

Anne Eğitim Programının Etkililiğinin Değerlendirilmesi

• Uzm. Psikolog Hanife PEHLİVAN*

Özet

Türkiye’de gelişim psikolojisi literatürü ile aile terapileri literatürünü birleştirip uygulamaya dönüştüren çok az çalışma vardır. Bu çalışmada, gelişim psikolojisi ve aile terapileri literatürü kullanılarak bir psiko-eğitim programı hazırlanması ve programın etkililiğinin ölçülmesi amaçlanmıştır. Çalışma Anne Eğitim Programı adı altında hazırlanmıştır. Programın içeriğinde çocuk gelişim dönemleri, aile içinde problemlerle baş etme ve iletişim becerilerinin artırılmasıyla ilgili konulara yer verilmiştir. Çalışmada, ön test-son test uygulamalı, tek gruplu, yarı deneysel desen kullanılmıştır. Programa 17 anne katılmıştır ancak 6 anne grup sürecinde gruptan ayrılmıştır. Program, her biri yaklaşık 2 saat olmak üzere, toplam 12 oturum olarak planlanmıştır. Grup üyelerinin benlik saygısı, yaşam doyumu, baş etme ve iletişim becerileri konularında ön test-son test ölçümleri yapılmıştır. Verilerin analizinde; bağlantılı örneklem için Wilcoxon İşaretili Mertebeler testi ve t testi kullanılmıştır. Bu araştırmanın bulguları, uygulanan Anne Eğitim Programının, değişim yaratması amaçlanan alanlarda, etkili olduğunu göstermiştir. Annelerin benlik saygısında ve baş etme becerilerinde, eğitim öncesine göre eğitim sonrasında, istatistiksel açıdan anlamlı bir artış söz konusudur. Annelerin yaşam doyumu düzeyleri, eşleri ile yaşadıkları ilişkiden memnunluk düzeyleri, cinsel yaşantılarından memnunluk düzeyleri alanlarında, eğitim öncesine göre eğitim sonrasında, görece bir artış vardır

Anahtar Kelimeler: Psiko-eğitim grubu, aile terapileri, çocuk gelişimi, anne eğitimi.

Abstract

Studies that use both the development psychology and family therapies literature together are very scarce in Turkey. The purpose of this study was to prepare the psycho educational program that takes into account both the developmental psychology and family therapies literature and evaluate the effectiveness of this program. The title of the program is “Mothers Training Program”. The content of the program is made up of the topics of child development, coping with intrafamilial problems and communication skills. In this study one-group pretest-posttest quasi-experimental design was employed. Though 17 mothers participated in the group, 6 of them dropped out during the group process. The program was planned as twelve sessions that lasted approximately 2 hour each. Pretest and posttest was used to determine the effects of the group process on participants’ self-respect, coping mechanisms and communication skills. Data were analyzed with Wilcoxon Matched Pairs Signed Ranks test and t-test. Results showed that the Mothers Training Program was effective on the variables intended. Statistical significant increase was observed in the self-respect and coping skills of mothers when pre and post test were compared. There was a relative increase in mothers satisfactions in the area of sexual relationship with their partners and life satisfaction at the end of the training program.

Key Words: Psycho educational group, family therapies, child development, mother training.

(*) Bornova Belediyesi Kadın Danışma Merkezi.

GİRİŞ

İnsanların ruh sağlığını daha iyi hale getirmek veya korumak için önleme programlarının en etkili, en insani ve en ucuz yol olduğuna dair ruh sağlığı alanında çalışanlarda yaygın bir mutabakat vardır. Fakat bu mutabakata rağmen önleme programları sıklıkla hakkında herkesin çok konuştuğu fakat çok az insanın üzerinde çalışma yaptığı bir konudur (Blocher, 2000).

Psikoeğitim grupları, belirli alanlarda sorunlar yaşayan fakat görece daha iyi işlev gösteren grup üyeleriyle çalışan ve önleyici programlar çerçevesinde ele alınan gruplardır. Bu gruplarda amaç, eğitimsel eksikliklerin ve psikolojik sorunların artmasını önlemektir (Corey & Corey, 2002). Psikoeğitim gruplarında anne eğitim programları önemli bir yer tutmaktadır. Zira ailede annenin etkin ve önleyici bir rol oynadığı kabul edilmektedir.

İnsan gelişimi için birincil ve önemli sosyal koşulları bir çocuğun ailesi sağlar. Çocuklarda ortaya çıkan problemlerde, sorunlu ana-baba tutumları ve aile ilişkilerindeki yıkıcı davranışlar en güçlü belirleyicilerdir. Aile stabil değilse ve sürekli çatışma halindeyse, öngörülemez şiddetli disiplin uygulamaları varsa, yetersiz yönlendirme ve izleme mevcutsa, güvensiz bir bağlanma ve ana-babanın çocuklara karşı reddetme davranışları bulunuyorsa, ana-babanın madde kullanımı varsa, bu ailelerde yetişen çocuklar için, tüm davranış problemleri açısından çok büyük bir risk mevcuttur (Sanders, 2000). Ayrıca sosyal baskı ve sosyal koşullardaki olumsuzluklar da, ailede bu tip sorunların çok daha fazla ortaya çıkmasına yol açmaktadır (Puckering, Rogers, Mills, Coort., & Graff, 1994).

Minuchin (1974) ailenin, aile üyeleri üzerindeki etkisini çocuklardaki psikosomatik rahatsızlıklar üzerine (şeker hastalığı) yaptığı deneysel bir çalışmayla göstermiştir. Ayrıca bireyin fiziksel yaşamının bütünüyle içsel süreçlerden oluşmadığının

altını çizmiştir. Ona göre birey içinde bulunduğu şartları etkiler ve içinde bulunduğu şartlardan etkilenir. Aile içinde yaşayan birey, uyum sağlaması gereken bir sosyal sistemin parçasıdır. Sistemin diğer parçalarındaki olup bitenlere yanıt verir veya sistemin diğer parçalarındakileri etkiler.

Çocuk ve ergenlerde olumlu davranışın ve uyumun en önemli belirleyicisi, aile desteğidir. Çocuklar için bu destek koruyucu bir faktör oluşturur (Sanders, 2000). Bu nedenle de çocuklardaki davranış problemlerini önlemek için oluşturulan programlarda aile temel olarak alınmaktadır. Bu programların, ailede varolan yıkıcı faktörleri azaltması ve yıkıcı faktörlerin yerine, etkili, yapıcı ve koruyucu faktörleri koyması büyük önem taşımaktadır (Sanders, 2000). Ancak literatüre bakıldığında çocuk gelişimi literatürü ile aile terapileri literatürünü birleştirip, uygulamalı bir programa dönüştüren çok az çalışma vardır (Puckering & ark., 1994).

Minuchin (1982; akt: Bekman 1998), sistemin üyeleri arasındaki ardışık etkileşimlerin sonucunda, ailelerin (hatta büyük sistemlerin) zaman içinde değişebileceği inancını temel alarak, aile eğitimi programlarında, aile sistemleri kuramının kullanılmasının önemini vurgular. Ona göre ana-babadan biri, aile sistemi içinde çocukla arasındaki bağda değişikliğe yol açacak biçimde, bir diğerini kolayca etkileyebilir. Ana babanın bilgisi, beklentileri, tutumları ve öğrenme becerilerindeki değişim, çocuğun büyümesinde ve gelişmesinde de değişim yaratır.

Ailenin öneminden dolayı, bazı uygulamalı çalışmalar aileleri hedeflemiştir. Bu çalışmalarda ana-babaların çocuk yetiştirme becerilerini arttırmak, problem davranışlarla ilgili aile ilişkilerini değiştirmek ve böylelikle riski azaltmak amaçlanmıştır. Bu çalışmaların sonucunda, aileye yönelik programların, problemleri davranışları azaltmada diğer programlara göre daha etkili olduğu görülmüştür (Smith, Gorman-Smith, Quinn, Rabiner, Tolan & Winn, 2004).

Bu programlara, çocuklarını yetiştirme konusunda güçlük çeken anneler için grup müdahaleleri (Puckering & ark., 1994), okula giden çocukların annelerine yönelik beceri kazandırma programı (Irvine, Biglan, Smolkowski, Metzler & Ary, 1999), çocuklarda şiddeti ve öfkeyi azaltma ve önlemede çoklu aile grupları (Smith & ark., 2004), madde kullanımının önlenmesinde ana babaya destek müdahalesi (Sanders, 2000), anne-çocuk eğitim programı (Bekman, 1998) örnek verilebilir.

Durlak (1998), önleme programları üzerine yaptığı gözden geçirme çalışmasında çocukların olası sorunlarını azaltmak için ana babalara uygulanan programların olumlu yönde, oldukça etkili sonuçları olduğunu belirtmiştir. Durlak gözden geçirdiği uygulama programlarının genellikle belirli ana baba davranışlarını içerdiğini görmüştür. Bu davranışlar uygun disiplin yöntemleri, çatışma ve stresle başa çıkma, çocuk ve ana baba arasında olumlu ve açık iletişim kurmayı sağlama gibi davranışlardır. Program uygulayıcıları çocuk yetiştirme biçimindeki değişimin, ailede olumlu bir ana-baba çocuk ilişkisi sağlayacağını ve çocuk ve ergenler açısından önemli kazanımlara yol açacağını düşünmektedir. Bu amaçla yapılan çalışmalar da bu düşünceleri doğrulamaktadır. Sanders'de (2000) ana-babaya veya aileye yönelik yapılan uygulamalı çalışmaların davranış problemleriyle ilişkili risk faktörlerini azaltmada çok önemli olduğunu belirtmiştir. Bu çalışmalardan biri, aileye yönelik davranışçı uygulama programıdır. Söz konusu program, sosyal öğrenme modeli çerçevesinde problemi çözme ve tartışma, limit koyma, ana-babayı izleme ve onlara yönelik danışmanlık, olumlu ilgi ve iletişim gibi spesifik ana-baba becerilerinin önemini vurgular. Pek çok alanda sorunu olan ana-babalar (okul problemi, davranış bozuklukları vs..) bu programa dahil olduklarında önemli kazanımlar sağlamışlardır.

Yapılan programların ailelerin yaşam kalitesi üzerinde de etkileri olabilmektedir. Eğitime katılan ailelerde, çocukların davranış problemlerinde azalmaların yanı sıra ailenin işlevsellik gerektiren diğer alanlarında da, olumlu etkiler görülmüştür. Örneğin; evlilik çatışmasının azalmasıyla ana-babadaki evlilik doyumu artmış, depresyon, kızgınlık ve düşmanlık duyguları azalmış ve ana-baba olarak yeterlilik duyguları artmıştır. Bu müdahalelerin farklı ailelerde ve farklı etnik gruplarda olumlu etkileri olduğu gözlenmiştir (Sanders, 2000).

Türkiye'de, çocukları yetiştirirken olası riskleri azaltma konusunda, ailelere yönelik yukarıda değinilen türden program sayısı oldukça sınırlıdır. Bu konuda yapılan çalışmalara bakıldığında, üzerinde bilimsel araştırmaların yapıldığı program olarak, Anne-Çocuk Eğitim Programı görülmüştür. Anne Çocuk Eğitim Programı, Türkiye'deki 5-6 yaş arası okul öncesi eğitimi sorununa çözüm olarak geliştirilmiş, bilimsel temelli, ev merkezli bir eğitim programıdır (Bekman, 1998). Programın bilimsel araştırmaları yapılırken kontrol grubu kullanılmış ve bu grupların boylamsal takibi yapılmıştır.

Programda, doğrudan annelere ulaşılarak, 5-6 yaş okul öncesi eğitimi konusunda bilinçlendirmeye yönelik eğitimler verilmektedir. Böylece, çocuğun eğitim ihtiyacı ev ortamında karşılanmaktadır. Bir Anne Çocuk Eğitim Programı kursu 25 hafta sürmekte ve yaklaşık üç saatlik haftalık grup toplantılarıyla gerçekleştirilmektedir. Program, 3 bölümden oluşmaktadır. Anne Destek Programı, Kadın Üreme Sağlığı ve Aile Planlaması, Zihinsel Eğitim Programı. Programın Anne Destek Bölümünde anneler, her hafta sohbet şeklinde işlenen, çocukların zihinsel, sosyal ve bedensel gelişimi, beslenmesi, hastalıkları, tuvalet eğitimi, disiplin yöntemleri ve iletişim konularında bilgilendirilmektedir. Kadın Üreme Sağlığı ve Aile Planlaması bölümü yine sohbet şeklinde işlenmektedir ve anneler kadın üreme sistemi, gebelik ve doğum kontrol

yöntemleri hakkında bilgilendirilmektedir. Zihinsel Eğitim Programında annelerle, çocukları için verilen 8 hikaye kitabı ve her biri 20 sayfadan oluşan 25 adet çalışma formuyla çalışılmaktadır. Bu bölümde çocuğun zihinsel gelişiminin desteklenmesi ve okula iyi hazırlanması hedeflenmektedir (Kağıtçıbaşı 1990, 2000; Bekman, 1998, Kağıtçıbaşı, Bekman, Sunar, 1993).

Araştırmaya katılan annelerden ve çocuklarından elde edilen verilerin analiz sonuçlarına bakıldığında; programa dahil olan annelerin çocuklarının, dahil olmayan annelerin çocuklarına göre bilişsel yetileri, kişilik ve sosyal gelişimleri, eğitim öncesine göre eğitim sonrasında istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde farklılaşmıştır. Programa dahil olan çocukların zeka puanları ve okul başarıları, dahil olmayanlara göre eğitim sonrasında daha yüksek çıkmıştır. Ayrıca bu çocuklarının benlik kavramları daha gelişkin ve okula uyumları daha yüksek olarak değerlendirilmiştir (Kağıtçıbaşı 1990, 2000; Bekman, 1998, Kağıtçıbaşı, Bekman, Sunar, 1993). Programın, 2004 yılında yapılan ikinci takip çalışmasından elde edilen bulgular, eğitimin etkisinin, programa dahil olan annelerin çocukları üzerinde devam ettiğini göstermiştir. Bulgulara göre, programa katılan annelerin çocukları katılmayanlara göre daha uzun süre eğitim almışlar, daha geç yaşta işe başlamışlar, mesleki statüleri daha yüksek olan işler bulmuşlar ve bu çocukların sosyal yaşam seviyeleri kontrol grubundakilere göre daha üst seviyede çıkmıştır (Kağıtçıbaşı, Sunar, Bekman, & Cemalcılar, 2005).

Aile eğitimi konusunda Türkiye’de yapılan önemli çalışmalardan biri de, İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü tarafından, 1989 yılından itibaren uygulanan Ana-Baba Okulu modelidir. Modelde ana-babalara, olumlu tutum ve davranışlar geliştirme, sağlıklı iletişim yolları, çocuklarda gelişim süreci içindeki değişimler, çocukların uyum ve davranış sorunları gibi konu-

lar hakkında bilgi verilmiştir. Program 32 saatlik bir program olup çeşitli kamu kurumlarında uygulanmıştır (belediyeler, okullar vb.). Oluşturulan gruplar açık grup niteliğindedir. Programa katılan 3000 kişiye ön test-son test değerlendirmesi olarak tutum ölçeği uygulanmıştır. Verilerin analizinde 32 saatlik programı tamamlayan ana-babaların aşırı koruyucu, baskıcı ve otoriter tutumlarında azalma, eşitlik ve paylaşma tutumlarında artma görülmüştür (Yavuzer, Aydoğmuş, Batlaş, Batlaş, Davaslıgil, Güngörmüş, Konuk, Korkmazlar, Köknel, Navaro, Oktay, Razon, 2001).

Ana-babalara dönük çalışmaların bir boyutunu da engelli çocuğa sahip ana-babalara uygulanan bilgilendirici psikolojik danışmanlık ve ana-baba eğitim programları oluşturmaktadır. Yapılan programlarda genellikle ana babalara, çocukların eğitimiyle ilgili, davranışçı yöntemler aracılığıyla beceriler kazandırılmakta, bilgi ve psikolojik destek sağlamaya yönelik grup danışmanlığı yapılmaktadır. Engelli çocukları olan ailelere yönelik Girli’nin (2002) yaptığı çalışmada eğitim sonrasında eğitim öncesine göre, ana babaların depresyon düzeyinde azalma, benlik saygısı düzeyinde artma görülmüştür.

Türkiye’de yapılan programların içeriğine bakıldığında, her yaşta çocuğu olan belirli açılardan risk grubunda olduğu düşünülen anneleri kapsayan, aile terapileri uygulamalarını programın ana bileşenlerinden biri olarak ele alan, üzerinde bilimsel olarak çalışılmış, kapalı grup niteliğinde bir programa rastlanmamıştır.

Bu alanda, ciddi boyutta olan eksikliğin giderilmesinde basamak oluşturması amacıyla, bir program geliştirilmesi planlanmıştır. Programı geliştirmek için literatür gözden geçirilmiş, Türk kültüründe aile ve kadının statüsü dikkate alınmış ve en etkili sonuçlar alınabilecek grubun anneler olduğuna karar verilmiştir. Programda anneler için önemli olabilecek bazı gelişim konuları ile aile te-

rapilerinin bazı uygulamaları bir araya getirilmiştir. Program aracılığıyla, annelere çocuklarını yetiştirmede, evlilik ilişkilerini düzenlemede ve kişisel gelişimlerini arttırmada yeterlilik ve beceri kazandırılabilceği düşünülmüştür. Eğitim sonunda, değinilen alanlarda yetkinleşen annelerin benlik saygılarının artması beklenmiştir. Hedef grup olarak ta, çocuklarıyla olan ilişkilerinde güçlük yaşayan ve sosyo ekonomik yetersizliklerden dolayı risk taşıyan ailelerdeki anneler belirlenmiştir.

Program üç alanda değişim yaratmayı amaçlamıştır; a-Annenin bilgi, beceri, kendine güven ve yeterlilik duygusunu arttırmak (dolayısıyla annenin benlik saygısını ve yaşam doyumunu yükseltmek), annenin değişimi aracılığıyla aileyi daha işlevsel hale getirmek, b-Çocukların sosyal, duygusal, entelektüel ve davranışsal yeterliliklerini olumlu ana-baba tutumuyla geliştirmek, c-Çocuklar için daha az çatışma ve şiddetin olduğu, güvenli, çekici, besleyici bir ortam oluşturmak

YÖNTEM

Araştırma Deseni

Araştırmada ön test-son test uygulamalı, tek gruplu, yarı deneysel desen kullanılmıştır. Uygulama programı için 17 kişilik tek grup oluşturulmuştur. Grup üyelerinden, müdahalenin etkisini ölçmek amacıyla, eğitim öncesinde ve eğitim sonrasında olmak üzere, aynı ölçeklerle, iki kez veri toplanmıştır.

Anne Eğitim Programı

Program hazırlanırken hedef kitle olarak seçilen annelerin öncelikli ihtiyaçları göz önünde bulundurulmuş ve bunların üç ana konu içerisinde toplanabileceği görülmüştür; a-Çocukların gelişim dönemlerine ait özellikler, bu dönemlerde ortaya çıkabilecek olası sorunlar ve bu sorunlara dair aile içinde neler yapılabileceğine ilişkin konular, b-Problem çözme, iletişim becerilerine dair konu-

lar, c-Eşle ilişkide ve ailede sık görülen sorunlara ilişkin konular. Bu konuları içeren on haftalık bir program hazırlanmıştır. Her hafta bir konunun anlatılması planlanmıştır. Program tanışma ve sonlandırma oturumunun dışında, toplam on haftadan oluşmaktadır. İlk dört hafta çocukların gelişim dönemlerine ve bu dönemde ortaya çıkan olası sorunlara ayrılmıştır. İkinci üç hafta problem çözme, iletişim becerilerine, son üç hafta da ailenin daha işlevsel hale getirilmesi ve eşle ilişkilerdeki olası sorunlara ayrılmıştır.

Programın uygulanmasına haftada bir gün iki saat ayrılmıştır.

Program şu şekilde uygulanmıştır. Haftanın konusu anlatılmaya başlamadan önce grup üyeleri ile kısa bir sohbet yapılmaktadır. Sohbetin içeriği, bir önceki konunun kısa bir özeti ve grup üyelerinin danışmak istedikleri önemli konulardan oluşmaktadır. Özetlemeye olabildiğince grup üyelerinin katılımı sağlanmaktadır. Ayrıca anlatılan konu ile ilgili olarak, üyelerin uygulama denemeleri değerlendirilmektedir. Değerlendirmenin ardından haftanın konusuna geçilmektedir.

Uygulanan program salt bir uzman modeli değildir. Karşılıklı destek ve anlayış eğitim sürecinin temel özelliklerindedir. Program uygulanırken kadının bireyselliğine, deneyimlerine ve sağduyusu ile bulduğu çözümlere saygı önemlidir. Grup üyelerinin anlatılan konuyla ilgili olarak yaşadıkları sorunları birbirleri ile paylaşmaları, birbirlerine öneri getirmeleri desteklenmektedir. Bu açıdan bakıldığında eğitim süreci, etkileşim grubunun bazı özelliklerini de taşımaktadır.

Grup çalışmasında o haftanın konusuyla ilişkili olarak, üyelerin geçmişte yaşadıkları deneyimleri dile getirmeleri için olanak sağlanmakta ve bu deneyimlerin üyelerin şimdiki tutum ve davranışlarıyla ilişkisi kurulmaya çalışılmaktadır. Konu anlatımı ve konuyla ilgili sorular ve paylaşımlar alındıktan

sonra grup üyelerine farkındalık ya da değişim yolunda yapabilecekleri basit öneriler getirilmektedir. Bir sonraki hafta, bu önerilerin uygulamasıyla ilgili yaşananlar konusunda geribildirim alınmaktadır.

Programın uygulanış sürecinde, üyelerin benlik saygılarının artması için bazı olanaklar sağlanmaktadır. Grup içi tartışmalar yapılmakta, üyeler grupta duygularını, düşüncelerini, deneyimlerini ve çözüm önerilerini söylemeleri için cesaretlendirilmektedir. Duygu, düşünce ve davranışların olası nedenleri ve sonuçları konusunda farkındalıklarının artması, iletişim kurma-başa çıkma becerilerinin gelişmesi, aile içinde daha etkin bir rol üstlenmeye başlamaları kadınların öz güvenlerinin artması konusunda destekleyici olmaktadır. Bu durum da üyelerin yaşam doyumlarının artmasına yol açabilmektedir.

Çalışma kapsamlı bir araştırma programından ziyade, risk grubundaki ailelerin ihtiyaçları göz önünde bulundurularak, en kısa sürede en fazla kişiye, en etkili biçimde hizmet vermek için planlanmış bir uygulama çalışmasıdır. Program planlanırken yukarıda adı geçen uygulamalı çalışmalar dikkate alınmıştır.

Program, Kadın Danışma Merkezinde çalışan, bir uzman psikolog tarafından hazırlanıp, aynı uzman psikologla psikoloji bölümünü bitirmek üzere olan bir lisans öğrencisi tarafından da uygulanmıştır. Program, Ege Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Gelişim Psikolojisi Anabilim Dalında çalışmakta olan bir profesör tarafından denetlenmiştir.

Örneklem

Anne Eğitim Programı, psikososyal açıdan risk grubundaki ailelerin daha çok yaşadığı, İzmir ilinin Mevlana mahallesinde bir okulda uygulanmıştır. Eğitim programına katılacak annelere, okuldaki öğretmenler aracılığı ile ulaşılmıştır. Okulda çalışan öğretmenler, ailelerinde sorun olan çocukların annelerini, program yürütücülerine yönlendirmiş-

lerdir. Programa toplam 17 anne başvurmuştur. 17 grup üyesinin 6 sı, çeşitli nedenlerden dolayı programdan ayrılmıştır. Program 11 kişi ile tamamlanmıştır. Programa katılan annelerin yaşı 21 ile 47 arasındadır. Annelerden 2 (%18) sinin okuma yazması yok, 8 (%73) i ilkokul mezunu, 1 (%9) i de lise mezunudur. Grubun tamamı başka şehirlerden göç ederek İzmir'e yerleşmişlerdir ve hepsi de görece yeni göç eden kişilerdir. En uzun göç süresi 16 yıldır. Grup üyelerinden 8 (%73) kişi ekonomik seviyelerini düşük, 3 (%27) kişi de orta olarak belirtmiştir. Çocuk sayıları 1 ile 5 arasında değişmektedir. Annelerden hiçbiri çalışmamaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada, Bireysel Bilgi Toplama Formu, Yaşam Doyumu ve Benlik Saygısı Ölçeği kullanılmıştır. Söz konusu araçlar programdan önce ve sonra olmak üzere, iki kez uygulanmıştır.

I.Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (Rosenberg Self Esteem Scale, RSE): M.Rosenberg (1963), tarafından geliştirilmiştir. Ölçek Türkçe'ye Çuhadaroğlu (1986), tarafından uyarlanmıştır. 63 maddeden oluşan ölçeğin toplam 12 alt testi bulunmaktadır. Bu araştırmada ölçeğin sadece benlik saygısı alt testi kullanılmıştır. Benlik saygısı alt testi 11 maddelik bir kâğıt kalem testidir. Bu testten 0-1 puan alanların yüksek, 2-4 puan alanların orta, 5-6 puan alanların ise düşük benlik saygısına sahip oldukları kabul edilir (Öner, 1997).

II.Yaşam Doyumu Ölçeği: Diener ve ark. (1985) tarafından geliştirilen Yaşam doyumunu Ölçeğinin (The Satisfaction With Life Scale) Türkçe'ye çevrilmesi ve uyarlanması Köker (1991), tarafından yapılmıştır. Ölçeğin güvenilirlik çalışmaları sonucunda; test-tekrar test güvenilirliği $r = .85$, madde-test korelasyonları ise .71 ile .80 arasında hesaplanmıştır.

III. Bireysel Bilgi Formu: Uygulanan bireysel bilgi formunda, önemli olduğu düşünülen bazı sosyo-demografik değişkenlerle ilgili sorular bulunmaktadır. Ayrıca Anne Eğitim Programının etkisiyle farklılaşması beklenen (örn: çocukların problemleri ile başa çıkma düzeyi gibi) bazı değişkenlere dair sorular mevcuttur.

BULGULAR

Grup üyelerinden toplanan verilerin analizinde, Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 11.00 paket programı kullanılmıştır. Ön test ve son test olarak kullanılan, yaşam doyumu ve benlik saygısı ölçeklerinden elde edilen puan ortalamalarının farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için, bağ-

lantılı örneklem için t testi yapılmıştır. Sonuçlar Tablo 1 ve Tablo 2'de sunulmuştur.

Eşle olan duygusal ilişkiden memnunluk düzeyi, çocuklarla olan duygusal ilişkiden memnunluk düzeyi, çocuklarla yaşanan problemlerle başa çıkma düzeyi, eşle yaşanan problemlerle başa çıkma düzeyi, çocukların gelişim dönemlerine ilişkin bilgi düzeyi, eşle olan cinsel yaşantıdan memnunluk düzeyi, kocanın kadına yönelik fiziksel şiddeti, annenin çocuğa yönelik fiziksel şiddeti ve babanın çocuğa yönelik fiziksel şiddeti ile ilişkili ölçümlerin, ön test son test değerlendirmelerine wilcoxon işaretli mertebeler testi ile bakılmıştır. Sonuçlar tablo 3'de sunulmuştur.

Tablo 1: Eğitim Programına Katılan Annelerin Yaşam Doyumu Ölçek Puanlarının Ön Test-Son Test Ortalamaları Ve T Testi Sonuçları

| Ölçek | X | S | t | Sd | p |
|-------------------|-------|------|-------|----|-----|
| Ön test yaş.doym | 20.09 | 9.86 | -1.35 | 10 | .20 |
| Son test yaş.doym | 22.81 | 5.84 | | | |

$p > .05$

Program öncesi ve program sonrası yaşam doyumu puanlarının t testi sonuçlarına bakıldığında; ($t(10) = -1.35, p = .20$), anne eğitim programına katılmak yaşam doyumu açısından anlamlı bir etkiye

yol açmamıştır. Yani programa katılmak, annelerin yaşam doyumunu bir miktar arttırsa da, istatistiksel açıdan anlamlı bir artışa neden olmamıştır.

Tablo 2: Eğitim Programına Katılan Annelerin Benlik Saygısı Ölçek Puanlarının Ön Test-Son Test Ortalamaları ve T Testi Sonuçları

| Ölçek | X | S | t | Sd | p |
|---------------------|-------|------|------|----|-----|
| Ön test benlik say | 26.27 | 5.56 | 5.33 | 10 | .00 |
| Son test benlik say | 18.81 | 4.51 | | | |

*** $p < .001$

Program öncesi ve program sonrası, benlik saygısı ölçek puanlarının t testi sonuçlarına bakıldığında; ($t(10) = 5.33$, $sd = 10$, $p = .00$), anne eğitim programına katılmak benlik saygısı açısın-

dan anlamlı bir etkiye yol açmıştır. Yani programa katılmak, annelerin benlik saygısında istatistiksel açıdan anlamlı bir artışa neden olmuştur.

Tablo 3: Eğitim Programına Katılan Annelerin Bazı Değişkenler İçin Wilcoxon İşaretli Mertebeler Testi Sıralama Sonuçları

| | N | Sıra Ort | Sıra toplamı |
|----------------------------|----|----------|--------------|
| Eş. İliş. Memnuniyet | | | |
| Negatif sıralama | 3 | 3.50 | 10.50 |
| Pozitif sıralama | 5 | 5.10 | 25.50 |
| Aynı | 3 | | |
| Çocuk. İliş. Memnuniyet | | | |
| Negatif sıralama | 1 | 2.50 | 2.50 |
| Pozitif sıralama | 8 | 5.31 | 42.50 |
| Aynı | 1 | | |
| Çocuk. Prob. Başetme | | | |
| Negatif sıralama | 0 | .00 | .00 |
| Pozitif sıralama | 10 | 5.50 | 55.00 |
| Aynı | 1 | | |
| Eş. Prob. Başetme | | | |
| Negatif sıralama | 0 | .00 | .00 |
| Pozitif sıralama | 6 | 3.50 | 21.00 |
| Aynı | 5 | | |
| Bilgi Düzeyi | | | |
| Negatif sıralama | 0 | .00 | .00 |
| Pozitif sıralama | 11 | 6.00 | 66.00 |
| Aynı | 0 | | |
| Cinsel Yaşam. Memnuniyet | | | |
| Negatif sıralama | 1 | 3.00 | 3.00 |
| Pozitif sıralama | 5 | 3.60 | 18.00 |
| Aynı | 5 | | |
| Eş. Fiziksel Şiddet | | | |
| Negatif sıralama | 1 | 1.00 | 1.00 |
| Pozitif sıralama | 2 | 2.50 | 5.00 |
| Aynı | 8 | | |
| Anne. Çoc. Fiziksel Şiddet | | | |
| Negatif sıralama | 0 | .00 | .00 |
| Pozitif sıralama | 6 | 3.50 | 21.00 |
| Aynı | 4 | | |
| Baba. Çoc. Fiziksel Şiddet | | | |
| Negatif sıralama | 1 | 1.50 | 1.50 |
| Pozitif sıralama | 4 | 3.38 | 13.50 |
| Aynı | 5 | | |

Program öncesi ve program sonrası, eşle yaşanan duygusal ilişkideki memnuniyet düzeyi puanlarının karşılaştırılması için, Wilcoxon İşaretli Mertebeler testi sonuçlarına bakıldığında; ($z = -1.10^a$, $p = .27$), anne eğitim programına katılmak eşle ilişkideki memnuniyet düzeyinde anlamlı bir etkiye yol açmamıştır. Programa katılmak annelerin eşleri ile olan duygusal ilişkilerinden memnun olma düzeyinde istatistiksel açıdan anlamlı bir artışa yol açmamıştır.

Program öncesi ve program sonrası, çocuklarla yaşanan duygusal ilişkideki memnuniyet düzeyi puanlarının karşılaştırılması için, Wilcoxon İşaretli Mertebeler testi sonuçlarına bakıldığında; ($z = -2.41^a$, $p = .01$), anne eğitim programına katılmak, çocuklarla yaşanan ilişkideki memnuniyet düzeyinde anlamlı bir etkiye yol açmıştır. Programa katılmak annelerin çocuklarıyla yaşadıkları duygusal ilişkilerinden memnun olma düzeylerinde istatistiksel açıdan anlamlı bir artışa yol açmıştır.

Program öncesi ve program sonrası, çocuklarla yaşanan problemlerle başa çıkma düzeyi puanlarının karşılaştırılması için, Wilcoxon İşaretli Mertebeler testi sonuçlarına bakıldığında; ($z = -2.84^a$, $p = .004$), anne eğitim programına katılmak, çocuklarla yaşanan problemlerle başa çıkma düzeyinde anlamlı bir etkiye yol açmıştır. Programa katılmak annelerin çocuklarıyla yaşadıkları problemlerle başa çıkma düzeyinde istatistiksel açıdan anlamlı bir artış sağlamıştır.

Program öncesi ve program sonrası, eşlerle yaşanan problemlerle başa çıkma düzeyi puanlarının karşılaştırılması için, Wilcoxon İşaretli Mertebeler testi sonuçlarına bakıldığında; ($z = -2.23^a$, $p = .02$), anne eğitim programına katılmak, eşle yaşanan problemlerle başa çıkma düzeyinde anlamlı bir etkiye yol açmıştır. Programa katılmak, annelerin eşleriyle yaşadıkları problemlerle başa çıkma düzeyinde istatistiksel açıdan anlamlı bir artış sağlamıştır.

Program öncesi ve program sonrası, çocukların gelişim dönemleri ve olası sorunlarla ilgili bilgi düzeyi puanlarının karşılaştırılması için, Wilcoxon İşaretli Mertebeler testi sonuçlarına bakıldığında; ($z = -2.97^a$, $p = .003$), anne eğitim programına katılmak, annelerin çocukların gelişim dönemleri ve olası sorunlarla ilgili bilgi düzeylerinde anlamlı bir etkiye yol açmıştır. Programa katılmak annelerin çocukların gelişim dönemleri ve bu dönemlerde ortaya çıkabilecek olası sorunlarla ilgili bilgi düzeylerinde istatistiksel açıdan anlamlı bir artış sağlamıştır.

Program öncesi ve program sonrası, annelerin cinsel yaşamdan memnuniyet düzeyi puanlarının karşılaştırılması için, Wilcoxon İşaretli Mertebeler testi sonuçlarına bakıldığında ($z = -1.66^a$, $p = .09$), anne eğitim programına katılmak, annelerin cinsel yaşamından memnuniyet düzeyinde anlamlı bir etkiye yol açmamıştır. Programa katılmak, annelerin cinsel yaşamlarından memnun olma düzeylerinde istatistiksel açıdan anlamlı bir artışa yol açmamıştır.

Program öncesi ve program sonrası, eşin kadına yönelik fiziksel şiddet uygulama düzeyi puanlarının karşılaştırılması için, Wilcoxon İşaretli Mertebeler testi sonuçlarına bakıldığında; ($z = -1.06^a$, $p = .28$), anne eğitim programına katılmak, eşin kadına yönelik şiddet uygulama düzeyinde anlamlı bir etkiye yol açmamıştır. Programa katılmak, eşlerin kadına yönelik şiddet uygulama düzeyinde istatistiksel açıdan anlamlı bir azalmaya yol açmamıştır.

Program öncesi ve program sonrası, annelerin çocuğa yönelik fiziksel şiddet uygulama düzeyi puanlarının karşılaştırılması için, Wilcoxon İşaretli Mertebeler testi sonuçlarına bakıldığında; ($z = -2.23^a$, $p = .02$), anne eğitim programına katılmak, annelerin çocuğa yönelik şiddet uygulama düzeylerinde anlamlı bir etkiye yol açmıştır. Programa katılmak, annelerin çocuklarına yönelik şiddet uy-

gulama düzeylerinde istatistiksel açıdan anlamlı bir azalmaya yol açmıştır.

Program öncesi ve program sonrası, babanın çocuğa yönelik fiziksel şiddet uygulama düzeyi puanlarının karşılaştırılması için, Wilcoxon İşaretli Mertebeler testi sonuçlarına bakıldığında; ($z = -1.63^a$, $p = .10$), anne eğitim programına katılmak, babaların çocuğa yönelik şiddet uygulama düzeylerinde anlamlı bir etkiye yol açmamıştır. Programa katılmak, babaların çocuklarına yönelik şiddet uygulama düzeylerinde istatistiksel açıdan anlamlı bir azalmaya yol açmamıştır.

TARTIŞMA

Bu araştırmanın amacı, çeşitli açılardan risk grubunda olduğu düşünülen annelere uygulanan eğitim programının etkililiğini ölçmektir. Program aracılığıyla, annelerin kendine güven ve yeterlilik duygularını arttırarak, benlik saygılarını, yaşam doyumlarını ve aile içinde yaşanan güçlüklerle başa çıkma becerilerini yükseltmek hedeflenmiştir.

Araştırmanın bulgularına bakıldığında, uygulanan Anne Eğitim Programının, değişim yaratması amaçlanan alanlarda, etkili olduğunu göstermiştir. Programın, eğitim öncesine göre eğitim sonrasında, annelerde değişim yarattığı alanlar şunlardır. Annelerin benlik saygısında, eşleri ile olan duygusal ilişkilerinden memnunluk düzeylerinde, çocuklarıyla olan duygusal ilişkilerinden memnunluk düzeylerinde, çocuklarıyla yaşadıkları problemlerle baş etme düzeylerinde, eşleriyle yaşadıkları problemlerle baş etme düzeylerinde, çocukların gelişim dönemlerine ilişkin bilgi düzeylerinde, eğitim öncesine göre eğitim sonrasında, istatistiksel açıdan anlamlı bir artış söz konusudur. Yine annelerin çocuklarına yönelik uyguladıkları şiddet düzeylerinde eğitim öncesine göre eğitim sonrasında, istatistiksel açıdan anlamlı bir azalma vardır.

Annelerin yaşam doyumu düzeyleri, eşleri ile yaşadıkları ilişkiden memnunluk düzeyleri, cinsel yaşantılarından memnunluk düzeyleri alanlarında, eğitim öncesine göre eğitim sonrasında, görece bir artış vardır. Ancak istatistiksel açıdan bu artış anlamlı değildir. Ayrıca eşlerin, kadına ve çocuğa yönelik uyguladıkları şiddet düzeylerinde görece bir azalma vardır. Ancak istatistiksel açıdan anlamlı değildir.

Eğitim programı sonucunda elde edilen bulgular, bu alanda literatürdeki araştırma bulgularıyla uyumludur. Puckering ve arkadaşlarının (1994) yaptığı, çocuklarını yetiştirme konusunda güçlük çeken anneler için grup müdahalesi programında, anneler eğitimden sonra çocuklarının davranışlarında ciddi düzelmeler olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca eğitimin kendilerine güven kazandırdığını, çocukları ile olan etkileşimlerinin değiştiğini, iletişimlerinin arttığını, olumsuz yöndeki tutumlarının azaldığını, çocuklarıyla olmaktan daha hoşnut olduklarını söylemişlerdir. Bununla birlikte eşleri ile ilişkilerinde de düzelmeye olduğu araştırma sonucunda saptanmıştır. Irvine ve ark.'nın (1999), okula giden çocukların annelerine yönelik beceri kazandırma programının bulguları da benzer özellikler taşımaktadır. Bu çalışmada eğitimden sonra katılımcıların, bekleme grubuna göre problem çözme-iletişim becerilerinde artış sağlanmıştır. Ayrıca çocukların davranış problemlerinde azalmalar olmuştur. Smith ve ark.'nın (2004), çocuklarda şiddeti ve öfkeyi, azaltma ve önlemede çoklu aile grupları programında ve Sanders'in (2000), madde kullanımının önlenmesinde ana babaya destek müdahalesi programında, amaçlanan değişime yönelik bulgular söz konusudur. Durlak'da (1998), önleme programları üzerine yaptığı gözden geçirme çalışmasında, çocukların olası sorunlarını azaltmak için ana babalara uygulanan programların olumlu yönde, oldukça etkili sonuçları olduğunu belirtmiştir.

Uygulanan bu müdahale çalışmasında, tartışılması gereken bazı sınırlılıkların olduğu düşünülmektedir. Bunlardan biri araştırmanın desenine dairdir. Böyle bir müdahale programında, kontrol grubunun olduğu ve izleme çalışmasının yapıldığı bir deneysel desen, araştırmanın iç tutarlılığı açısından çok daha iyi sonuç verecektir. Ayrıca gruptaki altı kişilik denek kaybı, uygulama grubundaki sayının azalmasına yol açmıştır. Buda az sayıda denek üzerinden istatistiksel analiz yapmaya neden olmuştur. Grupta daha fazla deneğin olması, araştırmanın iç tutarlılığını arttıracak şeylerden biridir. Bu programda tartışılacak bir diğer konu programın uygulama süresidir. On haftalık bir uygulama süresi, ailelerin sorun yaşadıkları alanlar

göz önünde bulundurulduğunda, yetersiz kalmaktadır. Bu yetersizlik eşlerle olan ilişkilerdeki değişim miktarına bakıldığında daha iyi anlaşılmaktadır. Bu durumu eğitim sonunda grup üyeleri de belirtmişlerdir.

Ülkemizde risk grubundaki ailelere yönelik, üzerinde bilimsel olarak çalışılmış, etkili ve maliyeti düşük önleyici bir programın olmadığı göz önünde bulundurulduğunda, bu çalışmanın bulgularının önemli olduğu düşünülmektedir. Çünkü eğitim programı ile değişim yaratılan alanlar, uzun vadede toplum sağlığı açısından, önemli kazanımlar sağlayabilir. Ayrıca program, alanda yapılacak yeni uygulamalar için bir model oluşturabilir.

KAYNAKLAR

- Blocher D.H. (2000). *Counseling:A developmental approach* (4th ed.). New York. Wiley.
- Bekman S. (1998). *Eşit fırsat: Anne-çocuk eğitim programının değerlendirilmesi* (1.Baskı). İstanbul. Yayıncı Matbaası.
- Corey G., Corey M.S., (2002). *Groups Process and Practice* (6th ed.). Pacific Grove.
- Durlak J.A. (1998). Primary prevention mental health programs for children and adolescents are effective. *Journal of Mental Health*, 7 (5), 463-469.
- Girli A. (2002). *Otistik çocukların ailelerine yönelik grup rehberliğinin ailelerin kabul düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İzmir.

- Irvine A. B., Biglan A., Smolkowski K., Metzler C. W. ve Ary D. V. (1999). The effectiveness of a parenting skills program for parents of middle school students in small communities. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 67 (6), 811-825.
- Kağıtçıbaşı Ç. (1990). Çocuk gelişiminde erken destek projesi Türkiye örneği. S. Bekman (editör) *Erken Çocukluk Eğitiminde Farklı Modeller* Seminer Bildirilerinde (sayfa 41-59). UNICEF Türkiye Temsilciliği
- Kağıtçıbaşı Ç. (2000). *Kültürel psikoloji: Kültür bağlamında insan ve aile* (2. Baskı). İstanbul. Evrim Yayınları.

- Kağıtçıbaşı Ç., Bekman S., Sunar D., (1993). *Başarı ailede başlar: Çok amaçlı eğitim modeli*. İstanbul. YA-PA Yayınları.
- Korkmazlar Ü., Köknel Ö., Navaro L., Oktay A., Razon N. (2001). *Ana-baba okulu* (9.baskı). İstanbul. Remzi Kitapevi.
- Köker S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Minuchin S. (1974). *Families and family therapy*. Cambridge MA: Harvard University Press.
- Öner N. (1997). *Türkiye’de kullanılan psikolojik testler* (3.Baskı). İstanbul. Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Puckering C., Rogers J., Mills M., Coort. A. D. ve Graff M. M. (1994). Process and evaluation of a group intervention for mothers with parenting difficulties. *Child Abuse Reivew*, 3, 299-310.
- Sanders M. R. (2000). Community-based parenting and family support interventions and the prevention of drug abuse. *Addictive Behaviors*, 25 (6), 929-942.
- Smith E. P., Gorman-Smith D., Quinn W. H., Rabiner D. L., Tolan P. H. ve Winn D. M. (2004). Community-based multiple family groups to prevent and reduce violent and aggressive behavior. *American Journal of Preventive Medicine*, 26, 39-47.
- Yavuzer H., Aydoğmuş K., Batlaş A., Batlaş Z., Davaşlıgil Ü., Güngörmüş O., Konuk E.,