

Ebeveyn Öz-Yeterliliği Üzerine Bir Derleme: Müdahale Programlarına Yönelik Bir Bakış

Gizem Sarısoy Aksüt¹

Sarısoy Aksüt, G. (2022). Ebeveyn öz-yeterliliği üzerine bir derleme: Müdahale programlarına yönelik bir bakış. *Nesne*, 10(26), 620-636. DOI: 10.7816/nesne-10-26-06

Anahtar kelimeler
Öz-yeterlilik, ebeveyn
öz-yeterliliği,
psikolojik iyi-oluş,
sosyal destek

Keywords
Self-efficacy, parental
self-efficacy,
psychological well-
being, social support

Öz

Bir bebeğin doğumu mutluluk verici ve heyecanlı bir deneyimken aynı zamanda birçok büyük değişimi ve yoğun stresi de beraberinde getirmektedir. Literatürde ebeveynlerin bu süreçte nasıl adapte oldukları, ebeveynliğe dair nasıl bilgi ve beceri edindikleri, bu süreçteki adaptasyonlarını hangi faktörlerin yordadığı konusunda birçok çalışma bulunmaktadır. Teti ve Gelfand (1991) öz-yeterliliğin ebeveynlik bağlamında incelemesini yapmış ve Bandura'nın Sosyal Öğrenme Kuramından yola çıkarak "ebeveyn öz-yeterliliği" kavramını oluşturmuştur. Ebeveyn öz-yeterlilik algısı kişinin ebeveyn rolünde ne kadar başarılı ve becerikli olduğuna dair inancı olarak tanımlanmaktadır. Ebeveyn öz-yeterlilik algısı yüksek olan bir ebeveynin görevlerini yerine getirirken kendine güvenmesi, bebeğin ihtiyaçlarını zamanında ve uygun şekilde karşılaması, zorluklarla karşılaşınca uygun çözüm yollarını aramak için çaba sarfetmesi beklenmektedir. Yapılan çalışmalar ebeveyn öz-yeterlilik algısının ebeveynlik biçimleri, annenin doğum sonrası depresyon ve stres düzeyleri, bebeğin sağlığı, gelişimi, uyumu, bağlanması ve mizacı, ebeveynlerin algıladığı sosyal destek gibi değişkenlerle ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu çalışmada ebeveyn öz-yeterlilik kavramı geçmiş çalışmalar ve ülkemizdeki çalışmalar ışığında derlenmiştir. Ebeveyn öz-yeterliliğin geliştirilmesine yönelik müdahale programları ve ülkemizdeki durum tartışılmıştır.

A Review of Parental Self-Efficacy: Intervention Based Approach Abstract

Having a baby is a source of happiness and excitement but at the same time it might be related to intense stress and a great deal of change in many aspects of life. In the literature, studies focus on how parents adapt to this process, how they acquire knowledge and skill about parenting, and which factors predict adaptation during this process. Teti and Gelfand (1991) investigated self-efficacy in terms of parenting and developed the concept of "parental self-efficacy" based on Bandura's Social Learning Theory. Parental self-efficacy is defined as the caregiver's beliefs about how successful and competent they are in the role of parenting. A parent with a greater sense of parental self-efficacy is expected to be more confident about his/her abilities of parenting, respond the needs of his/her baby appropriately and in time, and make an effort to seek appropriate solutions when faced with difficulties. Previous studies found significant relationships between parental self-efficacy and parenting practices, postpartum depression, stress levels of mothers', health, development, attachment and temperament of the baby and perceived social support of parents'. In this review, the concept of parental self-efficacy was reviewed in the light of previous studies. Intervention programs intended to develop parental self-efficacy and the practices in Turkey was discussed.

Makale Bilgisi
Geliş tarihi: 28 Mayıs 2022
Düzeltilme tarihi: 9 Eylül 2022
Kabul tarihi: 18 Kasım 2022

DOI: 10.7816/nesne-10-26-06

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Antalya Bilim Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, sarisoygizem(at)gmail.com, ORCID: 0000-0002-2936-9421

Birçok kişi anne baba olma deneyimini oldukça doyurucu, heyecanlı ve mutluluk verici bir deneyim olarak tanımlamaktadır. Bununla birlikte ebeveynlik uyku, hayat tarzı, kimlik, ilişki, sosyal hayat, iş hayatı gibi birçok alanda büyük değişikliklerin meydana geldiği ve yeni sorumlulukların üstlenildiği uzun süreli bir sosyal roldür. Bu rol dünyaya gelen yeni bireyi korumayı, onun ihtiyaçlarını gidermeyi, fiziksel ve psikolojik olarak onu kucaklayabilmeyi, ona gereken bakımı vermeyi ve bu yeni bireyin bilişsel, duygusal ve sosyal gelişimini desteklemeyi gerektirmektedir. Anne baba adayları henüz bebek dünyaya gelmeden kendilerini bu role hazırlamaya başlamaktadır. Rutin doktor kontrollerine gidilmesi, bebeğe isim düşünülmesi, kıyafet ve bakım ihtiyaçlarının önceden hazırlanması ile aileye yeni bir bireyin katılacağı fikri yavaş yavaş somut bir gerçekliğe dönüşmektedir. Bebek anne karnında gelişirken, dışarıda da anne baba olma fikri ile gelişen ve o role kendini yavaş yavaş hazırlayan ebeveynler olduğunu söylenebilir. Anne baba olduktan sonra ebeveynlerin hayat biçimleri büyük oranda değişime uğramaktadır. Hayatın fiziksel, sosyal ve psikolojik olarak bir çok alanında adaptasyon gerektiren bir yaşam deneyimi olan bebek sahibi olmak yoğun stresi ve ilişki problemlerini de çoğunlukla beraberinde getirmektedir (Perren ve ark., 2005; Theiss ve ark., 2013).

Ebeveynliğe geçiş sürecinin araştırmaların konusu olması sosyolog LeMasters'in (1957) çalışması ile hız kazanmıştır. LeMasters (1957) ilk çocuğun dünyaya gelişinden sonraki ilk bir yılda ailelerin %83'ünün evlilik ve aile hayatında orta veya şiddetli ölçekte bir kriz yaşadığını belirtmiştir. Bu çalışmadan sonra farklı araştırmalarda bu tez çürütülmek istense de 1980 ve sonrasındaki çalışmalar hamilelikten çocuğun hayatının ilk yıllarına kadar çiftleri takip ederek boylamsal olarak ilerlemiş ve çocuğun doğumundan sonra hem bireysel sistemde hem de çift sisteminde olumsuz değişimler olduğu raporlanmıştır (Worthington ve Buston, 1987). Toplumun büyük bir kesimini etkileyen ebeveynliğe sağlıklı geçiş konusunun bireylerin psikolojik sağlığı, aile sisteminin sağlıklı işlemesi ve topluma yeni katılan bebeğin sağlıklı ve elverişli bir ortamda büyüüp gelişebilmesi için oldukça büyük bir öneme sahip olduğu düşünülmektedir. Ebeveynliğe geçiş sürecinde ebeveyn öz-yeterliği önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Ebeveyn öz-yeterlik algısı kişinin ebeveyn rolünde ne kadar başarılı ve becerikli olduğuna dair inancı olarak tanımlanmaktadır (Teti ve Gelfand, 1991). Dünyaya geldiğinde fiziksel, bilişsel ve sosyal olarak kısıtlı becerilere sahip olan bebek hayatını sürdürebilmek ve dünyayı anlamlandırabilmek için bakım verene bağımlıdır. Bakım verenler aynı zamanda bebeğin dünyayla ilk temas kurduğu kişilerdir. Bu temas kurulan kişilerin kendilerinden ve becerilerinden ne kadar emin oldukları, bebekle nasıl bir iletişim kurdukları, bebeğin ihtiyaçları karşısında neler yaptıkları, zorluklarla nasıl baş ettikleri bebekte dünyaya dair bir çerçeve oluşturmaktadır. Ebeveynin bakım verme becerilerine olan inancı verdiği bakımın kalitesiyle ve çocuğun uyumu ile de ilişkili bulunmaktadır (Jones ve Prinz, 2005). Paralel şekilde literatürdeki çalışmalar uygun ebeveynlik davranışlarının çocuğun gelişimini de olumlu yönde etkilediğini göstermektedir (Coleman, 1998; Jackson ve Scheines, 2005). Hem ebeveynin psikolojik sağlığına etkisi hem de bebeğin sağlığına etkisi düşünüldüğünde ebeveyn öz-yeterliğini anlamaya ve geliştirmeye dair çalışmaların önemli olduğu düşünülmektedir. Buradan yola çıkarak bu makalede amaçlanan ebeveynliğe geçiş sürecinde ebeveyn psikolojik sağlığı ve bebek sağlığının ebeveyn öz-yeterliğinden nasıl etkilendiğine dair bir derleme sunarak ebeveyn öz-yeterliğini geliştirmeye dair yapılabilecek müdahale çalışmalarının önem ve gerekliliğine vurgu yapmaktır.

Makalede öncelikle ebeveyn öz-yeterliği kavramının türetildiği Bandura'nın (1977, 1982) öz-yeterlik kavramı ele alınacaktır. Sonrasında ebeveyn öz-yeterliğinin tanımı ve önemi, anne ve bebek sağlığındaki rolü ve ilişkili olduğu değişkenlerden bahsedilecektir. Son olarak dünyada yaygın olarak

kullanılan müdahale programlarından örnekler ve Türkiye’deki durum tartışılarak ileride yapılabilecek araştırmalar için önerilerden bahsedilecektir.

Bandura’nın Öz-Yeterlik Kavramı

Öz-yeterlik (self-efficacy) kavramı ilk olarak 1977’de sosyal öğrenme kuramının bir parçası olarak Albert Bandura tarafından ortaya atılmıştır. Öz-yeterlik kişinin belirli bir iş veya görevi başarılı bir şekilde yerine getirebilmesi için gerekli adımları atabileceğine ve buna dair becerisine olan inancı anlamına gelmektedir (Bandura, 1977). Sosyal Öğrenme Kuramına göre öz-yeterlik inancı kişinin belirli bir durumda aksiyon alıp almayacağına, başarı için ne kadar çaba ortaya koyacağına, engellere ve istenmeyen deneyimlere rağmen bir görev üzerine çalışmaya ne kadar devam edeceğine etki etmektedir (Bandura, 1995). Bandura zorluklarla karşılaşma durumunda kişi kendinden şüphe duymaya başlıyorsa çabalarını azaltma veya tümünden vazgeçme eğiliminde olacağını fakat öz-yeterliği yüksek biriye zorlukların üstesinden gelmek için daha çok çaba sarf edeceğini belirtmektedir. Başka bir deyişle eğer kişi bir işin kendi başa çıkma becerilerini aşacağını düşünüyorsa o işten kaçınma, bir işi başarabileceğine inanıyorsa çaba gösterme eğiliminde olmaktadır (Bandura, 1977). Bandura kuramında bir iş üzerinde sabır ve sebat göstermenin de o işin yüksek performansla sonuçlanma olasılığını arttıracaklarını ifade etmektedir (Bandura ve Schunk, 1981).

Bandura’nın öz-yeterlik kuramına göre bir işi yapmak için yeterli bilgi ve beceri düzeyine sahip olunması ile öz-yeterliğin yüksek olması farklı şeylerdir. Kişinin öz-yeterlik algısının yüksek olduğu durumlarda kişi bilgi ve becerisini birleştirebilmektedir. Bununla birlikte eğer kişinin öz-yeterlik algısı düşükse kişi bilgi olarak bir durumun üstesinden gelebilecek donanıma sahip olsa bile kendinden şüphe duyduğu için davranışı sergilemekte başarısız olabilmektedir (Bandura, 1986). Bunu köpekten korkan birinin koşmak ve kaçmak için bacakları olduğu halde korkudan donakalmasına benzetebiliriz. Köpekten korkan bir kişinin yeterli donanımı yani bacakları ve koşabilme becerisi vardır. Bununla birlikte korkusu koşmasına engel olmaktadır. Paralel şekilde öz-yeterliği düşük olan bir birey de yeterli bilgi ve beceriye sahip olsa bile bunları kullanmak konusunda başarısız olabilir.

Sosyal Öğrenme Kuramına göre algılanan öz-yeterlik kişisel, davranışsal ve çevresel faktörlerin birbiri ile etkileşimi ve birbirine etkisi ile oluşmaktadır. Bu bağlamda öz-yeterliğin sabit bir değişken olmadığı, çevresel (ör: görev türü), davranışsal (ör: performans, çalışma süresi) ve kişisel faktörlere (ör: motivasyon) göre değişebilen bir yapıda olduğu söylenebilir (Bandura, 2012). Son olarak, Bandura (1997) öz-yeterliğin üç boyutundan bahsetmektedir. Bunlardan ilki kişinin görevi başarmanın ne kadar zor olacağına dair öngörüleridir (magnitude). Eğer kişi en başından görevin çok zor olduğunu düşünüyorsa öz-yeterlik algısının ve sergilediği çabanın da daha az olması beklenmektedir. Örneğin, bebeğini sakinleştirmenin çok zor olduğunu ve bunu başaramayacağını düşünen bir ebeveyn çabalamaktan vazgeçebilir. Boyutlardan ikincisi güç (strength) boyutudur. Başka bir deyişle, kişinin bu görevi yerine getirmek için kendine ne kadar güvendiğidir. Örneğin, ikinci defa anne olmuş bireyler bu konudaki geçmiş deneyimlerine dayanarak bebeklerini sakinleştirmek konusunda kendilerine daha çok güvenebilirler. Son boyut da öz-yeterliğin genellenmesidir (generality of self-efficacy). Eğer kişi başarı ile sonuçlanan girişimlerini diğer durumlara da genelleyebiliyorsa algılanan öz-yeterliğinin de yüksek olması beklenmektedir. Örneğin, anne bebeğini sakinleştirmekte başarılı olduğu durumları “ben bebeğimi sakinleştirmekte iyiyimdir” şeklinde genelleyebiliyorsa algılanan ebeveyn öz-yeterliğinin yüksek olması beklenebilir.

Algılanan Ebeveyn Öz-Yeterliği

Teti ve Gelfand (1991) öz-yeterliğin ebeveynlik bağlamında incelemesini yapmış ve Bandura'nın Sosyal Öğrenme Kuramından yola çıkarak "ebeveyn öz-yeterliği" kavramını oluşturmuşlardır. Ebeveyn öz-yeterlik algısı kişinin ebeveyn rolünde ne kadar başarılı ve becerikli olduğuna dair inancı olarak tanımlanmaktadır. Bandura'nın (1997) kuramı ışığında düşünüldüğünde ebeveyn öz-yeterlik algısı yüksek bir ebeveynin, ebeveynlik görevlerini yerine getirirken kendine güvenmesi, bebeğin ihtiyaçlarını daha hızlı ve uygun karşılması, zorluklarla karşılaşınca uygun çözüm yollarını aramak için çaba sarf etmesi beklenebilir. Buradan yola çıkarak algılanan ebeveyn öz-yeterliğinin hem ebeveynin psikolojik iyi oluşu için hem de bebek bakımı ve bebeğin psikolojik ve fizyolojik ihtiyaçlarının giderilmesi için önemli bir faktör olduğu söylenebilir. Literatürdeki birçok çalışma algılanan ebeveyn öz-yeterliğinin ebeveyn davranışları, ebeveyn rolüne adaptasyon, ve çocuk bakımı ile ilişkisini göstermektedir (Albanese ve ark., 2019; Coleman ve Karraker, 1998; Jones ve Prinz, 2005; Teti ve Gelfand, 1991).

Geçmiş çalışmalar algılanan ebeveyn öz-yeterliğinin ebeveynlik biçimlerini yordadığını göstermektedir. Ebeveyn öz-yeterlik algısı yüksek olan anneler daha pozitif ebeveynlik yaklaşımları uygularken, ebeveyn öz-yeterlik algısı düşük annelerin daha katı ve cezalandırıcı ebeveynlik yaklaşımları uyguladığına dair bulgular vardır (Albanese ve ark., 2019; Donovan ve ark., 1990; Hamovitch ve ark., 2019). Örneğin, bebeğini sakinleştirebileceğine inanan bir anne bebeğini kucağına alıp sakince sallamay, ona ılık bir banyo yaptırmayı veya masaj yapmayı deneyebilir fakat kişinin ebeveyn öz-yeterlik algısı düşükse bebeğini sakinleştirebileceğine inanmaz ve daha katı (örn: bebeği beşiğinde ağlamaya bırakmak, cezalandırmak) yöntemlere yönelebilir. Buna ek olarak, ebeveyn öz-yeterliği yüksek olan bir annenin bebekten gelen sinyallere daha hassas olduğu, bu sinyalleri doğru okuyup uygun tepkiler vermeye daha eğilimli olduğu görülmüştür (Teti ve Candelaria, 2002).

Jones ve Prinz (2005, s.342) ebeveyn öz-yeterliğin sadece bir yordayıcı değişken değil aynı zamanda bir sonuç değişken ve aracı değişken de olabileceğini belirtmiştir. Haslam ve ark. (2006) yaptıkları boylamsal çalışmada sosyal destek ve doğum sonrası depresif belirtiler arasındaki ilişkide algılanan ebeveyn öz-yeterliğinin aracı etkisini incelemişlerdir. Sonuçlar yüksek düzeydeki aile desteğinin ve annenin algılanan ebeveyn öz-yeterliğinin daha düşük doğum sonrası depresyon puanları ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Buna ek olarak, aile desteğinin ebeveyn öz-yeterliğini artırarak düşük depresyon puanları ile ilişkilendiği görülmüştür. Başka bir çalışmada araştırmacılar yorgunluk ile ebeveyn sıcaklığı ve düşmancıl ebeveynlik (hostile parenting) arasındaki ilişkide algılanan ebeveyn öz-yeterliğin aracı rolünü incelemiştir. Çalışma sonuçlarına göre yüksek düzeyde yorgunluk daha düşük ebeveyn öz-yeterlik algısı ile daha düşük ebeveyn öz-yeterlik algısı da daha düşük ebeveyn sıcaklığı ve daha yüksek düşmancıl ebeveynlik puanları ile ilişkili bulunmuştur (Chau ve Giallo, 2015).

Bandura öz-yeterliğin sabit bir değişken olmadığına, çevresel, davranışsal ve kişisel faktörlere göre değişim gösterebildiğine vurgu yapmaktadır (Bandura, 2012). Ebeveyn özyeterlik algısının hamilelikte oluşmaya başlayıp doğumdan sonraki senelerde çeşitli faktörlerin etkileşimi ile değişime uğradığından bahsedilebilir. Benedetto ve Massimo'nun (2018) yürüttüğü bir çalışmada bebeğin doğumundan sonraki ilk ayla kıyaslandığında üçüncü ayda annenin ebeveyn öz-yeterlik algısında anlamlı bir düşüş olduğu bulunmuştur. Altıncı ay civarında ise annenin ebeveyn öz-yeterlik algısının ilk aydaki düzeyine geri geldiği raporlanmıştır. Annenin bebek bakımına dair bilgi ve deneyimi arttıkça kendini ebeveynlikte yeterli hissetme düzeyinin de artacağı düşünülse de bu çalışmaya dayanarak bu ilişkinin doğrusal olmadığı söylenebilir. Benzer şekilde Gross ve ark. (1994) algılanan ebeveyn öz-yeterliğinin süreç içerisindeki değişimini

çalışmışlardır. Çalışmada birinci örneklem çocuğu bir yaşını doldurmuş 126 anneden ikinci örneklem ise çocuğu iki yaşını doldurmuş 126 anneden oluşmuştur. Araştırmacılar yıl içerisinde katılımcılardan üç kez veri toplamıştır. Araştırma sonuçlarına göre algılanan ebeveyn öz-yeterliği çocuğu bir yaşında olan anneler için yıl içerisinde artarken iki yaşında çocuğa sahip anneler için sabit kalmıştır. Bu sonuö da özellikle doğumdan sonraki ilk bir yıl içerisinde ebeveyn öz-yeterliğin oldukça değişken olduğunu göstermektedir.

Ebeveyn Öz-Yeterliğinin Ebeveyn Psikolojik Sağlığı ile İlişkisi

İlk kez ebeveyn olmuş kişiler için daha önce deneyimlenmemiş bir role geçiş başlı başına stres kaynağı olabilmektedir. Bununla birlikte ilk kez ebeveyn olmak büyük bir tıbbi operasyon ve onun yarattığı stres ve iyileşme sürecini, önceden öngörülemeyen uykusuzluğu, ihtiyaçlarını dile getiremeyen bebeğin işaretlerini anlamaya çalışmayı içermektedir. Bu öncekinden tamamen farklı dünya hem anne hem de baba için çok yenidir. Bu görevi yerine getirmek konusunda beceri veya güven eksikliği olduğunda ise kişinin psikolojik sağlığının veya çift ilişkisinin olumsuz etkilenmesi mümkün olabilmektedir. Geçmiş çalışmalar annenin ebeveyn öz-yeterlik algısı ile depresif belirtilerinin ilişkili olduğunu göstermektedir. Annenin ebeveyn öz-yeterlik algısı ne kadar yüksekse depresif belirtileri ve stres düzeyleri o kadar düşük bulunmaktadır (Bolten ve ark., 2012; Gondoli ve Silverberg, 1997; Lavenda ve Kestler-Peleg, 2017; Law ve ark., 2019; Takacs ve ark., 2019; Teti ve Gelfand, 1991). Yapılan çalışmalar daha çok ebeveyn öz-yeterliğinin yordayıcı, psikolojik sağlık değişkenlerinin sonuç değişkeni olarak kullanıldığı çalışmalar gibi görünse de aslında birçok çalışma ebeveyn öz-yeterliğinin duygu durum ile çift yönlü ve ters yönde bir ilişkisi olduğunu göstermektedir (Kunseler ve ark., 2014; Takács ve ark., 2019). Yani ebeveyn öz-yeterliği düşük bir annenin bu öz-yeterlilik düzeyi depresif belirtileri yordayabileceği gibi depresif belirtileri olan bir annenin öz-yeterlilik algısının da daha olumsuz olabileceği söylenebilir (Gross, 1989).

Gross ve Marcussen (2017) doğum öncesi dönemden doğumdan sonraki 4.aya kadar takip ettikleri 150 ilk kez anne-baba olmuş ebeveynle yaptıkları çalışmada ebeveyn öz-yeterliğin doğum sonrası depresyon ile negatif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Depresyon düzeyleri yüksek olan annelerin depresyon düzeyleri düşük olan annelere kıyasla bebeğin ihtiyaçlarına daha az duyarlı, bebeğe karşı daha cezalandırıcı, olumsuz ve reddedici bir tutumda olduğu düşünüldüğünde ebeveyn öz-yeterliğin hem anne hem bebek sağlığı için önemli bir değişken olduğu söylenebilir (Cohn ve ark.,1986; Gelfand ve Teti, 1990). Düşük ebeveyn öz-yeterliliğinin doğum sonrası depresyon ve yüksek stres düzeyleri, çocuk sahibi olmakla ilgili genel tatminsizlik ve ebeveynlikten keyif almamakla ilişkili olduğu bulunmaktadır (Copeland ve Harbaugh, 2004; Cutrona ve Troutman, 1986; Donovan ve ark., 1990; Teti ve Gelfand, 1991; Teti ve ark., 1996).

Ebeveyn Öz-Yeterliğinin Bebek Sağlığı ile İlişkisi

Algılanan ebeveyn öz-yeterliğinin bebek ve çocuklarla ilişkili değişkenlerle nasıl bir ilişki gösterdiği de literatürdeki çalışmaların konusu olmuştur. Yürütülen birçok ampirik çalışmada annenin ebeveyn öz-yeterlik algısının çocuğun sağlığı, gelişimi ve uyumu için önemli bir değişken olabileceği gösterilmiştir (Anzman-Frasca ve ark., 2013; Badr Zahr, 2001; Takacs ve ark., 2019). Coleman ve Karraker (2003) annenin öz-yeterlik algısı arttıkça bebeğin bilişsel gelişim puanlarının ve anne ile ilişki kalitesini gösteren davranışlarının arttığını ortaya koymuştur. Bir diğer çalışmada Hsu ve Lavelli (2005) Amerikalı ve İtalyan anne-bebek çiftleri ile çalışmıştır. Anne bebek davranışlarının ölçümü sonucunda algılanan ebeveyn öz-yeterliğinin bebek ile daha hassas ve pozitif etkileşim kurma ile pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Katılımcıların anne-bebek çiftleri olduğu başka bir çalışmada ise annenin ebeveyn öz-yeterlik düzeylerinin 1 yaşındaki bebeklerin güvenli bağlanma puanlarını yordadığı bulunmuştur (Gartstein ve Iverson, 2014). Leerkes ve Crockenberg (2002)'in çalışmasında da annenin ebeveyn öz-yeterlik algısının bebeğin stres

düzeyi ile etkileşimi olduğu bulunmuştur. Laboratuarda bebeğe duygusal olarak zorlayıcı bir ortam yaratıldığında (sesli yeni bir oyuncaya maruz bırakma veya bebeği engelleme) annenin ebeveyn özyeterlik düzeyi bebeğe karşı duyarlılık düzeyini pozitif yönde yordamıştır. Tüm bu sonuçlar ebeveyn öz-yeterliğinin bebeğin gelişimi için daha güvenli ve tutarlı bir ortam sunmaya katkısına işaret etmektedir.

Ülkemizde de annenin ebeveyn öz-yeterliğinin bebek sağlığına etkisine dair çalışmalar bulunmaktadır. Türkiye’de yakın zamanda yapılmış randomize kontrollü bir deney çalışmasında hamileliğinin 33 ila 37. haftasında olan 71 kadın çalışmaya dahil edilmiştir. Bu katılımcılardan 35’ine web üzerinden bir grup eğitimi verilirken diğer 35 kişilik grup rutin doktor kontrollerine devam etmiştir. Veriler doğumdan sonraki ilk hafta, ilk ay, ikinci ay ve üçüncü ayda alınmıştır. Çalışma sonucuna göre eğitime katılmış olan grupta emzirme oranlarının, bebeğin kafa çevresi, kilosu gibi gelişim ve büyüme bulgularının ve algılanan ebeveyn öz-yeterlik puanlarının kontrol grubuna göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (Sari ve Altay, 2020). Ülkemizde yürütülmüş diğer bir çalışmada da 1 ila 3 yaşındaki çocukları olan annelerle ebeveyn öz-yeterliğinin çocukların psikiyatrik belirti düzeyleri ve psikososyal gelişimleri ile ilişkisi incelenmiştir. Çalışmanın bulguları annelerin ebeveyn öz-yeterlik düzeylerinin hem çocuğun psikiyatrik belirti düzeyini hem de psikososyal gelişimini anlamlı yordadığını göstermiştir (Aydoğdu ve ark., 2021).

Literatürde bebeklerle yapılan çalışmalar dışında daha büyük çocuklarla yapılan çalışmalarda da benzer ilişkiler bulunmaktadır. Örneğin Weaver ve ark. (2008) yürüttükleri çalışmada annelerin ebeveyn öz-yeterliğinin 2-8 yaş aralığında çocuklarının davranış problemleri ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Yine başka bir çalışmada okul çağı çocukları ile çalışılmış ve algılanan ebeveyn öz-yeterliğinin daha pozitif ebeveyn davranışları üzerinden okula daha iyi uyum sağlama ve akademik başarı ile ilişkisi ortaya konmuştur (Albanese ve ark., 2019; Phillipson ve McFarland, 2016). Benzer şekilde ülkemizde yapılan bir çalışmada annelerin ebeveyn öz-yeterlik algılarının çocukların beceri gelişimi (sosyal beceri, özbakım becerileri) ile pozitif yönde anlamlı olarak ilişkili olduğu bulunmuştur (Büyüktaşkapu, 2012). Aksoy ve Diken (2009) de betimsel bir yazın taraması ile annelerin öz-yeterlik düzeylerinin erken çocukluk dönemi gelişimi ile ilişkisi üzerine çalışmaları incelemiştir. Bu tarama sonuçlarına göre annelerin ebeveyn öz-yeterlik algısı ile çocukların bilişsel, sosyal ve dil gelişimleri arasında pozitif yönde ilişki olduğu vurgulanmıştır. Çalışmaların sonuçları yüksek ebeveyn öz-yeterlik algısının daha pozitif ebeveynlik davranışları ve çocukların fizyolojik, bilişsel ve duygusal gelişimleri ile ilişkisini göstermektedir.

Ebeveyn Öz-Yeterliği ve Mizaç İlişkisi

Bandura’ya (1977) göre görevin zorluğu ile öz-yeterlik arasında bir ilişki bulunmaktadır. Bu bağlamda Goldberg (1977) annenin ebeveyn öz-yeterlik algısının bebeğin mizacı ile ilişkili olduğunu belirtmiştir. Yeni anne olmuş kişi bebeğini yatıştırma ve rahatlatma çabalarında ne kadar başarılı olursa, yani çabalarının karşılığını ne kadar sık ve hızlı alırsa anneliğe dair öz-yeterliğinin de o oranda artması beklenebilir. Goldberg (1977) tahmin edilebilir, ihtiyaçlarını karşıya iletebilen ve kolay yatışan bir bebeğin annesinin ebeveyn öz-yeterlik algısının zor yatışan, ihtiyaçlarını okumanın güç olduğu ve huzursuz bir bebeğin annesine göre daha yüksek olmasının beklendiğini ifade etmiştir. Literatürdeki araştırmalarda da Goldberg’in varsayımını destekler bulgular elde edilmiştir (Cutrona ve Troutman, 1986; Donovan ve Leavitt, 1992; Gross ve ark., 1994; Solmeyer ve Feinberg, 2011; Teti ve Gelfand, 1991). Örneğin, Porter ve Hsu (2003) yaptıkları çalışmada doğumdan sonra 1. ve 3. ayda ölçüm almışlar ve ebeveyn öz-yeterliği ile bebeğin mizacı arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışmada kolay mizaçlı bebeklerin annelerinin, zor mizaçlı bebeklerin annelerine kıyasla temel bakım verme alanlarında becerilerini daha yeterli buldukları sonucuna ulaşılmıştır. Diğer bir önemli çalışmada ise Troutman ve ark. (2012) öncelikle gözlemci değerlendirmeleri ile iki bebek grubu oluşturmuştur. Huzursuz ve huzursuz olmayan olarak iki grupta

toplanan bebeklerin annelerinin öz-yeterlik algıları karşılaştırıldığında doğumdan sonraki 8. haftada huzursuz bebeklerin annelerinin huzursuz olmayan bebeklerin annelerine kıyasla algılanan ebeveyn öz-yeterlik puanlarının daha düşük olduğu raporlanmıştır. Çalışmada huzursuz bebek grubundaki annelerin öz-yeterlik puanlarının doğumdan sonraki 8. ve 16. hafta arasında artış gösterdiği bulunmuştur. İleri analizlerde huzursuz bebek grubundaki annelerin doğumdan sonraki 8. ve 16. hafta arasındaki ebeveyn öz-yeterlik algısındaki artışın huzursuz olmayan bebeklerin annelerine kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bandura'nın öz-yeterlik kuramı ışığında düşünüldüğünde yazarlar bu yükselişi zor bir işte başarılı bir şekilde uzmanlaşmanın öz-yeterliği arttıracığı şeklinde yorumlamıştır. Yatıştırması zor veya sık stres yaşayan bir bebeği yatıştırmakta bile başarılı olan annelerin zaten kolay yatışan bir bebeğin annesine göre bu konudaki öz-yeterlik artışının daha yüksek olması mümkün görünmektedir.

Araştırmalar bebeklerini mizaç olarak zor algılayan ebeveynlerin daha düşük ebeveyn öz-yeterlik puanlarına sahip olduğunu göstermektedir. Burada üzerinde durulan daha çok zor mizaçlı bir bebeğin ebeveynin çabalarına daha az karşılık vermesi ve ebeveynin becerilerine güvenmesini zorlaştırmasıdır. Bununla birlikte yapılan araştırmalar kesitsel olduğundan ilişkinin yönünün diğer türlü de olabileceği yani ebeveyn öz-yeterliğin de bebeğin mizaç olarak kolay mı zor mu algılandığına etki edebileceği ileri sürülmüştür (Jones ve Prinz, 2005). Ebeveyn öz-yeterlik algısı düşük olan bir annenin aslında dış bir gözlemcinin zor olarak sınıflandırmayacağı bir bebeği zor ve huzursuz bir bebek olarak algılaması mümkün görünmektedir. Bu varsayımı test etmek için Verhage ve ark. (2013) ilk kez anne olmuş 616 kadınla boylamsal bir çalışma yürütmüştür. Hamileliğin son üç ayından bebekler 1 yaşına gelene kadar araştırma takibi sürdürülmüştür. Katılımcılara hamileliklerinin 32. haftasında, doğumdan sonra 3. ayda ve doğumdan sonra 12. ayda ebeveyn öz-yeterlik ve depresif belirti ölçekleri uygulanmıştır. Bebek doğduktan sonraki ölçümlere bebek mizaç ölçeği de eklenmiştir. Yapılan analizlerde bebeğin mizaç özelliklerinin annenin öz-yeterliğini yordayan bir öncül değişken olmadığı eş zamanlı olarak düşük ebeveyn öz-yeterlik puanları ile ilişkili olabileceği bulunmuştur. Araştırmacılar bu çalışmanın sonuçlarına dayanarak bebek mizacının kısmen ebeveynin algısı ile belirleniyor olabileceğini belirtmiştir. Bununla birlikte ilişkinin yönünün ebeveynin çocuğa doğru değil çocuktan ebeveynine doğru olduğunu destekleyen çalışmalar da vardır (Takacs ve ark., 2019).

Ebeveyn Öz-Yeterliğinin Sosyal Destek ile İlişkisi

Önceki bölümde bahsedildiği gibi Bandura'nın (1977) kuramına göre görevin zorluğu ile öz-yeterlik arasında bir ilişki bulunmaktadır. Bandura (1977) ayrıca öz-yeterliğin oluşumunda göreve dair kişiye verilen olumlu geribildirimlerle kişiyi sözel olarak desteklemenin etkisinden de bahsetmektedir. Bu bağlamda sosyal desteğin hem zor bir görevi kolaylaştırma, hem zor bir görevde kişiye pozitif geri bildirim yoluyla destek olma şeklinde algılanan ebeveyn öz-yeterliğine etkisi olabileceği düşünülebilir.

Bebek bakımı bağlamında sosyal destek çeşitli şekillerde sunulabilir. Bebek bakımına dair önceki tecrübeler veya okunanlara dayanan bilgi desteği ve öneriler, ebeveynin yaptıklarına ve çabalarına verilen pozitif geribildirim ve yüreklendirmeler, bebek bakımında rol alma, bebeğe bakım verme durumunda olan annenin ihtiyaçlarına duyarlı olma, bebek bakımı dışındaki ev işlerini bölüşme sosyal destek örnekleri olarak verilebilir. Sosyal destek sistemi geniş ve iyi olan bir ebeveynin hem ebeveynliğe geçişinin daha kolay olması hem de algılanan ebeveyn öz-yeterliğinin yüksek olması beklenebilir. Örneğin, yeni anne olmuş bir kişiye yakın çevresinden “Bebeğini ne kadar güzel sakınleştirdin”, “Kısa sürede ne kadar çok beceri geliştirmişsin/öğrenmişsin”, “Bu işte çok iyi gidiyorsun” gibi yüreklendirmeler yapılması annenin ebeveyn öz-yeterlik düzeyini arttırabilir. Yapılan çalışmalarda da destek sistemi zayıf olan ve evliliklerinde mutsuz olan annelerin, daha yeterli bir evlilik ve sosyal destek ağında olan annelere kıyasla ebeveyn öz-yeterlik

algılarının daha düşük olduğu ve bebeklerinin ihtiyaçlarına daha az cevap verdikleri bulunmuştur (Cox ve ark., 1989; Cutrona ve Troutman, 1986; Hann, 1989). Benzer şekilde başka bir çalışmada da aile üyeleri veya arkadaşlarından daha çok destek alan annelerin ebeveynliğe geçişe daha iyi adaptasyon sağladıkları ve algılanan ebeveyn öz-yeterlik puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Mihelic ve ark., 2016). Singapurda yürütülen bir başka çalışmada Shorey ve ark. (2014) yenidoğan bakımına dair annelerin ebeveyn öz-yeterlik algısının sosyal destek ile pozitif yönde ilişkili olduğunu bulmuştur. Diğer bir çalışmada ilk kez anne olmuş kadınların algıladığı sosyal destek, ebeveyn öz-yeterliliği ve doğum sonrası depresyon değişkenleri incelenmiştir. Bu çalışmanın bulgularına göre doğumdan 6 hafta sonrasında sosyal desteğin doğum sonrası depresyon puanları ile ters yönde anlamlı, algılanan ebeveyn öz-yeterlik puanları ile ise pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu ortaya konmuştur (Leahy-Warren ve ark., 2012). Diğer bir deyişle ilk kez doğum yapmış annelerin çevreden algıladığı sosyal destek arttıkça doğum sonrasında yaşadıkları depresyon azalmakta ve öz-yeterlik düzeyleri ise artmaktadır.

Yakın zamanda ülkemizde yapılmış bir tez çalışmasında da ebeveyn öz-yeterliliğine dair hamileliğin son üç ayında olan annelerden ilk ölçüm alınmış ve doğumdan sonraki 4. ayda tekrar ölçüm yapılmıştır. Çalışma sonucunda hamilelikte özellikle aileden alınan sosyal desteğin doğum sonrası ebeveyn öz-yeterliliğini yordayıcı etkisi olduğu görülmüştür (Sorgun, 2021).

Müdahale Çalışmaları ve Gelecekteki Çalışmalar için Öneriler

Kalabalık ailelerle yaşamdan çekirdek ailelere geçişin olduğu köy, mahalle hayatından şehir hayatına geçildiği günümüzde nesillerarası bebek bakım bilgi ve pratiklerinin aktarımı da zorlaşmaktadır. Günümüzde nasıl ölüm eskiden olduğu gibi hayatın bir parçası olmaktan uzaklaşıyorsa doğum ve bebek bakımı da hayatın akışında gözlemlenerek öğrenilen doğal bir süreç olmaktan uzaklaşmaktadır (Freeman, 2005, s.8). Eskiden bebek bakımını geniş aile içerisinde birinci elden gözlemleyen, küçük yaşlardan itibaren bu sürece katkıda bulunup rol alan bireyler yetişirken bugünlerde bebek bezinin nasıl değiştirileceğini, bebeğin nasıl sakinleştirileceğini yakından gözlemlene şansı olmadan bebek sahibi olan ebeveynler görülmektedir. Yine kentleşme ile gelen yaşam şartlarındaki değişiklik yeni ebeveynleri geniş aileden gelebilecek sosyal destek imkanlarından uzaklaştırmaktadır. Tüm bu dış etkenlerdeki değişim çekirdek ailenin bebek sağlığı için önemini daha da arttırmaktadır. Bu bağlamda hem annenin hem babanın ebeveynliğe geçişte yeterli bilgi ve donanıma sahip olmasının, kendilerini bu sürece hazırlayabilmelerinin, doğum öncesinden itibaren psikolojik, maddi ve sosyal kaynaklarını planlayabilmelerinin önem taşıdığı düşünülmektedir.

Ebeveynliğe geçişin daha kolay olabilmesi için doğuma hazırlık, emzirme, bebek bakımı ve psikolojik sağlık eğitimlerinin önemli olduğu görülmektedir. Bununla birlikte Coleman ve Karraker (1998) sadece bebek bakımına dair bilgi kazandırmayı hedefleyen geleneksel eğitimlerin tek başına yeterli olmayabileceğini belirtmektedir. Coleman ve Karraker (1998) annenin ebeveynlikte kendisini yeterli hissedebilmesi için bazı önkoşullardan bahsetmiştir. Bunlardan ilki annenin bebek bakımına dair bilgiye sahip olmasıdır (Ör. Bebeğin huzursuzluk sinyallerinin neler olduğu, nasıl sakinleşeceği vb.). İkinci olarak anne sahip olduğu bilgiyi uygulayabileceğine dair kendine güven duymalıdır. Yani bu konuda öz-yeterlik algısı yüksek olmalıdır. Üçüncü olarak, anne bu çabalarına bebeğin bir cevap vereceğine inanmalıdır. Son olarak da annenin çevresindeki sistemde (aile üyeleri, arkadaşları vb.) bu çabaları desteklenmelidir. Tüm bu önkoşullar sağlandığında annenin ebeveynliğe dair öz-yeterliliğinin yüksek olmasının beklenebileceği belirtilmektedir.

Geçmiş çalışmalar ışığında yeni anne baba olmuş bireylerin ebeveynlik becerilerine ve bunları sergileyebileceklerine güvenmesinin yani ebeveyn öz-yeterlik algısının yüksek olmasının ebeveynlerin bireysel sağlığı, bebeğin sağlığı, aile sisteminin işleyişi ve de geniş perspektiften bakıldığında topluma sağlıklı bireyler yetişmesi bağlamında oldukça önemli olduğu söylenebilir. Buna ek olarak, öz-yeterlik çevresel, davranışsal ve kişisel faktörlere göre değişebilen bir yapıda olması ve var olan bilginin davranışa dökülme aşamasında sahip olduğu aracı rol ile son dönem ebeveynlik eğitimlerinde geliştirilmesi hedeflenen bir alan olarak karşımıza çıkmaktadır (Wittkowski ve ark., 2016).

Ebeveynlik eğitimlerinde dünyada kullanılan modellere bakıldığında en sık karşılaşılan eğitim programları “Mükemmel Yıllar” (Incredible Years), “Chicago Aile Programı” (The Chicago Parent Program), Triple- P Pozitif Ebeveynlik Programı (Triple P – Positive Parenting Program) ve “Dare to be You” programlarıdır. Ailelere verilen bu programlar çocukların yaş aralıkları ve eğitim materyalleri bakımından farklılaşmakla birlikte ailelere hem grup olarak bilgi desteği vermeyi, hem de öz-yeterliklerini arttırmayı hedeflemektedir. Bu programların hem ebeveynlerin becerilerini hem de ebeveyn öz-yeterliğini arttırdığını gösteren boylamsal müdahale çalışmaları bulunmaktadır (Adamson ve ark, 2013; Gross ve ark., 1995; Gross ve ark., 2003; Joachim ve ark., 2010; Morawska ve ark., 2014; Tucker ve ark., 1998).

Ülkemizde yapılan çalışmalar “gebe okulu”, “ebeveyn eğitimi”, “doğuma hazırlık kursu” isimleriyle açılan eğitimlerin olumlu sonuçlarına işaret etmektedir. Sari ve Altay’ın (2020) randomize kontrollü çalışmasında da görüldüğü gibi eğitim alan grubun eğitim almayan gruba göre ebeveyn öz-yeterlik puanları anlamlı olarak daha yüksektir. Benzer şekilde, Öztürk ve Erci (2016) kontrol gruplu bir müdahale çalışması yürütmüşlerdir. Örneklemde kontrol grubunda ve deney grubunda 55’er anne yer almıştır. Deney grubunda eğitim verilen annelerin özgüven puanlarının eğitim almayan kontrol grubuna göre anlamlı olarak arttığı görülmüştür. Bu tür eğitimler ülkemizde daha çok özel hastaneler veya özel kurum ve kuruluşlar tarafından düzenlenmektedir. Bebek bakımı, gebelik ve emzirmeye dair pratik bilgiler sağlaması bakımından bu eğitimler oldukça faydalı olmakla birlikte bu eğitimlerin ebeveynleri karşılaşacakları psikolojik zorluklarla tanıştırmakta ve çözümler sunmakta yeterli olup olmadığı tartışma konusudur. Eğitim veren hastanelerin ve kurumların eğitim içeriklerine bakıldığında genellikle annenin hamilelikteki ağrılarının azaltılması için egzersizler, doğum türleri, gebelikte beslenme, bebek beslenmesi, emzirme, bebeğin yıkanması, bebek için uygun fiziksel koşullar gibi konu başlıklarına rastlanmaktadır. Bu konu başlıklarının genellikle bebeğin bakımına dair bilgi geliştirmeye dayanan geleneksel yöntemler olduğu dikkat çekmektedir. Yapılan internet taramasında ülkemizde ebeveynlerin psikolojik hazırlığını ve ebeveyn öz-yeterliğini hedef alan yaygın eğitim ve müdahalelere rastlanmamıştır. Daha önce de bahsedildiği gibi Bandura (1986) öz-yeterliği yüksek kişilerin sahip oldukları bilgi ve beceriyi birleştirebildiğini başka bir deyişle bilgiyi uygulamaya dökebileceklerini belirtmektedir. Grysec ve ark. (1994) düşük ebeveyn öz-yeterliğine sahip ailelerin sahip oldukları bilgiyi kullanmakta başarısız olduklarını belirtmiştir. Ebeveynliğe geçiş aşamasında verilen eğitimlere dair yaygın görüş sadece bilgi ve beceri odaklı geleneksel müdahalelerin tek başına yeterli olamayabileceği yönündedir (Coleman ve Karraker, 1998). Ülkemizde verilen eğitimlere de ebeveyn öz-yeterliğini geliştirmeye dair müdahalelerin ve ebeveynliğe geçişte nelerin değişeceği, anne ve babaların bu süreçte sosyal ve psikolojik kaynaklarını nasıl kullanmaları gerektiği, ilişkilerinde onları nasıl bir değişiklik beklediği, bebekle ilgili zor durumlarda eşlerin birbirine nasıl destek olabileceği gibi onları psikolojik süreçlere hazırlayan bir içeriğin dahil edilmesinin hem ebeveynliğe geçiş sürecine hem de bireysel psikolojik iyi oluşa etki edebileceği düşünülebilir.

Diğer bir konu da ülkemizde bu tür eğitim ve takiplerin doğumdan önce yapıp doğumdan sonra aile sisteminin takip edilmemesi ve aileye destek sunulmamadır. Ebeveynliğe geçiş sürecinde doğumdan sonraki

süreçte beceri gelişimi üzerine uygulamalı olarak çalışmanın ve öz-yeterlik gelişimini desteklemek için grup eğitimleri verilmesinin faydalı olduğu görülmektedir. Nitekim dünyada yaygın olarak kullanılan ebeveynlik eğitimlerinde doğumdan hemen sonra eğitimlerin başladığı görülmektedir. Örneğin Carolyn Webster-Stratton'un "Incredible Years" programı 0-12 ay arası bebeği olanlar 1-3 yaş çocuğu olanlar, 3-6 yaş grubu ve 6-12 yaş grubu çocuğu olan ebeveynler şeklinde ayrılmaktadır. Ülkemizde de dünyadaki uygulamalara benzer şekilde doğuma hazırlık ve ebeveynlik eğitimlerinin iki ebeveynin de katılımını içeren yaygın, ücretsiz ve geniş içerikli bir uygulamaya dönüşmesinin bilgi ve beceri gelişimine ek olarak ebeveyn öz-yeterliğe de katkı sağlayacağı düşünülebilir. Yeni anne baba olmuş ebeveynlerin aldığı sosyal desteğin ve pozitif geribildirimlerin ebeveyn öz-yeterliğine katkısı göz önüne alındığında sadece çekirdek aile sisteminin değil, aileye destek veren geniş aile fertlerinin de bu dönemde nasıl bir destek sunabileceklerine dair bir psikoeğitim almalarının hem ebeveynliğe geçiş sürecine katkısı olacağı hem de ebeveyn öz-yeterlik algısını geliştireceği ön görülmektedir.

Bir diğer önemli konu da ebeveyn öz-yeterlik çalışmalarında babanın rolüdür. Kadınların çalışma hayatında aktif bir şekilde yer almasıyla ve erkeklerin çocuklarının hayatında ve bakımında daha çok rol almayı tercih etmesiyle eski alışkanlık ve davranışlar değişmekte ve babaların çocuk büyütmede aldıkları sorumluluk artış göstermektedir (Levtov ve ark., 2015, s.18). Bununla birlikte ebeveyn öz-yeterliğine dair literatürdeki çalışmaların neredeyse tamamı annenin ebeveyn öz-yeterliği üzerinedir. Ancak babanın çocuk bakımında rol almasının çocuğun gelişimi ile olumlu yönde ilişkili olduğunu ve baba katılımının davranış bozuklukları, suç davranışı, risk alma gibi faktörlerle ters yönde ilişkisini gösteren birçok çalışma bulunmaktadır (Flouri ve Buchanan, 2003; Harris ve ark., 1998; Kennedy ve ark., 2015; Kuzucu ve Özdemir, 2013; Lewis ve Lamb, 2003). Önceki çalışmalar incelendiğinde babanın ebeveyn öz-yeterliğine dair yapılmış olan az sayıda çalışmanın genellikle okul çağında çocuğu olan babalarla olduğu görülmektedir (Örn: Bi ve ark., 2019). Bu da aslında yenidoğan ve bebeğin bakımında annenin birincil bakımveren olduğu babanın ise daha sonradan bu denkleme dahil olduğu geçmiş uygulamaların literatürdeki bir yansımasıdır. Tremblay ve Pierce (2011) çalışmalarında babanın erken dönemde (3 aydan daha küçükken) bebek bakımına katılmasının ebeveyn öz-yeterliğinin gelişimine, baba rolünde annenin daha çok babaya destek olmasına ve bebeğin ilk yılında babanın daha aktif rol almasına katkı sağladığını bulmuştur. Diğer bir deyişle erken dönemden itibaren bebek bakımında aktif bir şekilde rol alan baba bebeğine bakabileceğine onun ihtiyaçlarını zamanında ve uygun şekilde karşılayabileceğine dair ebeveynlik becerilerine daha çok güven duymaktadır. Babalarla yürütülen çalışmalarda babanın ebeveynliğe katılım oranı ile ebeveyn öz-yeterliği arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulan başka çalışmalar da bulunmaktadır (Jacobs ve Kelley, 2006; Kwok ve ark., 2013; Trahan, 2018). Babanın katılımı arttıkça ebeveynlik becerilerinin arttığı, beceri arttıkça ebeveyn öz-yeterlik algısının arttığı söylenebilir. Ebeveynlik becerilerine güvenen bir babanın da çocuğun bakımında daha çok rol alması beklenebilir. Literatürdeki çalışmalar annenin ebeveyn öz-yeterliğinin önemini açıkça vurgularken babaların ebeveyn öz-yeterliğine dair çalışma sayısı oldukça azdır. Bu bağlamda babaların ebeveynliğe nasıl adapte oldukları, ebeveyn öz-yeterliklerini nasıl değerlendirdikleri, bebek bakımında ne kadar rol aldıkları, ebeveyn öz-yeterliklerinin bebek bakımına katılmalarına nasıl etki ettiği, babanın ebeveyn öz-yeterliğinin bebeğin psikolojik sağlık ve uyumunu nasıl etkilediği gibi konuların hem niteliksel hem niceliksel çalışmalarla araştırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Sonuç

Ebeveyn öz-yeterliği değişime açık doğası ve bilgiyi davranışa dökmeyi kolaylaştırıcı etkisiyle ebeveynliğe geçiş sürecinde verilen eğitimlerde müdahale edilmeye çalışılan bir hedef değişken haline

gelmiştir. Ebeveyn öz-yeterliğinin hem ebeveyn psikolojik sağlığına hem de bebek sağlığına etkisini gösteren birçok çalışma bulunmaktadır. Bu makalede ebeveynliğe geçiş sürecinde ebeveyn psikolojik sağlığı ve bebek sağlığının ebeveyn öz-yeterliğinden nasıl etkilendiğine dair bir derleme sunmak ve ülkemizde ebeveyn öz-yeterliğini geliştirmeye dair yapılabilecek yaygın müdahale çalışmalarının önem ve gerekliliğine vurgu yapmak amaçlanmıştır.

Öz-yeterlik kişinin belirli bir iş veya görevi başarılı bir şekilde yerine getirebilmesi için gerekli adımları atabileceğine ve buna dair becerisine olan inancı anlamına gelmektedir (Bandura, 1977). Teti ve Gelfand (1991) Bandura'nın Sosyal Öğrenme Kuramından yola çıkarak "ebeveyn öz-yeterliği" kavramını ortaya atmıştır. Ebeveyn öz-yeterlik algısı kişinin ebeveyn rolünde ne kadar başarılı ve becerikli olduğuna dair inancı olarak tanımlanmaktadır. Yapılan araştırmalar ebeveyn öz-yeterliğin hem depresyon, stres (Bolten ve ark., 2012, Lavenda ve Kestler-Peleg, 2017; Law ve ark., 2019; Takacs ve ark., 2019) ebeveynlikten duyulan tatminsizlik (Copeland ve Harbaugh, 2004; Cutrona ve Troutman, 1986) gibi ebeveyn psikolojik sağlığı ile ilgili değişkenlerle hem de psikiyatrik belirti düzeyi (Aydoğdu ve ark., 2021), bağlanma stili (Gartstein ve Iverson, 2014), stres düzeyi (Leerkes ve Crockenberg, 2002) gibi bebeğin psikolojik sağlığı ile ilgili değişkenlerle ilişkisini göstermektedir. Yapılan çalışmalarda ebeveynin algıladığı öz-yeterliliğin ebeveynlik biçimlerini pozitif anlamda etkilediği görülmektedir (Albanese ve ark., 2019; Donovan ve ark., 1990; Hamovitch ve ark., 2019). Ebeveynin kendine ve becerilerine dair öz-yeterliği ile bebeğin mizacı arasında da ilişki bulunmaktadır (Goldberg, 1977). Literatürdeki araştırmalar tahmin edilebilir, ihtiyaçlarını karşıya iletebilen ve kolay yatışan bir bebeğin annesinin ebeveyn öz-yeterliğinin zor yatışan, ihtiyaçlarını okumanın güç olduğu ve huzursuz bir bebeğin annesine göre daha yüksek olduğunu desteklemektedir (Cutrona ve Troutman, 1986; Donovan ve Leavitt, 1992; Gross ve ark., 1994; Solmeyer ve Feinberg, 2011; Teti ve Gelfand, 1991). Bununla birlikte ebeveynin öz-yeterliğinin düşük olmasının da dış bir gözlemcinin zor olarak sınıflandırmayacağı bir bebeği zor mizaçlı olarak görmede rolü olabileceği tartışılmaktadır (Jones ve Prinz, 2005). Banduranın kuramına göre görevin zorluğu ile öz-yeterlik arasında bir ilişki bulunmaktadır. Görev ne kadar zor algılanıyorsa kişinin öz yeterliği o kadar düşük olmaktadır. Bebek bakımında da zor bir görevin çevreden gelecek desteklerle hafifletilmesi önemli görünmektedir. Ayrıca Bandura'ya göre kişiye dışarıdan gelen pozitif geribildirimler öz-yeterliği olumlu yönde etkileyebilmektedir. Bu anlamda sosyal desteğin hem bebek bakımı gibi kolay olmayan bir görevi pratik anlamda kolaylaştırmak hem de geribildirim yoluyla öz-yeterliği artırma rollerinden bahsedilebilir. Yapılan çalışmalar sosyal desteği yüksek olan ebeveynlerin sosyal desteği düşük olan ebeveynlere göre ebeveyn öz-yeterlik algılarının daha yüksek olduğunu ve bebeklerinin ihtiyaçlarına daha fazla cevap verdiklerini bulmuştur (Cox ve ark., 1989; Cutrona ve Troutman, 1986; Hann, 1989).

Ülkemizde geniş ailelerden çekirdek ailelere geçiş ve şehirleşme ile hem bebek bakımına dair bilgi aktarımında hem de ebeveynlerin kendi yeterliliklerine duydukları güvende değişimler olmuştur. Eskiye göre günümüzde bebeklerin bakımında giderek daha az kişi rol almaktadır. Bu durum da çekirdek aile bireylerinin psikolojik sağlığını daha önemli hale getirmektedir. Günümüzde özel hastane ve kuruluşların verdiği ebeveynlik eğitim içeriklerinin bebek bakım bilgilerinden oluştuğu görülmektedir. Fakat Coleman ve Karraker (1998)'ın da vurguladığı gibi bilgi sahibi olmak tek başına uygulama için yeterli olmayabilir. Ülkemizde ebeveynin öz-yeterliğini, bebek ile uyumunu ve ilişkisini, bebek bakımının aile içinde yaratabileceği zorlukları, bu durumlara ne gibi çözümler bulunabileceğini ve ebeveynin ne tür beceriler geliştirebileceğini ele alan geniş ve kapsamlı bir eğitim olmadığı dikkat çekmektedir. Dünya genelinde ampirik olarak desteklenen ebeveynlik eğitim modelleri düşünüldüğünde ülkemizde ebeveynlik becerilerini ve ebeveyn öz-yeterliğini geliştirmeye odaklanan, bebek bakım bilgilerinin bir adım ötesine geçerek

ebeveynliğe geçişin psikolojik tarafını da ele alan yaygın, ücretsiz ve geniş içerikli bir uygulamanın hem ebeveyn sağlığı açısından hem de çocuk sağlığı açısından koruyucu ve önleyici olabileceği düşünülmektedir.

Kaynaklar

- Adamson, M., Morawska, A. ve Sanders, M. R. (2013). Childhood feeding difficulties: a randomized controlled trial of a group-based parenting intervention. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 34(5), 293–302. <https://doi.org/10.1097/DBP.0b013e3182961a38>
- Aksoy, V. ve Diken, İ. H. (2009). Annelerin ebeveynlik öz yeterlik algıları ile gelişimi risk altında olan bebeklerin gelişimleri arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalara bir bakış. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 10 (1), 59-68.
- Albanese, A. M., Russo, G. R. ve Geller, P. A. (2019). The role of parental self-efficacy in parent and child well-being: A systematic review of associated outcomes. *Child: Care, Health and Development*, 45(3), 333–363. <https://doi.org/10.1111/cch.12661>
- Anzman-Frasca, S., Stifter, C. A., Paul, I. M. ve Birch, L. L. (2013). Infant temperament and maternal parenting self-efficacy predict child weight outcomes. *Infant Behavior & Development*, 36(4), 494–497. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2013.04.006>
- Aydoğdu, F., Aysu, B., Aral, N. ve Gürsoy, F. (2021). An examination of the relationship between mothers' self-efficacy levels and children's psychological problems and psychosocial developments. *Journal of Education and Future*, (20), 1-12. <https://doi.org/10.30786/jef.825453>
- Badr Zahr L. K. (2001). Quantitative and qualitative predictors of development for low-birth weight infants of Latino background. *Applied Nursing Research : ANR*, 14(3), 125–135. <https://doi.org/10.1053/apnr.2001.24411>
- Bandura A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. <https://doi.org/10.1037//0033-295x.84.2.191>
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37(2), 122–147. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.37.2.122>
- Bandura, A. (1986). Fearful expectations and avoidant actions as coeffects of perceived self-inefficacy. *American Psychologist*, 41(12), 1389-1391. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.41.12.1389>
- Bandura, A. (Ed.). (1995). *Self-Efficacy in Changing Societies*. Cambridge: Cambridge University Press. doi:10.1017/CBO9780511527692
- Bandura, A. ve Schunk, D. H. (1981). Cultivating competence, self-efficacy, and intrinsic interest through proximal self-motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41(3), 586–598. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.41.3.586>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W H Freeman/Times Books/ Henry Holt & Co.
- Bandura, A. (2012). On the functional properties of perceived self-efficacy revisited. *Journal of Management*, 38(1), 9–44. <https://doi.org/10.1177/0149206311410606>
- Bi, T., Zhang, T., He, S., Guo, X., Liu, C., Liu, X. ve Luo, L. (2021). Trajectories of paternal self-efficacy for educational involvement in late childhood: Effects of fathers' time and energy. *Journal of Family Psychology*, 35(8), 1171-1180. <https://doi.org/10.1037/fam0000840>
- Benedetto L. ve Massimo I. (2018). Parental self-efficacy in promoting children care and parenting quality. L. Benedetto, I. Massimo (Eds.), *Parenting: Empirical Advances and Intervention Resources* içinde (s. 31-58). Rijeka: IntechOpen.
- Büyüktaşkapı, S. (2012). Annelerin özyeterlik algıları ile 1-3 yaş çocuklarının gelişimlerinin incelenmesi. *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1), 18-30.

- Bolten, M. I., Fink, N. S. ve Stadler, C. (2012). Maternal self-efficacy reduces the impact of prenatal stress on infant's crying behavior. *The Journal of pediatrics*, 161(1), 104–109. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2011.12.044>
- Chau, V. ve Giallo, R. (2015). The relationship between parental fatigue, parenting self-efficacy and behaviour: implications for supporting parents in the early parenting period. *Child: Care, Health and Development*, 41(4), 626–633. <https://doi.org/10.1111/cch.12205>
- Cohn, J. F., Matias, R., Tronick, E. Z., Connell, D. ve Lyons-Ruth, K. (1986). Face-to-face interactions of depressed mothers and their infants. *New Directions for Child Development*, (34), 31-45. <https://doi.org/10.1002/cd.23219863405>
- Coleman, P. K. (1998). Maternal self-efficacy beliefs as predictors of parenting competence and toddlers' emotional, social, and cognitive development. [Basılmamış Doktora Tezi]. The Eberly College of Arts and Sciences. West Virginia University, Morgantown
- Coleman, P. K. ve Karraker, K. H. (1998). Self-efficacy and parenting quality: Findings and future applications. *Developmental Review*, 18(1), 47-85. <https://doi.org/10.1006/drev.1997.0448>
- 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*, 24(2), 126-148. <https://doi.org/10.1002/imhj.10048>
- Copeland, D. B. ve Harbaugh, B. L. (2004). Transition of maternal competency of married and single mothers in early parenthood. *The Journal of perinatal education*, 13(4), 3-9. <https://doi.org/10.1624/105812404X6171>
- Cox, M. J., Owen, M. T., Lewis, J. M. ve Henderson, V. K. (1989). Marriage, adult adjustment, and early parenting. *Child Development*, 60(5), 1015-1024. <https://doi.org/10.2307/1130775>
- Cutrona, C. E. ve Troutman, B. R. (1986). Social support, infant temperament, and parenting self-efficacy: A mediational model of postpartum depression. *Child Development*, 57(6), 1507-1518. <https://doi.org/10.2307/1130428>
- Donovan, W. L. ve Leavitt, L. A. (1992). Maternal self-efficacy and response to stress: Laboratory studies of coping with a crying infant. T. M. Field, P. M. McCabe ve N. Schneiderman (Eds.), *Stress and coping in infancy and childhood* içinde (s. 47-68). Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Donovan, W. L., Leavitt, L. A. ve Walsh, R. O. (1990). Maternal self-efficacy: illusory control and its effect on susceptibility to learned helplessness. *Child development*, 61(5), 1638-1647.
- Flouri, E., Buchanan, A. (2003). The Role of father involvement and mother involvement in adolescents' psychological well-being. *The British Journal of Social Work*, 33(3), 399-406. <http://www.jstor.org/stable/23717519>
- Freeman, S. J. (2005). *Grief & Loss: Understanding the Journey*. USA: Thomson Brooks/Cole.
- Gartstein, M. A. ve Iverson, S. (2014). Attachment security: The role of infant, maternal, and contextual factors. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*, 14(2), 261-276.
- Gelfand, D. M. ve Teti, D. M. (1990). The effects of maternal depression on children. *Clinical Psychology Review*, 10(3), 329-353. [https://doi.org/10.1016/0272-7358\(90\)90065-I](https://doi.org/10.1016/0272-7358(90)90065-I)
- Goldberg, S. (1977). Social competence in infancy: A model of parent-infant interaction. *Merrill-Palmer Quarterly*, 23(3), 163-177.
- Gondoli, D. M. ve Silverberg, S. B. (1997). Maternal emotional distress and diminished responsiveness: The mediating role of parenting efficacy and parental perspective taking. *Developmental Psychology*, 33(5), 861–868. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.33.5.861>
- Gross, D. (1989). Implications of maternal depression for the development of young children. *IMAGE: Journal of Nursing Scholarship*, 21(2), 103-107. <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.1989.tb00108.x>

- Gross, D., Conrad, B., Fogg, L. ve Wothke, W. (1994). A longitudinal model of maternal self-efficacy, depression, and difficult temperament during toddlerhood. *Research in Nursing & Health*, 17(3), 207-215. <https://doi.org/10.1002/nur.4770170308>
- Gross, D., Fogg, L. ve Tucker, S. (1995). The efficacy of parent training for promoting positive parent-toddler relationships. *Research in Nursing & Health*, 18(6), 489-499. <https://doi.org/10.1002/nur.4770180605>
- 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. <https://doi.org/10.1037/0022-006x.71.2.261>
- Gross, C. L. ve Marcussen, K. (2017). Postpartum depression in mothers and fathers: The role of parenting efficacy expectations during the transition to parenthood. *Sex Roles: A Journal of Research*, 76(5-6), 290-305. <https://doi.org/10.1007/s11199-016-0629-7>
- Grusec, J. E., Hastings, P. ve Mammone, N. (1994). Parenting cognitions and relationship schemas. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 66, 5-19. <https://doi.org/10.1002/cd.23219946603>
- Hamovitch, E. K., Aciri, M. C. ve Bornheimer, L. A. (2019). An analysis of the relationship between parenting self-efficacy, the quality of parenting, and parental and child emotional health. *Journal of family social work*, 22(4-5), 337-351. <https://doi.org/10.1080/10522158.2019.1635939>
- Hann, D. M. (1989). A systems conceptualization of the quality of mother-infant interaction. *Infant Behavior & Development*, 12(3), 251-263. [https://doi.org/10.1016/0163-6383\(89\)90038-6](https://doi.org/10.1016/0163-6383(89)90038-6)
- Harris, K. M., Furstenberg, F. F. ve Marmer, J. K. (1998). Paternal involvement with adolescents in intact families: The influence of fathers over the life course. *Demography*, 35, 201-216. <https://doi.org/10.2307/3004052>
- Haslam, D. M., Pakenham, K. I. ve Smith, A. (2006). Social support and postpartum depressive symptomatology: The mediating role of maternal self-efficacy. *Infant Mental Health Journal*, 27(3), 276-291. <https://doi.org/10.1002/imhj.20092>
- Hsu, H. ve Lavelli, M. (2005). Perceived and observed parenting behavior in American and Italian first-time mothers during the first three months. *Infant Behavior & Development*, 28, 503-518. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2005.09.001>
- Jackson, A. P. ve Scheines, R. (2005). Single mothers' self-efficacy, parenting in the home environment, and children's development in a two-wave study. *Social Work Research*, 29(1), 7-20. <http://www.jstor.org/stable/42659576>
- Jacobs, J. N. ve Kelley, M. L. (2006). Predictors of paternal involvement in childcare in dual-earner families with young children. *Fathering: A Journal of Theory Research and Practice about Men as Fathers*, 4, 23- 47. <https://doi.org/10.3149/fth.0401.23>
- Joachim, S., Sanders, M. R. ve Turner, K. M. (2010). Reducing preschoolers' disruptive behavior in public with a brief parent discussion group. *Child Psychiatry and Human Development*, 41(1), 47-60. <https://doi.org/10.1007/s10578-009-0151-z>
- Jones, T. L. ve Prinz, R. J. (2005). Potential roles of parental self-efficacy in parent and child adjustment: a review. *Clinical Psychology Review*, 25(3), 341-363. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2004.12.004>
- Kennedy, M., Betts, L., Dunn, T., Sonuga-Barke, E. ve Underwood, J. (2015). Applying Pleck's model of paternal involvement to the study of preschool attachment quality: A proof of concept study. *Early Child Development and Care*, 185, 601-613. <https://doi.org/10.1080/03004430.2014.944907>
- Kunseler, F. C., Willemsen, A. M., Oosterman, M. ve Schuengel, C. (2014). Changes in parenting self-efficacy and mood symptoms in the transition to parenthood: A bidirectional association. *Parenting: Science and Practice*, 14(3-4), 215-234. <https://doi.org/10.1080/15295192.2014.972758>

- Kuzucu, Y. ve Özdemir, Y. (2013). Ergen ruh sağlığının anne ve baba katılımı açısından yordanması. *Eğitim ve Bilim*, 38, 96-112.
- Kwok, S. Y. C. L., Ling, C. C. Y., Leung, C. L. K. ve Li, J. C. M. (2013). Fathering self-efficacy, marital satisfaction and father involvement in Hong Kong. *Journal of Child and Family Studies*, 22, 1051-1061. <http://dx.doi.org/10.1007/s10826-012-9666-1>
- Law, K. H., Dimmock, J., Guelfi, K. J., Nguyen, T., Gucciardi, D. ve Jackson, B. (2019). Stress, depressive symptoms, and maternal self-efficacy in first-time mothers: modelling and predicting change across the first six months of motherhood. *Applied Psychology Health and Well-Being*, 11(1), 126-147. <https://doi.org/10.1111/aphw.12147>
- Lavenda, O. ve Kestler-Peleg, M. (2017). Parental self-efficacy mitigates the association between low spousal support and stress. *Psychiatry research* (256) 228-230. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.06.060>
- Leahy-Warren, P., McCarthy, G. ve Corcoran, P. (2012). First-time mothers: social support, maternal parental self-efficacy and postnatal depression. *Journal of Clinical Nursing*, 21(3-4), 388-397. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2011.03701.x>
- Leerkes, E. M. ve Crockenberg, S. C. (2002). The development of maternal self-efficacy and its impact on maternal behavior. *Infancy : The Official Journal of the International Society on Infant Studies*, 3(2), 227-247. https://doi.org/10.1207/S15327078IN0302_7
- LeMasters, E. E. (1957). Parenthood as Crisis. *Marriage and Family Living*, 19(4), 352-355. <https://doi.org/10.2307/347802>
- Lewis, C. ve Lamb, M. E. (2003). Fathers' influences on children's development: The evidence from two-parent families. *European Journal of Psychology of Education*, 18(2), 211-228. <https://doi.org/10.1007/BF03173485>
- Levtov, R., van der Gaag, N., Greene, M., Kaufman, M. ve Barker, G. (2015). *State of the World's Fathers: A Men Care Advocacy Publication*. Washington, DC: Promundo, Rutgers, Save the Children, Sonke Gender Justice, and the MenEngage Alliance.
- Mihelic, M., Filus, A. ve Morawaska, A. (2016). Correlates of Prenatal Parenting Expectations in new Mothers: Is Better Self-Efficacy a Potential Target for Preventing Postnatal Adjustment Difficulties?. *Prevention Science : The Official Journal of the Society for Prevention Research*, 17(8), 949-959. <https://doi.org/10.1007/s11121-016-0682-z>
- Morawska, A., Adamson, M., Hinchliffe, K. ve Adams, T. (2014). Hassle Free Mealtimes Triple P: A randomised controlled trial of a brief parenting group for childhood mealtime difficulties. *Behaviour Research and Therapy*, 53, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2013.11.007>
- Öztürk, S. ve Erci, B. (2016). Postpartum dönemdeli primipar annelere loğusa ve yenidoğan bakımı konusunda verilen eğitimin annelik özgüvenine etkisi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5 (2), 25-31.
- Perren, S., Von Wyl, A., Bürgin, D., Simoni, H. ve Von Klitzing, K. (2005). Depressive symptoms and psychosocial stress across the transition to parenthood: associations with parental psychopathology and child difficulty. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, 26, 173-183. <https://doi.org/10.1080/01674820400028407>
- Phillipson, S. ve McFarland, L. (2016). Australian Parenting and adolescent boys' and girls' academic performance and mastery: the mediating effect of perceptions of parenting and sense of school membership. *Journal of Child and Family Studies*, 25, 2021-2033. <https://doi.org/10.1007/s10826-016-0364-2>
- Porter, C. L. ve Hsu, H.-C. (2003). First-time mothers' perceptions of efficacy during the transition to motherhood: Links to infant temperament. *Journal of Family Psychology*, 17(1), 54-64. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.17.1.54>

- Sari, C. ve Altay, N. (2020). Effects of providing nursing care with web-based program on maternal self-efficacy and infant health. *Public Health Nursing (Boston, Mass.)*, 37(3), 380-392. <https://doi.org/10.1111/phn.12712>
- Shorey, S., Chan, S. W., Chong, Y. S. ve He, H. G. (2014). Maternal parental self-efficacy in newborn care and social support needs in Singapore: a correlational study. *Journal of Clinical Nursing*, 23(15-16), 2272-2282. <https://doi.org/10.1111/jocn.12507>
- Solmeyer, A. R. ve Feinberg, M. E. (2011). Mother and father adjustment during early parenthood: The roles of infant temperament and coparenting relationship quality. *Infant Behavior & Development*, 34(4), 504-514. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2011.07.006>
- Sorgun, S. (2021). *A longitudinal examination of self-efficacy in the transition to motherhood*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Boğaziçi Üniversitesi. İstanbul.
- Takács, L., Smolík, F. ve Putnam, S. (2019). Assessing longitudinal pathways between maternal depressive symptoms, parenting self-esteem and infant temperament. *PloS One*, 14(8), e0220633. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0220633>
- Teti, D. M. ve Candelaria, M. A. (2002). Parenting competence. M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Social conditions and applied parenting* içinde (s. 149-180). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Teti, D. M. ve Gelfand, D. M. (1991). Behavioral competence among mothers of infants in the first year: the mediational role of maternal self-efficacy. *Child development*, 62(5), 918-929. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1991.tb01580.x>
- Teti, D. M., O'Connell, M. A. ve Reiner, C. D. (1996). Parenting sensitivity, parental depression and child health: The mediational role of parental self-efficacy. *Early Development & Parenting*, 5(4), 237-250. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-0917\(199612\)5:4<237::AID-EDP136>3.0.CO;2-5](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-0917(199612)5:4<237::AID-EDP136>3.0.CO;2-5)
- Theiss, J. A., Estlein, R. ve Weber, K. M. (2013). A longitudinal assessment of relationship characteristics that predict new parents' relationship satisfaction. *Personal Relationships*, 20(2), 216-235. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2012.01406.x>
- Trahan, M. H. (2018). Paternal self-efficacy and father involvement: A bi-directional relationship. *Psychology of Men & Masculinity*, 19 (4), 624-634. <https://doi.org/10.1037/men0000130>
- Tremblay, S. ve Pierce, T. (2011). Perceptions of fatherhood: Longitudinal reciprocal associations within the couple. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue Canadienne des Sciences du Comportement*, 43, 99 -110. <http://dx.doi.org/10.1037/a002263>
- Troutman, B., Moran, T. E., Arndt, S., Johnson, R. F. ve Chmielewski, M. (2012). Development of parenting self-efficacy in mothers of infants with high negative emotionality. *Infant Mental Health Journal*, 33(1), 45-54. <https://doi.org/10.1002/imhj.20332>
- Tucker, S., Gross, D., Fogg, L., Delaney, K. ve Lapporte, R. (1998). The long-term efficacy of a behavioral parent training intervention for families with 2-year-olds. *Research in Nursing & Health*, 21(3), 199-210. [https://doi.org/10.1002/\(sici\)1098-240x\(199806\)21:3<199::aid-nur3>3.0.co;2-c](https://doi.org/10.1002/(sici)1098-240x(199806)21:3<199::aid-nur3>3.0.co;2-c)
- Weaver, C. M., Shaw, D. S., Dishion, T. J. ve Wilson, M. N. (2008). Parenting self-efficacy and problem behavior in children at high risk for early conduct problems: The mediating role of maternal depression. *Infant Behavior and Development*, 31(4), 594-605. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2008.07.006>
- Wittkowski, A., Dowling, H. ve Smith, D. M. (2016). Does engaging in a group-based intervention increase parental self-efficacy in parents of preschool children? A systematic review of the current Literature. *Journal of Child and Family Studies*, 25(11), 3173–3191. <https://doi.org/10.1007/s10826-016-0464-z>

- Worthington, E. L. ve Buston, B. G. (1986). The marriage relationship during the transition to parenthood: A review and a model. *Journal of Family Issues*, 7(4), 443-473. <https://doi.org/10.1177/019251386007004007>
- Verhage, M. L., Oosterman, M. ve Schuengel, C. (2013). Parenting self-efficacy predicts perceptions of infant negative temperament characteristics, not vice versa. *Journal of Family Psychology*, 27(5), 844-849. <https://doi.org/10.1037/a0034263>