuralları anlar.

Programın işleyişine ilişkin süreçleri öğrenir.

Programın ailelerden beklentilerini bilir.

Programın ailelere sağlayacağı yararları açıklar.

Pozitif psikoterapi temelli 0-6 yaş anne baba eğitim programının işlevini anlar.

Çocukla bağ kurarak ilişkinin önemini anlar.

Süre

120 dakika

Materyal

Çocuğunuzla Bağ Kurma Sunusu

Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile eğitim Programı Etkinlik Ajandası (Sayfa 1- 8)

İçerik

- Tanışma etkinliği
- …….: Grup İlkeleri Listesi
- Beklenti ve amaç oluşturma: Buradayım Çünkü? Etkinliği
- …….: Kendimizle Bağ Kurma Etkinliği
- Anlatım: ……
- Anlatım: ……
- Oturumun özetlenmesi
- …….: “Duyguları ifade etmede ben ve ebeveynim”

2. OTURUM: DUYGULARI ANLAMA VE İFADE EDEBİLME

Oturum Amacı:

Bu oturumun amacı ebeveynlerin çocuklarının ihtiyaçları, duygularını anlaması, tanıması ve sağlıklı iletişim temelinde ifade edebilmesini sağlamaktır.

Kazanımlar:

Davranış, ihtiyaç ve duygu bağlantısını ilişkilendirir.

Çocuğuna yönelik geliştirdiği otomatik davranışları fark eder.

Çocuğunun ihtiyaçlarını bilir.

Duyguların ifade edilme biçimini öğrenir.

Süre

120 dakika

Materyal

Duyguları Anlama ve İfade Edebilme Sunusu

Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile eğitim Programı Etkinlik Ajandası (Sayfa 9- 17)

İçerik

- Önceki oturumun özeti
- Isınma etkinliği: ……
- Anlatım: ……
- ……: “Çocuğum Beni Çileden Çıkarıyor.” Etkinliği
- ……: Çocuğun ihtiyaçları
- Duygusal ihtiyaçların farkına varma: ……
- Çocuğun ihtiyaçlarının karşılanmış halini fark etme: ……
- Anlatım: ……
- Oturumun özetlenmesi
- Oturum dışı etkinlik: ……

3. OTURUM: ÇOCUĞUNUZLA İŞ BİRLİĞİ KURMA

Oturumun Amacı:

Bu oturum ile ebeveynlerin çocuk yetiştirme ve olumsuz davranışlarla baş etme konusunda ceza ve ödülün zararlarını fark etmelerini sağlamak ve ebeveynlere çocukla iş birliği kurabilmek için kullanılacak güvenli bağ kurma aktivitelerini öğretmek amaçlanmaktadır.

Kazanımlar:

Ödülün zararlarını kavrar.

Cezanın zararlarını kavrar.

Ödül ve ceza yerine kullanılabilecek yöntemleri öğrenir.

Çocuğuyla iş birliği kurar.

Çocuk ile bağlantı kurabilecek aktiviteleri bilir.

Süre

120 dakika

Materyal

Çocuğunuzla İş birliği Kurma Sunusu

Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile eğitim Programı Etkinlik Ajandası (Sayfa 18- 24)

Yöntem ve Teknik

İçerik

- Önceki oturumun özeti
- ……: Güç etkinliği
- Anlatım: ……
- ……: Ebeveynin alet çantası
- Oturumun özetlenmesi
- Oturum dışı etkinlik: ……

4. OTURUM: KENDİNLE BAĞ KURMA

Oturum Amacı:

Bu oturumun amacı ebeveynlerin kendi ihtiyaçlarını fark etmeleri, kendi ihtiyaçlarını karşılamaları veya karşılamamaları durumunun çocukları ile

ilişkilerine etkisini anlamaları ve yeterince iyi anneliği kavramalarını sağlamaktır.

Kazanımlar:

Pozitif psikoterapide denge modeli kapsamında kendi ihtiyaçlarının farkına varır.

Denge modelinde kaçınma alanlarını kavrar.

Aile alt sistemleri teorisini bilir.

Yeterince iyi annelik kavramını açıklar.

Süre

120 dakika

Materyal

Kendinizle Bağ Kurma Sunusu

Pozitif Psikoterapi Temelli 0-6 Yaş Aile eğitim Programı Etkinlik Ajandası (Sayfa 25- 32)

İçerik

- Önceki oturumun özeti
- ……: Kendi denge modelimi buluyorum etkinliği
- Anlatım: ……
- ……: Yardım isteme
- Sonlandırma Etkinliği: Eğitimin İzi
- Gruptan Pozitif Duygularla Ayrılma: ……