

*Araştırma Tipi: Poster Bildiri*

## **Ergenlik Çağı Öncesinde (0-12 yaş) Bir Aile Eğitimi Programı " Triple P Olumlu Anne-Babalık Eğitimi "**

Esra IŞIK, Sinem İŞLEK

*Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Gelişimi Bölümü*

---

### **Özet**

Ebeveynler çocukların gelişiminde ve yetiştirilmesinde önemli etkiye sahiptirler. Dolayısıyla çocukların aileleriyle yaşadıkları iletişim ve bu iletişimin niteliği çocukların tüm gelişim alanlarında olduğu gibi psikolojik ve sosyal gelişimi üzerinde de etkilidir. Çocukların gelişimindeki önemi yadsınamayacak olan ailelerin, ebeveynlik yükümlülüklerini olumlu bir şekilde yerine getirebilmeleri için yeterli bilgi ve donanıma sahip olmaları gerekmektedir. Bu bağlamda ebeveyn eğitim programları ailelere çocuklarının gelişimleri ve gelişimlerine yönelik gereksinimleri konusunda yol göstermeleri açısından oldukça önemli bir yere sahiptir. Bu araştırmada gelişmiş ülkelerde uygulanan ve etkililiği kanıtlanmış ebeveyn eğitim programlarından biri olan sosyal öğrenme kuramı prensiplerine dayanan, davranışsal yaklaşım temelli bir ebeveyn eğitim programı olan 'Triple P Olumlu Anne Babalık Eğitimi Programı'nın incelenmesi amaçlanmıştır. 'Triple P Olumlu Anne Babalık Eğitimi Programı' Avustralya'da Queensland Üniversitesi'nde Matthew Sanders ve çalışma arkadaşları tarafından geliştirilen, ergenlik öncesi çağıdaki çocukların (0-12 yaş grubu) anne-babalarının bilgi, beceri ve güvenini geliştirerek çocuklarda ciddi davranışsal, duygusal ve gelişimsel sorunlara yol açan risk faktörlerini önlemeyi amaçlayan, her biri daha ileri ebeveynlik becerilerinden oluşan, beş düzeyden meydana gelen bir anne-baba müdahale programıdır. Triple P Olumlu Anne Babalık Eğitim Programının uygulandığı ülkelerde, programın hem çocuklar hem de ebeveynleri için olumlu sonuçlarının olduğu bildirilmiştir. Programın ülkemizdeki uygulamasının yaygınlaştırılması önerilmektedir.

*Anahtar Kelimeler: Triple P olumlu anne-babalık eğitim programı, ebeveynlik, önleme.*

**Research Type:** Poster Presentation

**A Family Education Program in Preadolescence (0-12 years)  
" Triple P-Positive Parenting Program "**

Esra IŞIK, Sinem İŞLEK

Hacettepe University, Faculty of Health Sciences, Department of Child Development

---

**Abstract**

Parents have a significant influence in the upbringing and development of their children. Therefore, the communication children's with their families and the quality of this communication is effective on psychological and social development of the children as well as in all developmental areas. Families who not be denied their importance in the development of children must have sufficient knowledge and equipment in order to fulfill their parenting obligations positively. In this context, parental education programs have a very important place in terms of guide to parents about their children's development and developmental requirements. In this study, it was aimed to examine Triple P Positive Parenting Program which is one of the parent education programs based on the principles of social learning theory, based on behavioral approach, its effectiveness is proven and applied in developed countries. Triple P Positive Parenting Program developed by Matthew Sanders and colleagues at the University of Queensland in Australia which occurs five levels of intervention increasing strength parenting skills, aims to prevent the risk factors that lead to behavioral, emotional and developmental problems in children by improving their parents knowledge, skills and confidence of preadolescent children (0-12 years). In the countries where the Triple P Positive Parenting Program are applied have been reported positive outcomes for both children and their parents. It is recommended that the implementation of the program is be prevalent in our country.

*Key Words:* Triple P positive parenting program, parenting, prevention.

## Giriş

Ebeveynler çocukların gelişiminde ve yetiştirilmesinde önemli etkiye sahip olan kilit noktalar. Dolayısıyla çocukların aileleriyle yaşadıkları iletişim ve bu iletişimin niteliği çocukların psikolojik ve sosyal gelişimi üzerinde oldukça etkilidir. Aile işleyişinde meydana gelen olumsuzluklar (ruh sağlığı, sosyal ve ekonomik problemler), aile yaşam kalitesi, aile ilişkileri ve özellikle ebeveyn-çocuk ilişkisi, çocukların içinde bulunduğu psikolojik, fiziksel, sosyal ve ekonomik durumu etkileyen faktörlerdendir (Patterson, 1982; Sanders ve Duncan, 1995). Ayrıca yetersiz ebeveynlik, aile çatışması ve evliliğin sarsılması gibi aile risk faktörleri de çocuk gelişimi üzerinde güçlü etkiye sahiptir (Robins, 1991). Özellikle ebeveynlerle kurulan sıcak ve pozitif ilişkilerin eksikliği, güvensiz bağlanma, sert, katı ya da tutarsız disiplin uygulamaları; çocuk üzerindeki denetimin eksikliği, evlilik sorunları, ebeveyn psikopatolojisi (özellikle anneye ait depresyon) çocuklarda antisosyal davranışlar, madde kullanımı ve çocuk suçları gibi duygusal ve davranışsal problemler geliştirme riskini artırmaktadır (Loeber ve Farrington, 1998).

Bahsedildiği gibi çocukların gelişiminde önemli bir etkiye sahip olan ailelerin ebeveynlik yükümlülüklerini olumlu bir şekilde yerine getirebilmeleri için yeterli bilgi ve donanıma sahip olmaları gerekmektedir. Bu bağlamda ebeveyn eğitim programları ailelere çocuklarının gelişimleri ve gelişimlerine yönelik gereksinimleri konusunda yol göstermesi açısından oldukça önemli bir yere sahiptir. Ebeveyn eğitim programları, ailelerin ebeveynlik becerilerini ve bilgilerini geliştiren, ailelerin çocuklarıyla yaşadıkları problemlerle olumlu bir şekilde başa çıkabilmelerine ve çocuk gelişimi ile ilgili deneyimleri geliştirmeye odaklanmış programlardır (Şahin ve Özbey, 2007).

Bu araştırmada gelişmiş ülkelerde uygulanan ve etkililiği kanıtlanmış ebeveyn eğitim programlarından biri olan sosyal öğrenme kuramı prensiplerine dayanan, davranışsal yaklaşım temelli bir ebeveyn eğitim programı olan 'Triple P Olumlu Anne Babalık Eğitimi Programı'nın incelenmesi amaçlanmıştır. 'Triple P Olumlu Anne Babalık Eğitimi Programı' Avustralya'da Queensland Üniversitesi'nde Matthew Sanders ve çalışma arkadaşları tarafından geliştirilen, ergenlik öncesi çağıdaki çocukların (0-12 yaş grubu) anne-babalarının bilgi, beceri ve güvenini geliştirerek çocuklarda ciddi davranışsal, duygusal ve gelişimsel sorunlara yol açan risk faktörlerini önlemeyi amaçlayan, her biri daha ileri ebeveynlik becerilerinden oluşan, beş düzeyden meydana gelen bir anne-baba müdahale programıdır (Sanders, 1999). Bu program çocukluk ve ergenlik döneminde görülen bozuklukların tedavisi ve önlenmesinde, özellikle davranış problemi olan çocuklarda kullanılan diğer müdahalelerden çok daha etkilidir ve bunlar arasında en güçlü deneysel desteğe sahiptir (Sanders, 1996; Taylor ve Biglan, 1998).

## Programın Hedefleri

**Güvenli ve ilgi çekici bir ortam sağlanması:** Her yaştan çocuğun deney ve oyun yoluyla çevresini keşfetmesini sağlarken oluşabilecek kaza ve yaralanmaları önlemek için ortamın gerekli şekilde düzenlenmesine yönelik ebeveyn bilgilendirmeleri yapılır (Wesch ve Lutzker, 1991).

**Olumlu bir öğrenme ortamı oluşturma:** Çocukların ilk öğretmeni olan ebeveynlerin çocukların problemleriyle karşılaştıklarında olumlu ve yapıcı tepkilerde bulunmalarını ve problemi çözme becerileri öğretmeyi hedefler.

**Otoriter ebeveynlik tutumlarının kullanılmasını azaltma:** Bağırma, tehdit etme ve fiziksel cezalandırma gibi otoriter ebeveynlik tutumlarını kullanmak yerine, çocuklarla kuralları tartışan, anlaşılır ve yaşına uygun istek ve beklentiler içerisinde olan alternatif ebeveynlik becerileri kazandırılarak ebeveynlerin otoriter davranışları değiştirilir (Sanders, 1999).

**Gerçekçi beklentilere sahip olmak:** Ebeveynlere, çocuklarının davranışlarının sebepleri, çocuklarından beklenti ve istekleri gibi konularda çocuğun yaş ve gelişimine uygun gerçekçi hedefler belirlemeleri gerektiği ve bu bağlamdaki beceriler öğretilir (Azar ve Rohrbeck, 1986).

**Ebeveynlerin özgüvenini artırmak:** Çocukları yetiştirme konusunda ebeveynlerin özgüvenlerini artırıcı beceriler kazandırılır. Ayrıca ebeveynlerin depresyon, korku ve öfke gibi ebeveyn stresine yol açan ebeveyn güçlükleri ile baş edebilmelerine olanak sağlayan stratejiler geliştirilir (Sanders, 1999).

### **Programın Düzeyleri**

Program beş düzeyden meydana gelen bir anne-baba müdahale programıdır. Program ebeveynlerin bireysel ihtiyaçlarına göre düzenlenebilen yüz yüze görüşme, grup çalışması, telefon yardımı ve ebeveynlerin kendi kendilerine öğrenmelerini sağlayan esnek uygulamaları içermektedir (Sanders, 1999).

**Birinci düzey:** Evrensel ebeveyn bilgilendirme stratejilerinden oluşmaktadır. Bu düzey, ilgili tüm ebeveynlere ebeveynlik hakkında faydalı bilgilere ulaşmalarını sağlayan özel ebeveynlik stratejilerini gösteren videokasetlerin yanı sıra, yazılı ve elektronik medyanın kullanılarak medya aracılığıyla ebeveynlik hakkında faydalı bilgilere ulaşmayı sağlayan düzeydir (Sanders, 1999 ve UNODC, 2009).

Bu müdahale düzeyi, ebeveynlik kaynakları hakkında toplumsal bilinci artırmayı, ebeveynleri programlara katılmaları için teşvik etmeyi ve yaygın davranışsal ve gelişimsel sorunlara yönelik endişelere çözüm önerileri sunarak, ebeveynlerde iyimserlik duygusu oluşturmayı amaçlamaktadır.

**İkinci düzey:** Hafif düzeyde davranış sorunları olan çocukların ebeveynlerine erken tanılamaya ilişkin gelişimsel rehberlik hizmeti sağlayan, kısa, bir veya iki oturumdan oluşan birincil koruma müdahalelerinden oluşmaktadır (Sanders, 1999).

**Üçüncü düzey:** Dört oturumdan oluşan, hafif ve orta düzeyde davranış sorunları (öfke nöbeti, saygısız davranma vb.) olan çocukları hedef alan ve ebeveynler için aktif beceri eğitimi içeren düzeydir.

**Dördüncü düzey:** Daha ağır davranış sorunları olan çocukları (saldırgan davranma, öğrenme güçlüğü, dikkat eksikliği ve hiperaktivite vb.) hedef alan ve bu çocukların ebeveynlerine yönelik 8 ila 10 oturumdan oluşan yoğunlaştırılmış bireysel ve grup eğitim programlarından oluşmaktadır (Sanders, 1999 ve UNODC, 2009).

Triple P grup eğitimi programı, ideal olarak 10-12 kişilik ebeveyn gruplarından oluşmaktadır. Ebeveynlerin yeni bilgi ve beceriler edinmelerine yardımcı olmak için aktif beceri eğitimi süreci kullanılır. Program ebeveynlerin gözlem, tartışma, uygulama ve geri bildirim yoluyla öğrenmelerine fırsat sağlayan dört tane iki saatlik grup oturumundan oluşur.

Grup oturumlarının ardından, ebeveynlere grup oturumları içinde öğrendiklerini uygulamaya koymaları konusunda ebeveynlere destek sağlamak için dört tane 15-30 dakikalık telefon görüşmeleri (izlem telefonları) yapılır. Grup katılımları ebeveynlere diğer velilerle ebeveynlik deneyimleri konusunda etkileşimde bulunma, destek alma, yapıcı geribildirim ve arkadaş edinme gibi birçok fayda sağlamaktadır.

**Beşinci düzey:** Aile içi geçimsizlik, ebeveynlik depresyonu veya yüksek düzeyde stres gibi diğer kaynakların sebep olduğu ebeveynlik problemleri için geliştirilmiş davranışçı aile müdahale programının uygulandığı düzeydir.

Triple P programındaki bu aşamalı ve çok düzeyli stratejinin sebebi, çocuklarda farklı düzeyde işlev ve davranış bozukluğunun olması ve ebeveynlerin gereksinim duyduğu desteğin türü ile ilgili farklı ihtiyaçlarının ve isteklerinin olmasıdır. Çok düzeyli strateji, etkililiği maksimuma çıkarmak, fazla ve lüzumsuz yere yapılan gereksiz harcamaları önlemek ve programa toplum tarafından yaygın erişim sağlamak için tasarlanmıştır (Sanders, 1999).

### **Programın Sonuçları**

Triple P ile yapılan çalışmalarda, programın hem çocuklar hem de ebeveynleri için olumlu sonuçlarının olduğu bildirilmiştir.

**Çocuk açısından:** Aileler tarafından çocuklardaki davranışsal ve duygusal sorunların azaldığı ve benlik saygılarında artma görüldüğü gözlemlenmiş ve bildirilmiştir.

**Ebeveyn açısından:** Otoriter ebeveynlik tutumlarında, ebeveyn stres ve depresyonunda, evlilik çatışmalarında, çocuğa kötü davranma gibi durumlarda azalmalara; ebeveynlerin öz yeterliliklerinde, ebeveyn-çocuk ilişkisinin gelişmesinde, olumlu ebeveynlik becerilerinde ise artışlara neden olduğu görülmüştür (UNODC, 2009).

### **Öneriler**

Ülkemizde de ergenlik çağı öncesindeki çocuklarda görülen duygusal ve davranışsal problemleri önlemeye yönelik programlar olmasına rağmen, gelişmiş ülkelerde uygulanan ve etkililiği kanıtlanmış program uygulamalarından örnekler alınarak bu tür programların geliştirilmesi gerektiği düşünülmektedir. Bu bağlamda Triple P Olumlu Anne Babalık Eğitim Programının ülkemizdeki uygulamasının yaygınlaştırılması önerilmektedir.

### Kaynakça

Azar, S. T., & Rohrbeck, C. A. (1986). Child abuse and unrealistic expectations: further validation of the parent opinion questionnaire. *Journal of consulting and clinical psychology*, 54(6), 867.

Loeber, R., & Farrington, D. P. (1998). Never too early, never too late: Risk factors and successful interventions for serious and violent juvenile offenders. *Studies on Crime & Crime Prevention*, 7(1), 7-30.

Patterson, G. R. (1982). Coercive family process. Eugene: Castalia. Patterson, GR (2002). The early development of coercive family processes. *Antisocial behavior in children and adolescents: A developmental analysis and model for intervention*, 2544.

Robins, L. N. (1991). Conduct disorder. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 32(1), 193-212.

Sanders, M. R., & Duncan, S. B. (1995). Empowering families: Policy, training, and research issues in promoting family mental health in Australia. *Behaviour Change*, 12(02), 109-121.

Sanders, M. R. (1996). New directions in behavioral family intervention with children. In *Advances in clinical child psychology* (pp. 283-330). Springer US.

Sanders, M. R. (1999). Triple P-Positive Parenting Program: Towards an empirically validated multilevel parenting and family support strategy for the prevention of behavior and emotional problems in children. *Clinical child and family psychology review*, 2(2), 71-90.

Şahin FT, Özbey S. Aile Eğitim Programlarına Niçin Gereksinim Duyulmuştur? Aile Eğitim Programları Neden Önemlidir? *Aile ve Toplum Dergisi* 2007; 3 (12): 7-12.

Taylor, T. K., & Biglan, A. (1998). Behavioral family interventions for improving child-rearing: A review of the literature for clinicians and policy makers. *Clinical child and family psychology review*, 1(1), 41-60.

United Nations Office on Drugs and Crime. (2009). Compilation of evidence-based family skills training programmes.

Wesch, D., & Lutzker, J. R. (1991). A comprehensive 5-year evaluation of Project 12-Ways: An ecobehavioral program for treating and preventing child abuse and neglect. *Journal of Family Violence*, 6(1), 17-35.