

0-3 yaş rutin eğitimleri: Türkiye’de yapılmış lisansüstü tezlerin incelenmesi

0-3 age routine trainings: an investigation of postgraduate theses in Türkiye

Asude Bayram¹, Fatma Elif Ergin²¹Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Gelişimi Bölümü, Bilecik, Türkiye.²Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Gelişimi Bölümü, Ankara, Türkiye.

ÖZET

Amaç: İnsan yaşamında kritik bir evre olan 0-3 yaş dönemi, çocuğun bakım verene en fazla ihtiyaç duyduğu zaman dilimidir. Bu süreçte oluşturulan düzenli rutinler; güven duygusu, öz düzenleme becerisi ve sosyal uyum gibi çeşitli gelişim alanlarını destekleyen temel bir yapı taşıdır. Bu bağlamda çalışmada, 0-3 yaşta; uyku, tuvalet, beslenme rutinleri hakkında bilgi vermek ve bu alanda yapılmış eğitim ve programları içeren lisansüstü tezleri çeşitli yönlerden ele alarak incelemek amaçlanmıştır.

Yöntem: Bu alanda Türkiye’de yapılmış lisansüstü tezlerin doküman analizini gerçekleştirmek için Yüksek Öğretim Kurumu (YÖK) Ulusal Tez Merkezi; “0-36 ay”, “0-12 ay”, “0-3 yaş”, “Uyku”, “Rutin”, “Beslenme”, “Tuvalet”, “Eğitim”, “Ebeveyn”, “Çocuk”, “Bebek”, “Önleyici Müdahale” ve “Erken Müdahale” anahtar sözcükleri ile taranmıştır. Bu kriterler ışığında elde edilen çalışmalar dışlama ve dahil etme kriterleri kapsamında ayrıntılı bir şekilde incelenmiştir. İncelemeler sonucunda 13 çalışmanın araştırma kapsamına girmediği tespit edilmiş ve 36 tez çalışması araştırmaya dahil edilmiştir. Çalışmalar yıl, tez türü, bilim dalı, tez adı, çalışma grubu, veri toplama araçları ve sonuç başlıklarında ele alınmıştır.

Bulgular: Bulgularda, ebeveynlere verilen rutin eğitimleri ile stres ve kaygı düzeylerinin azalarak psikolojik destek sağlandığı, bilgi düzeylerinin artarak bilinç seviyelerinin yükseldiği tespit edilmiştir. Ayrıca eğitimler sonucunda ebeveyn-bebek bağlanma düzeyinin arttığı ve rutinlerin olumlu yönde etkilendiği görülmüştür. Literatür incelendiğinde bu alanda yapılmış çalışmaların bebeklikten sonraki dönemlerde daha yoğun olduğu görülmüştür. Ayrıca rutinler özelinde ülkede çapında uygulanan, geniş kitlelere ulaşmış önleyici müdahale programlarının olmadığı tespit edilmiştir.

Sonuçlar: Bu kapsamda bebeklik dönemi rutinlerine yönelik devlet destekli projelerin yürütülmesi, geniş kitlelere ve her kesimden aileye uygulanabilir nitelikte olan önleyici müdahale programlarının geliştirilmesi ve uygulanmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: bebeklik; beslenme; çocuk gelişimi; eğitim; tuvalet; uyku; rutin

ABSTRACT

Aim: The 0-3 age period, which is a critical phase in human life, is the time when the child is most reliant on a caregiver. It is evident that established routines, in conjunction with the developmental process, have a significant impact on various domains, including the cultivation of trust, the enhancement of self-regulation skills, and the facilitation of social adaptation. In this context, the study aims to provide information about sleep, toilet and nutrition routines and to examine the postgraduate thesis studies containing training and programs in this field from various perspectives.

Method: In order to analyse the postgraduate thesis studies carried out in Türkiye in this field, the Council of Higher Education (YÖK) has scanned the following keywords: "0-36 months", "0-12 months", "0-3 years", "sleep", "routine", "nutrition", "toilet", "education", "parents", "child", "Baby", "Preventive intervention" and "early intervention". The studies obtained in accordance with the aforementioned criteria were subjected to a comprehensive examination in order to ascertain their eligibility based on the established exclusion and inclusion criteria. The investigation yielded 13 studies that were excluded from the research, while 36 thesis studies were included. The studies have been discussed in terms of their year, thesis type, science department, thesis name, working group, data collection tools and results.

Results: The findings indicated a reduction in stress and anxiety levels among parents who received routine training, accompanied by an increase in psychological support and knowledge. Furthermore, the training programme resulted in an enhancement of the parent-baby attachment and a favourable impact on routines. A review of the literature revealed that studies in this field have been more prevalent in the post-infancy period. Furthermore, it was determined that there were no preventive intervention programs in the country that had reached a significant portion of the population.

Conclusion: In light of the aforementioned considerations, it is proposed that state-sponsored initiatives be undertaken to establish infant routines and to develop and implement preventive intervention programmes that can be widely disseminated and adapted for diverse family structures.

Keywords: infancy; nutrition; child development; education; toilet; sleep

Giriş

Gelişimin bütünlük ilkesinden yola çıkarak; bilişsel, sosyal, duygusal ve biyolojik süreçler arasında görülen bağ, aynı zamanda yaşam boyu gelişim dönemlerinde de kendini göstermektedir (Santrock, 2023). Buradaki önemli nokta; bir dönemde yaşanan gelişimin diğer dönemlere yansımalarıdır (Douglas, 2017; Santrock, 2023). Örneğin erken dönemde uyku rutini sağlıklı olan bir çocuk, yetişkinliğinde de iyi bir uyku alışkanlığına sahip olmaktadır (Akar, 2020; Taşdemir & Temel, 2015).

İnsan yaşamında kritik bir evre olan bebeklik (Chouraqui vd., 2019), bakım verene karşı duyulan ihtiyacın en fazla olduğu dönemlerden biridir (Ulutaş Avcu & Çalışkan, 2015). Doğum sonrası gelişimin en hızlı olduğu bu dönemde (Öztekin, 2018), ebeveyn tarafından temel ihtiyaçların zamanında ve yeterli düzeyde karşılanması, bebekte güven duygusunun gelişmesini sağlarken (Maree, 2021) karşılanmaması güvensizliğin ortaya çıkmasına yol açmaktadır (Ulutaş Avcu & Çalışkan, 2015). Bebeklerin 0-1,5 yaş döneminde libidosu ağız bölgesindedir (Santrock, 2023). Bebek, emerek doymakta ve rahatlamaktadır (Tekkeli & Akto, 2022). Bu dönemde bebeğin aç kalması ya da fazla doyması ileride bağımlılık gibi problemlere yol açabilmektedir (Demir, 2020). Dönemi sağlıklı geçiren bireyler ise yaşamlarında uyumlu ve umutlu olma eğilimindedir (Bayram, 2020; Middlemiss

vd., 2012). Bebeklerde; uyku, beslenme, sindirim ve boşaltım işlevlerinin düzenli ve kolay gerçekleşmesi güven duygusunun geliştiğine işaretir (Gürses & Kılavuz, 2011). 1-3 yaş içeren dönemde ise, libido anal bölgede kendini göstermektedir (Tekkeli & Akto, 2022). Bu alandaki kasların gelişmesiyle tuvalet eğitimi başlamaktadır (Ayaz vd., 2019). Eğitim sürecinde ebeveynlerden görülen tutum çocuğu büyük oranda etkilemektedir. Örneğin umursamaz, çok esnek bir süreç geçiren çocuklarda dağınıklık, özensizlik gibi durumlar görülürken; bu süreci baskı altında geçiren çocuklarda ise aşırı titizlik, cimrilik gibi davranış problemleri görülebilmektedir (Sağlık, 2021). Bu dönemde, çocuk yaptığı her girişimde ebeveyn müdahalesi ile karşılaştığında kendi becerisi hakkında kuşku duyup utanç duygusu geliştirmektedir (Maree, 2021). Ancak günlük yaşamında, tehlike oluşturmayacak alanlarda çevreyi keşfetmesine fırsat sunulduğunda özerklik duygusu kazanmaktadır (Santrock, 2021).

Bebeğin sosyo-duygusal ihtiyaçları kadar; beslenme, uyku ve temizlik gibi temel konularda fiziksel ihtiyaçlarının da zamanında ve sağlıklı bir rutin ile karşılanması oldukça önemlidir (Öztekin, 2018). Yapılan çalışmalarda temel rutinlerin birbiri ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Bergman, 2013; Douglas, 2017). Tuvalet kontrolü, uyku ve beslenme düzeni, çocuktaki benlik kontrolüne işaret eden faktörlerdendir (Akar, 2020). Sağlıklı rutinelere sahip olan çocukların; sosyal, psikolojik ve akademik alanlar başta olmak üzere diğer alanlarda da başarılı olduğu tespit edilmiştir (İşsever vd., 2021).

Genel sağlığın göstergesi olan, bağımsızlık sistemini güçlendiren, yaşamın devamı için gerekli olan uyku (Akar, 2020; Kahraman, 2018); insan hayatının üçte birini kapsayan (Tuncer vd., 2020), temel fizyolojik bir ihtiyaçtır (Fatih & Akyol, 2019; İşsever vd., 2021). Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisinin ilk basamağında yer alan uyku (Fatih & Akyol, 2019), yalnızca uyanık olmamak değil aynı zamanda beyin aktif biyolojik bir fonksiyonudur (Basınlı & Kahraman, 2020; Pıçak vd., 2010). İnsan vücudunun hafıza, öğrenme ve büyüme gibi fizyolojik fonksiyonları için gerekli olan düzenlemeler uyku esnasında yapılmaktadır (Cırdı, 2019; Douglas, 2017). Özellikle yaşamın ilk yıllarında, zamanlarının büyük bir kısmını uykuda geçiren bebekler için uyku ve uyanıklık döngüsü oldukça önemlidir (Ward vd., 2007). Yapılan çalışmalarda iki yaşında bir çocuğun; 8.000 saatini uyanık, 9.500 saatini ise uykuda geçirdiği tespit edilmiştir (Cırdı, 2019).

Uyku; bebeğin ilk kez karşılaştığı, sayısız uyarana maruz kaldığı dünya yaşamında, rahatlatma (Fatih & Akyol, 2019) ve stres seviyesinin azalmasına neden olmaktadır (Middlemiss vd., 2012; Watamura vd., 2004). Dünyaya yeni gelen bir bebek diğer yaşamsal faaliyetlerde olduğu gibi uykuda da (özellikle uzun süreli ve gece uykusunda) uyum süreci yaşamaktadır. Yeni doğan günde 16-20 saat (3-4 saatlik uyku periyotlarıyla) (İşsever vd., 2021), dördüncü ayda 14-15 saat, altıncı ayda 13-14 saat (6-8 saatlik uyku periyotlarıyla) ve dokuzuncu ayda tüm gece uyuyabilmektedir (Akar, 2020; Basınlı & Kahraman, 2020; Kahraman, 2018). Bu rutinin düzene girmesi yaklaşık altıncı aydan sonra gerçekleşmekle beraber; çocuğun mizacı, duygu durumu, yaşı, sağlığı, uyku öncesi beslenmesi, ekran maruziyeti, yaşadığı fiziki ortam özellikleri ve aile özellikleri gibi faktörler uyku düzenini etkileyerek (Carrow vd., 2020; Fatih & Akyol, 2019; Kahraman, 2018) farklılıklara yol açabilmektedir (Akar & Yavuzer, 2023; Owens & Witmans, 2004). Ebeveyn, bebeğin uyku düzeni üzerinde önemli bir role sahiptir (Basınlı & Kahraman, 2020; Douglas, 2017; Fatih & Akyol, 2019; Middlemiss vd., 2012). Yapılan çalışmalarda annelerin bebeklerini uyuturken; sallama, masaj, ninni, kundak, müzik, emzik, yüzünü örtme ve emerek birlikte uyuma (Douglas, 2017; Mery vd., 2021) gibi yöntemleri uygulandığı ortaya çıkmıştır (Gözün Kahraman & Ceylan, 2018; Çevik, 2014). Uyku öncesi güvenli uyku alanı sağlamak (Carrow vd., 2020; Mery vd., 2021) gibi tutarlı davranışlar (İşsever vd., 2021); süreci kolaylaştırmakta ve çocuk tarafından pozitif tepkiye yol açmaktadır (Akar, 2020). Bu alanda annelerin %30'unun problem yaşadığı, çoğunun yardıma ihtiyacı olduğu (Douglas, 2017; Erdoğan & Turan, 2018; Kahraman, 2018; Taşdemir & Temel, 2015) ve verilen eğitimlerin ise olumlu sonuçlara yol açtığı tespit edilmiştir (Basınlı & Kahraman, 2020; Carrow vd., 2020; Mery vd., 2021; Middlemiss vd., 2012).

Beslenme, bireyin hayati fonksiyonlarını yerine getirebilmesi (Dilsiz, 2013), büyüyüp gelişmesi için gerekli olan gıda maddelerinin vücuda alımıdır (Baysal, 2015; Beşer & Çokuğraş, 2018; Muggaga vd., 2021). Sağlıklı beslenmenin varlığından söz edebilmek için; vücudun ihtiyacı olan tüm besinlerden uygun sıklıkta ve yeterli miktarda tüketilmesi gerekmektedir (Aktaç, 2012; Özbilgin vd., 2011; Summerbell vd., 2014). Sağlıklı beslenme ile olası sağlık sorunlarının önüne geçilebilmektedir (Özenoğlu vd., 2021). Buna karşın toplumda, beslenme alanında yaşanan sorunlar oldukça yaygındır (Baysal, 2015; Chouraqui vd., 2020; Muntaha, 2021; Pehlivan, 2019). Beslenme rutini oluşma sürecinde olan bebek (Kyttälä vd., 2010) daha fazla gıda istemediğinde yetişkin tarafından zorlanırsa sorunlara yol açabileceğinden, tokluk anlayışla karşılanmalıdır (Aktaç, 2012; Giden, 2013). Küçük yaşta beslenme sorunlarının yaşanması kritik bir öneme sahip olduğundan, uzun vadeli; fiziksel ve sosyo-duygusal gelişime zarar vermektedir (Beşer & Çokuğraş, 2018; Dilsiz, 2013; Erdélyi Sipos vd., 2019).

0-6 aylık bebeklerin yaklaşık 20 cm'lik bir mesafeyi net gördükleri göz önüne alındığında, fiziksel temas sağlanarak anne-bebek bağının güçlendiği emme anında (Akşit, 2020; Baysal, 2015); bebek annenin yüzünü net bir şekilde görmekte ve göz teması sağlanmaktadır (Özmert, 2006). Annenin solunum ve kalp ritmi ile bebeğin emme ritminin şekillendiği (Türkyılmaz, 2016), iş birliği içinde hareket ettikleri bu sürecin ilk altı ayında sadece anne sütü ile beslenme önerilmektedir (Akşit, 2020; Beşer & Çokuğraş, 2018; Bülbül & Kılınçkaya, 2013). Altıncı aydan sonra ise anne sütü ile beraber ek gıdalara geçildiği ikinci bir dönem başlamaktadır (Aktaç, 2012; Baysal, 2015; Summerbell vd., 2014). Bu dönemde yeterli ek gıda tüketimi ve besin hijyeninin yanı sıra, beslenme anında ebeveyn-bebek arasındaki ilişkinin sağlıklı olması (Dilsiz, 2013); bebeklerin gelecekte sağlıklı bir beslenme rutinine sahip olmasında önemli bir role sahiptir (Beşer & Çokuğraş, 2018). Ebeveyn çocuğun yaşı ve kişisel farklılıkları göz önünde bulundurarak (Aktaç, 2012; Chouraqui vd., 2019) beslenme sürecine ilgili olmalı ancak ısrarcı olmamalıdır (Dilsiz, 2013). Az miktarda beslenme süreci başlatmalı, çocuk talep ettiği takdirde gıda miktarında artırım yapılmalıdır (Baysal, 2015). Yemek seçiminde çocuğa da rol verilerek sürece aktif katılımı için fırsatlar sunulmalıdır (Dilsiz, 2013). Yapılan çalışmalarda çocukların en sağlıklı beslenmeyi hem destekledikleri hem de kontrol edebildikleri, izole edilmeden yetişkinlerle birlikte sofrada oturarak ve kendi yemelerine fırsat verilerek gerçekleştirdikleri tespit edilmiştir (Aktaç, 2012; Baysal, 2015). Bu nedenle çocukların sağlıklı beslenebilmesi için ailenin sağlıklı besinler tüketmesi oldukça önemlidir (Kyttälä vd., 2010).

Tuvalet eğitimi; çocuğun tuvaletinin geldiğini fark ederek, idrar ve dışkı kontrolünü sağlaması ve bu ihtiyacını kendi başına giderebilme becerisidir (tuvaletle giderek kıyafetlerini çıkarma, boşaltım sağlandıktan sonra kişisel temizliği yaparak kıyafetlerini

giyme ve sifonu çekerek ellerini yıkama aşamalarını yerine getirmesi) (Polat, 2019; Öncül & Yücesoy Özkan, 2021). Çocuğun öğrenebileceği en önemli temel yaşam becerilerden biri olan tuvalet eğitimi (Kural & Köse, 2022), erken çocukluk döneminin (Cebeci, 2022) kritik gelişimsel bir görevidir (Baird vd., 2019; Yılmaz Bolat, 2015). 0-12 aylık dönemde mesane ve bağırsak boşaltımı refleks olarak gerçekleşir (Çetin vd., 2020; Hodges vd., 2014). 1-3 yaşlarında çocuğun yürümeye başlamasıyla beraber anüsün kasılmasına neden olan kaslardaki sinirler olgunlaşır ve dışkının tutulup bırakılma denetimi kendini göstermeye başlar (Baird vd., 2019; Hooman vd., 2013). Bu alışkanlığın kazanılması için, bireysel farklılıklar göz önünde bulundurularak (Hodges vd., 2014; Kural & Köse, 2022); çocuğun psikolojik (Çetin vd., 2020) ve fiziksel olarak hazır olduğu dönem tercih edilmelidir (Baird vd., 2019; Cebeci, 2022; Menekşe vd., 2022). Bu süreçte ebeveynin olumsuz tutumları süreci zorlaştırmakla beraber, çocukta davranış problemlerine de yol açmaktadır (Kösterlioğlu, 2018). 374 katılımcı ile yapılan bir çalışmada çocuklardan 74'ünün tuvalet eğitiminde sorun yaşadığı (Kural & Köse, 2022), ebeveynlerin sürece dair bilgi eksikliğinin olduğu (Menekşe vd., 2022) ve bu durumun strese neden olduğu tespit edilmiştir (Sclar & Mosler, 2021). Bu bulgulardan yola çıkarak; ebeveynlerin tuvalet eğitimi sürecinin işleyişi ve yaşanabilecek olası durumlar hakkında daha fazla bilgi sahibi olmasının faydalı olacağı anlaşılmaktadır (Baird vd., 2019; Kural & Köse, 2022). Bu bağlamda, yaşamın erken döneminde kazanılan sağlıklı uyku, beslenme ve tuvalet rutinleri; çocuğun fiziksel, duygusal, sosyal ve bilişsel gelişiminin temelini oluşturarak tüm yaşamını etkileyen kritik yapıtaşlarıdır.

Bebeklerin sağlıklı bir başlangıç yapması, gelecek yıllardaki duygusal, sosyal ve bilişsel gelişimleri için sağlam bir temel oluşturmaktadır (Douglas, 2017; Santrock, 2023). Bu temelin dayandığı beceriler, yaşamın ilk üç yılında kazanılmaktadır (Aslan vd., 2022; Muntaha, 2021). Bu dönemde uyku, beslenme, tuvalet gibi temel rutinler; ebeveynle olan ilişki çerçevesinde şekillenmektedir (Işıkoğlu Erdoğan & Ergenekon, 2021; Middlemiss vd., 2012; Summerbell vd., 2014). Bu bağlamda olumsuz ebeveyn tutumlarının davranış bozuklukları açısından bir risk unsuru olduğu (Fatih & Akyol, 2019), olumlu tutumların ise risk faktörlerine karşı koruyucu bir işlev gördüğü tespit edilmiştir (Öztekin, 2018; Summerbell vd., 2014; Taşdemir & Temel, 2015).

0-3 yaş döneminde ebeveynle kurulan ilişki, çocuğun beyin gelişimini şekillendirerek tüm yaşamı etkilemektedir (Chouraqui vd., 2020; Douglas, 2017). Bu ilişkide yaşanan duygusal ihmal, güvensizlik ya da tutarsızlık gibi olumsuzluklar çocukta yoğun bir strese neden olmaktadır. Bu dönemde sağlıklı yürütülmeyen süreçler ve çocuğun yoğun strese maruz kalması, beyin yapısına zarar verebilmektedir. Bu durum uzun vadede hem sağlık sorunlarına (Middlemiss vd., 2012; Öztekin, 2018) hem de davranış problemlerine yol açmaktadır (Özmert, 2006; Ulutaş Avcu & Çalışkan, 2015). Bu nedenle ailelerin bu süreci daha sağlıklı ve bilinçli bir şekilde yürütmesi için 0-3 yaşta; uyku, beslenme ve tuvalet eğitimi gibi temel rutinlere yönelik bilgiler desteklenmelidir. Günümüzde artan davranış bozuklukları, uyku sorunları ve beslenme bozuklukları gibi problemler verilecek eğitimlerin önemine ışık tutmaktadır. Yapılan çalışmalarda, önleyici programlarla davranış problemlerinin önüne geçilebildiği tespit edilmiştir (Öztekin, 2018; Summerbell vd., 2014).

Buna karşın yaşamın ilk yıllarında ebeveynlerle güvenli ve sağlıklı ilişkiler içinde şekillenen uyku, beslenme ve tuvalet gibi temel rutinlerin; yalnızca çocukların fiziksel gelişimlerini değil, aynı zamanda duygu düzenleme, stresle baş etme ve sosyal ilişki kurma gibi becerilerini de desteklemektedir (Akcan, 2012; Çitil, 2016). Ayrıca, bu rutinler ebeveynlerin bakım verme sürecinde kendilerini daha yeterli ve kontrollü hissetmelerini sağlayarak, ebeveyn iyi oluşunu da olumlu yönde etkilemektedir (Küçükkaya, 2022). Bu bakış açısıyla, erken çocukluk döneminde sağlıklı rutin alışkanlıklarının kazandırılması hem çocukların gelişimi hem ebeveyn-çocuk ilişkisi, hem de ebeveynlerin psikolojik iyilik halleri açısından destekleyici bir unsur olarak değerlendirilmektedir.

Bu çalışmada doküman inceleme yöntemiyle 2010-2024 yılları arasında 0-3 yaş; uyku, tuvalet ve beslenme rutinlerine yönelik yapılmış lisansüstü tezlerdeki müdahale programlarını incelemek ve bu programların etkilerini değerlendirmek amaçlanmıştır. Böylece, alan yazında mevcut olan ancak ayrı ayrı ele alınan bilgiler bir araya getirilerek, erken dönemde verilen rutin eğitiminin önemine dair bütüncül bir bakış açısı sunulması hedeflenmektedir. Bu doğrultuda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Türkiye'de 0-3 yaş rutin eğitimlerine yönelik yapılan tez çalışmalarının özellikleri nelerdir?
2. Türkiye'de 0-3 yaş rutin eğitimlerine yönelik yapılan tez çalışmalarında hangi bulgular elde edilmiştir?

Yöntem

Araştırmanın modeli

Bu çalışmada, Türkiye'de 2010-2024 yıllarında 0-3 yaş rutin eğitimlerine yönelik yapılan tez çalışmalarının doküman analizi gerçekleştirilmiştir. Var olan belgelerin bir araya getirilip gözden geçirilerek analiz edilmesine doküman analizi denmektedir (Kıral, 2020). Belirli bir dokümanın incelenmesi sürecinde, araştırılmak istenen konu hakkında başka kişiler tarafından yazılmış yazılı materyaller toplanarak sistematik bir inceleme ve değerlendirme yapılmaktadır (Sak vd., 2021).

Araştırma kapsamı

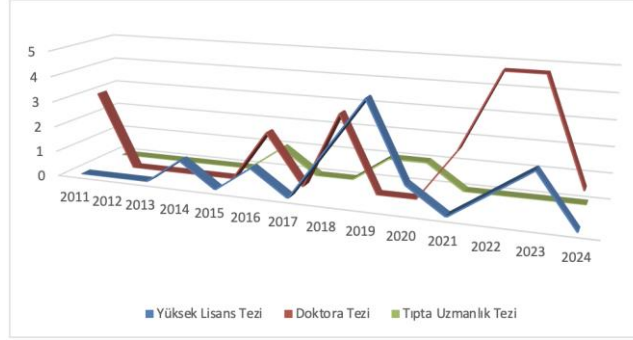
Araştırma amacı doğrultusunda; Ulusal Tez Merkezi (YÖK Tez Tarama) ilgili çalışmaların belirlenmesi için ayrıntılı bir şekilde taranmıştır. Son yıllardaki eğilimleri değerlendirebilmek ve alan yazındaki güncel durumu analiz edebilmek için 2010 yılından 2024 yılına kadar olan çalışmalar dâhil edilmiştir. Taramalar; "0-36 ay", "0-12 ay", "0-3 yaş", "Uyku", "Rutin", "Beslenme", "Tuvalet", "Eğitim", "Ebeveyn", "Çocuk", "Bebek", "Önleyici Müdahale" ve "Erken Müdahale" anahtar sözcükleri ile gerçekleştirilmiştir. Tarama sonucunda elde edilen 4.522 çalışmadan yinelenen çalışmalar tespit edilerek çıkarılmıştır. Kalan 4.160 çalışma incelenerek 0-3 yaşa yönelik; uyku, beslenme ve tuvalet rutinleri hakkında eğitim ve program içeren araştırmalar belirlenmiştir. Yüksek lisans, doktora ve tıpta uzmanlık düzeyinde, içeriği uygun bulunan tezler çalışmaya dahil edilmiştir. 2010 yılından önce yayınlanmış, 0-3 yaş aralığını kapsamayan ya da bu yaş grubuna yönelik spesifik bir rutin eğitim programı içermeyen tezler araştırma dışında bırakılmıştır. Ayrıca yalnızca teorik çerçeve sunan, uygulamalı eğitim veya program içermeyen ve tam metnine ulaşılamayan tezler de dışlama kriterleri doğrultusunda değerlendirilerek çalışma kapsamına alınmamıştır.

Kriterler doğrultusunda yapılan alan yazın taramasında 49 çalışmaya ulaşılmıştır. Dışlama ve dahil etme kriterleri kapsamında yapılan ayrıntılı inceleme sonucunda, 13 çalışmanın araştırma kapsamına girmediği belirlenmiş ve 36 çalışma analize dahil edilmiştir. İncelenecek kriterleri belirlemek amacıyla yapılan literatür taraması doğrultusunda, yıl, tez türü, bilim dalı, tez adı,

çalışma grubu, veri toplama araçları ve sonuç başlıklarını içeren bir form oluşturulmuş ve dahil edilen çalışmalar bu form kullanılarak değerlendirilmiştir. Tezlerin analizinde içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Tez türlerinin yıllara göre dağılımı grafik ile bilim dallarına göre dağılımı ise frekans ve yüzde değerleri içeren tablo ile sunulmuştur. Ayrıca, tez adı, çalışma grubu, veri toplama araçları ve sonuç başlıkları ayrı bir tabloda sistematik şekilde ele alınmıştır. Bulgular, sayısal ve tematik yaklaşımlar bir arada kullanılarak sunulmuş; böylece verilerin sistematik ve anlaşılır bir şekilde değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Bulgular

Araştırma kapsamında belirlenen dışlama ve dahil edilme kriterleri kapsamında dahil edilen 36 çalışmanın doküman analizi yapılmıştır. Bu çalışmalar “yıl”, “tez türü”, “bilim dalı”, “yazar”, “çalışma grubu”, “veri toplama araçları” ve “sonuç” bilgileri açısından incelenmiştir. 0-3 yaş rutin eğitimlerini içeren tezlerin türleri ve çalışmaların yapıldığı yıl aralıkları Şekil 1’de sunulmuştur.



Şekil 1. 0-3 yaş rutin eğitimlerini içeren tez çalışmalarının yıllara göre dağılımı

Şekil 1’e göre 2011-2024 yıllarında 0-3 yaş rutin eğitimlerini içeren 36 tez çalışmasının gerçekleştiği, 2015 yılından sonra bu çalışmaların sayısında artış yaşandığı görülmektedir. Yapılan çalışmaların büyük bir kısmının doktora tezi (21), çok az bir kısmının ise (3) tıpta uzmanlık tezi olduğu belirlenmiştir. 0-3 yaş rutin eğitimlerini içeren tezlerin, yapıldığı bilim dalları Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1. 0-3 yaş rutin eğitimlerini içeren tez çalışmalarının bilim dallarına göre dağılımı

Bilim Dalı	n	%
Beslenme ve diyetetik	1	3.00
Çocuk gelişimi	7	19.00
Çocuk sağlığı ve hastalıkları	3	8.00
Ebelik	2	5.50
Ergoterapi	1	3.00
Halk sağlığı	2	5.50
Hemşirelik	19	53.00
Sosyal pediatri	1	3.00
Toplam	36	100

Tablo 1’e göre, 0-3 yaş rutin eğitimlerine yönelik tezler, en fazla hemşirelik (%53) alanında yapılmışken bunu çocuk gelişimi alanı (%19) takip etmektedir. En az çalışmanın ise ergoterapi, sosyal pediatri, beslenme ve diyetetik bilim dallarında (%3) gerçekleştirildiği görülmüştür.

Tezlerin çalışma grubu, veri toplama araçları ve sonuç bilgileri Tablo 2’de sunulmuştur. Tablo 2’ye göre araştırmaların katılımcıları, çoğunlukla annelerden oluşmaktadır. Çalışmalar, rutinlere yönelik eğitim programı geliştirmek, eğitimi uygulamak ve eğitimin farklı alanlarda etkililiğini incelemek amacı ile yapılmıştır.

Yapılan tez çalışmalarında elde edilen bulgular

Araştırma kapsamında ele alınan tez çalışmalarının bulguları incelendiğinde, tümünün rutin eğitimlerinin olumlu bir etkiye yol açtığını tespit ettiği görülmüştür. Verilen rutin eğitimlerinin annelerin; özgüvenini (Balaban, 2016; Kadiroğlu, 2018; Karapelit, 2023; Özen Çınar, 2011; Tanrıverdi, 2023; Yurtsever Gök, 2018), bilgi düzeyini (Cesur Çınar, 2020; Göbel, 2016; Savcı, 2023; Yalçın, 2011), özyeterliliğini (Aydın, 2019; Kadiroğlu, 2018; Yılmaz Bursa, 2022; Yılmaz, 2022), inanç ve davranışlarını olumlu yönde etkilediği (Cırdı, 2019; Doğan, 2019; Ekinci, 2020; Haylı, 2021; Kılınç, 2011; Menekşe, 2018; Özkoç, 2023; Uçan, 2016; Yalçın, 2011) ayrıca ebeveyn-bebek bağlanma düzeyini artırdığı (Altay, 2024; Atalay, 2014; Ayrar, 2018; Genç Rollas, 2019; Kadiroğlu, 2018; Kara, 2022; Karapelit, 2023; Küçükkaya, 2022; Özen Çınar, 2011; Uçakçı Asaloğlu, 2022; Ünver Korğalı, 2018; Yıldırım, 2023) tespit edilmiştir. Verilen eğitim ile yaşam kalitesi artan annelerin (Ünver Korğalı, 2018; Yıldırım, 2023), kaygı ve stres düzeyinin azaldığı (Ozan, 2023; Savcı, 2023; Ünver Korğalı, 2018), depresyon risklerinin düştüğü (Uçakçı Asaloğlu, 2022; Yıldırım, 2023) ve psikolojilerinin daha iyi olduğu (Küçükkaya, 2022) görülmüştür.

Eğitimin 0-3 yaş aralığındaki çocuklara olan etkisi incelendiğinde ise; gelişim alanlarında (Arslan, 2022; Fındık, 2021; Kılınç, 2011; Uçan, 2016) ve rutinlerinde olumlu değişime neden olduğu (Ergenci Basınlı, 2019; Göbel, 2016; Kara, 2022; Okur Fatih, 2023; Ozan, 2023; Öztürk, 2016; Tanrıverdi, 2023; Ünver Korğalı, 2018) ayrıca anne-bebek etkileşimini artırdığı (Fındık, 2021) tespit edilmiştir.

Tablo 2. Türkiye’de 0-3 yaş rutin eğitimlerine yönelik yapılan tez çalışmalarının özellikleri

Kaynak	Tez Türü	Çalışma Adı	Çalışma grubu	Veri toplama araçları	Sonuçlar
Özen Çınar, 2011	Doktora	Primipar annelere verilen planlı bebek bakımı eğitiminin maternal bağlanma ve özgüven düzeylerine etkisi	81 primipar anne	Tanıtıcı Bilgi Formu, Maternal Bağlanma Ölçeği, Pharis Özgüven Ölçeği	Eğitimin, annelerin bebekleriyle olan bağlanma düzeylerini ve özgüvenlerini artırdığı tespit edilmiştir.
Yalçın, 2011	Doktora	Anne adaylarına verilen eğitimin (ASBEP) gebelik, doğum, lohusalık ve bebek bakımına ilişkin fonksiyonel olmayan uygulamalara etkisi (Karaman ili örneği)	64 primipar anne	Anne Sağlığı ve Bebek Bakımında Fonksiyonel Olmayan İnanç ve Uygulamalar Görüşme Formu, Anne Sağlığı ve Bebek Bakımında Fonksiyonel Olmayan İnanç ve Uygulamalar Ölçeği, Anne Sağlığı ve Bebek Bakımı Bilgi Düzeyi Değerlendirme Testi, Anne Sağlığı ve Bebek Bakımı Eğitim Programı, ASBB-FOİU Tutum Ölçeği, Anne Sağlığı ve Bebek Bakımı Bilgi Düzeyi Değerlendirme Testi, Anne Eğitim Programına Yönelik Tutum Ölçeği	Eğitimin annelerin inanç ve davranışlarında olumlu gelişmelere yol açtığı ve bebek bakımına dair bilgi düzeylerinde artışa neden olduğu tespit edilmiştir.
Kılınç, 2011	Doktora	Anne eğitim programı ile anne çocuk etkileşim programının 24-36 aylık çocukların bilişsel becerilerine ve annelerin çocuk yetiştirme davranışlarına etkisinin incelenmesi	75 çocuk ve annesi	Kişisel Bilgi Formu, Bilişsel Beceri Ölçeği, Çocuk Yetiştirme Ölçeği	Programın, çocukların bilişsel becerilerinde ve anne tutumlarında farklılaşmaya yol açtığı tespit edilmiştir.
Atalay, 2014	Yüksek Lisans	Doğum öncesi eğitimlerin anne-bebek bağlanmasına etkisi	90 primipar anne	Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu, Gebelerin Sosyodemografik Veri/Soy geçmişi ve Mevcut Gebeliğine İlişkin Bilgileri İçeren Anket Formu, Gebe Takip Formu, Maternal Bağlanma Ölçeği	Verilen eğitimin maternal bağlanmayı artırdığı tespit edilmiştir.
Göbel, 2016	Doktora	Ebeveynlere verilen beslenme eğitiminin çocukların besin seçimine etkileri	12 anne, 8 baba ve 25 çocuk	Ebeveyn Anket Formu, Çocuk Anket Formu, Çocukların Beslenme Alışkanlıklarına Yönelik Anket Formu, Ebeveyn Beslenme Bilgi Düzeyi Testi, Ebeveyn ne Çocuk Antropometrik Ölçüm Formu, Besin Tüketim Kayıt Formu	Verilen eğitimin ebeveyn bilgi düzeylerinde anlamlı artışa neden olduğu ve çocuklarının beslenmesinde daha sağlıklı besinler tercih ettikleri tespit edilmiştir.
Balaban, 2016	Yüksek Lisans	Yenidoğan yoğun bakım ünitesinde prematüre bebek annelerine verilen eğitimin anne özgüvenine etkisi	110 anne	Kişisel Bilgi Formu, Pharis Özgüven Ölçeği	Eğitimin annelerin özgüveninde artışa neden olduğu tespit edilmiştir.
Uçan, 2016	Doktora	Ebeveynlere verilen emzirme eğitiminin emzirme sürecine, kültürel davranışlara ve ebeveyn-bebek bağlanmasına etkisi	120 primipar anne ve baba	Anneleri Tanıtıcı Bilgi Formu, Babaları Tanıtıcı Bilgi Formu, Annelerin emzirme davranışlarını ve emzirmeyi etkileyen kültürel faktörlere ilişkin anket formu, Maternal Bağlanma ve Paternal Bağlanma Ölçekleri, Büyüme Parametreleri ve Beslenme Şekli İzlem Formu	Eğitimin maternal bağlanmayı ve ilk 6 ay sadece anne sütü ile beslenme oranının anlamlı düzeyde artırdığı ayrıca bebeklerin ağırlık artışını ve baş çevresi gelişimini olumlu yönde etkilediği tespit edilmiştir.
Öztürk, 2016	Uzmanlık	Erken çocukluk dönemi uyku sorunları aile eğitiminin etkinliği	157 bebek	Genişletilmiş Kısa Bebek Uyku Anketi, Beck Depresyon Ölçeği, Uyku Günlüğü	Bebeklerin %29, 2’sinde uyku sorunu olduğu, eğitim sonucunda uyku sorunlarının sıklığında anlamlı azalma olduğu tespit edilmiştir.
Menekşe, 2018	Doktora	İkiz bebek bekleyen gebelere verilen emzirme eğitiminin emzirme niyetlerine etkisi	38 primipar anne	Tanıtıcı Bilgi Formu, İkiz Bebeklerin Emzirilmesi ile İlgili Bilgi Formu, İkiz Bebek Bekleyen Gebelerde Emzirme Niyet Ölçeği	İkiz bebek bekleyen annelere verilen eğitimin, emzirme niyetinde etkili olduğu tespit edilmiştir.
Kadiroğlu, 2018	Doktora	Preterm yenidoğan annelerinde bebek bakımı eğitiminin maternal bağlanma ve annelik özyeterliliğine etkisi	63 anne	Yenidoğan ve Anne Bilgi Formu, Durumluluk Kaygı Ölçeği, Yenidoğanı Algılama Ölçeği-I, II, Maternal Bağlanma Ölçeği, Algılanan Annelik Özyeterlilik Ölçeği, Pharis Özgüven Ölçeği	Bebek bakımına yönelik verilen eğitimin annelerin yeterliliklerini ve güvenlerini geliştirdiği ayrıca maternal bağlanma ile aralarında doğru orantı olduğu tespit edilmiştir.
Ayran, 2018	Doktora	Ebeveynlere verilen emzirme eğitiminin emzirme öz-yeterlilik düzeyi sadece anne sütü ile beslenme süresi ve ebeveyn bebek bağlanmasına etkisi	146 anne, 146 baba ve 146 bebek	Anneleri ve Babaları Tanıtıcı Bilgi Formu, Bebek İzlem Formu, LATCH Emzirme Tanılama ve Değerlendirme Ölçeği, Emzirme Öz-yeterlilik Ölçeği, Baba-Bebek Bağlanma Ölçeği, Maternal Bağlanma Ölçeği	Eğitime babaların da dahil edilmesi; sadece anne sütü ile beslenme süresini, bebekle bağlanma düzeyini, annelerin emzirme yeterliliği ve başarısını artırdığı tespit edilmiştir.

Ünver Korğalı, 2018	Yüksek Lisans	Orta ve geç prematüre bebeği olan ailelerde ebeveyn eğitimi ve farkındalık düzeyi artırılmasının bebeğin sağlık durumu, anne-bebek bağlanması ve ebeveynlerin kaygı düzeyleri üzerine etkisi	79 bebek ve ebeveynleri	Taburculuk Öncesi Bilgi Formu, Anne ve Baba Kişisel Bilgi Formu, Bebek Bilgi Formu, Edinburg Doğum Sonu Depresyon Ölçeği, Durumluk Kaygı Ölçeği, Sürekli Kaygı Ölçeği, Beck Umutsuzluk Ölçeği, Hayat Kalitesi Ölçeği, Maternal Bağlanma Ölçeği, Bebek Karakterini Algılama Ölçeği, Bebek İyilik Hali Formu, Baba- Bebek Bağlanma Ölçeği, Denver Gelişimsel Tarama Testi II, Bebek Takip Formu	Eğitim programının bebeklerin bakım, beslenme, uyku gibi rutinlerine olumlu katkıda bulunduğu; ebeveyn kaygı düzeyini azalttığı, bağlanmayı olumlu etkilediği, baba katılımını ve yaşam kalitesini arttırdığı tespit edilmiştir.
Yurtsever Gök, 2018	Yüksek Lisans	Prematüre bebek bakımına yönelik hazırlanan web tabanlı ve bireysel eğitim programının annelerin öz güven gücüne etkisi	84 anne	Anne ve Yenidoğan Tanımlayıcı Formu, Web Sayfasının Kullanılabilirliğinin Değerlendirilmesi, Web Sayfasının İçeriğinin Değerlendirilmesi, Eğitim Materyalini Değerlendirmesi, DISCERN Ölçeği ve Pharis Özgüven Ölçeği	Eğitimin, annelerin öz güveninde artışa neden olduğu tespit edilmiştir.
Genç Rollas, 2019	Yüksek Lisans	Gebeliğin üçüncü trimestrinde olan annelere verilen web tabanlı bebek bakım eğitiminin doğum sonrası anne- bebek bağlanma düzeylerine etkisi	54 primipar anne	Kişisel bilgi formu, Maternal bağlanma ölçeği	Verilen eğitimin anne-bebek bağlanmasını artırdığı tespit edilmiştir.
Aydın, 2019	Yüksek Lisans	Preterm bebek annelerine verilen yenidoğan bakımına ilişkin planlı eğitimin annelerin bilgi düzeyleri ve öz yeterlik algıları üzerine etkisi	84 anne	Aile-Yenidoğan Tanıtıcı Özellikler formu, Bilgi Testi, Ebeveyn Öz Yeterlik Ölçeği, Yenidoğan Bakım Kitapçığı	Uygulanan eğitim ile annelerin öz yeterlilik algılarında ve bilgi düzeylerinde artış olduğu tespit edilmiştir.
Ergenci Basınlı, 2019	Yüksek Lisans	Uyku Eğitim Programının bebeklerin uyku alışkanlıkları üzerindeki etkisi	20 primipar anne ve bebeği	Kişisel Bilgi Formu, Genişletilmiş BISQ Bebek Kısa Uyku Anketi, Uyku Günlükleri	Verilen eğitimin bebeğin uyku rutinlerini kolaylaştırdığı ve anneleri olumlu etkilediği tespit edilmiştir.
Cırdı, 2019	Uzmanlık	Yaşamın ilk 18 ayında sağlıklı bebeklerin uyku düzeni, uyku düzenini etkileyen faktörler ve uyku eğitiminin etkinliği	127 bebek	Anket, Denver tarama testi, Pittsburg Uyku Kalite Ölçeği	Verilen eğitimin olumlu etkilerinin olduğu tespit edilmiştir.
Doğan, 2019	Yüksek Lisans	Annelere ani bebek ölüm sendromu ve güvenli uyku konusunda verilen eğitimin etkinliğinin incelenmesi	141 anne	Anne-Bebek Sosyodemografik Özellikler ve Risk Faktörleri Tanılama Formu, Bebeklerde Ani Bebek Ölüm Sendromundan Korunmaya ve Güvenli Uykuya Yönelik Anne Bilgi Değerlendirme Formu	Annelere verilen eğitimin etkili olduğu tespit edilmiştir.
Ekinci, 2020	Yüksek Lisans	Gebelere verilen uyku hijyeni eğitiminin uyku kalitesine etkisinin incelenmesi	120 primipar anne	Veri Toplama Formu, Pittsburgh Uyku Kalitesi İndeksi	Verilen eğitimin olumlu sonuçlara neden olduğu tespit edilmiştir.
Cesur Çınar, 2020	Uzmanlık	Yenidoğan yoğun bakım ünitesinde yatan prematüre bebek annelerine taburculuk esnasında verilen standart ve geliştirilmiş bebek bakımı ve beslenme eğitiminin annelerin bilgi ve tutumları üzerine etkileri	78 anne	Anne-Yenidoğan Tanıtım Formu ve Yenidoğan Yoğun bakım Ünitesinde Bebeği Yatan Annelerin Prematüre Bebek Bakımı ve Beslenmesine İlişkin Bilgi Durumlarını Değerlendirme Formu	Verilen eğitimin annelerin bilgi düzeyinde artışa neden olduğu tespit edilmiştir.
Fındık, 2021	Doktora	Ev merkezli Montessori eğitim programının bebeklerin sosyal duygusal gelişimleri ve anne bebek etkileşimine etkisinin incelenmesi	5 anne ve bebeği	Genel Bilgi Formu, Erken Gelişim Evreleri Sosyal Duygusal Gelişim Envanteri, Ev Ortamını Değerlendirme Ölçeği- Bebek ve Küçük Çocuk Formu, Ebeveyn Davranışını Değerlendirme Ölçeği, Çocuk Davranışını Değerlendirme Ölçeği	Programın, bebeğin sosyo-duygusal gelişimini ve anne- bebek etkileşimini olumlu yönde etkilediği tespit edilmiştir.
Haylı, 2021	Doktora	Zihinsel engelli çocuk ve annelerine sağlığı geliştirme modeline göre verilen uyku hijyeni eğitiminin uyku kalitesine etkisi	80 çocuk ve annesi	Sosyodemografik veri formu, uyku kalitesini etkileyen engelleyici ve kolaylaştırıcı faktörleri belirlemeye yönelik görüşme formu, çocuk uyku alışkanlıkları anketi, Pittsburg Uyku Kalitesi İndeksi ve uyku sensörü cihazı	Verilen eğitimin zihinsel engelli çocuk ve annelerin uyku rutinine destek olduğu tespit edilmiştir.

Uçakcı Asaloğlu, 2022	Doktora	Çevrimiçi olarak uygulanan sağlık eğitimi ve progresif kas gevşetme egzersizi programının postpartum depresyon ve anne bebek bağlanması üzerine etkisi: randomize kontrollü çalışma	52 anne	primipar	Tanıtıcı Bilgi Formu, Prenatal Bağlanma Envanteri, Edinburgh Postpartum Depresyon Ölçeği ve Doğum Sonrası Bağlanma Ölçeği	Verilen danışmanlık ve egzersiz programının, depresyon riskini azalttığı ve anne-bebek bağlanmasını artırdığı tespit edilmiştir.
Küçükkaya, 2022	Doktora	Preterm bebeklerde erken dönemde başlatılan yarım kundak ve kanguru bakımı uygulamalarının emzirme, anne-bebek bağlanması, anne uyku kalitesi ve postpartum depresyon üzerine etkisi	160 anne		Anket Formu, Edinburgh Doğum Sonrası Depresyon Ölçeği, Pittsburgh Uyku Kalite İndeksi, Anne-Bebek Bağlanma Ölçeği, Postpartum Emzirme Öz-Yeterlilik Ölçeği, LATCH Emzirme Tanılama Aracı, Yetersiz Süt Algısı Ölçeği	Bebeklere uygulanan kundak ve kanguru bakımının, emzirme sürecini, anne-bebek bağlanmasını ve annenin psikolojisini olumlu yönde etkilediği tespit edilmiştir.
Kara, 2022	Doktora	Baba adaylarına bebeğin günlük bakımı, paternal bağlanma konusunda verilen eğitimin baba-bebek bağlanmasına etkisi	81 baba		Kişisel Bilgi Formu, Baba-Bebek Bağlanma Ölçeği	Babalara verilen eğitimin; baba-bebek bağlanmasına ve bebeğin rutinlerine olumlu etki ettiği tespit edilmiştir.
Arslan, 2022	Doktora	Bebek liderliğinde beslenme ve geleneksel tamamlayıcı beslenme eğitiminin bebek gelişimine etkisi	370 anne ve 52 bebek		Anne ve Bebekler İçin Tanıtıcı Bilgi Formu, Tamamlayıcı Beslenmeye Geçiş Davranışları Ölçeği, Gelişimsel Değerlendirme Formu, Laboratuvar Bulguları Değerlendirme Formu ve Modüler Eğitim Rehberleri	Eğitim sonucunda bebeklerin; tüm gelişim alanlarında artış yaşandığı, farklı beslenme eğitimi alan bebeklerin ise fiziksel gelişim dışındaki tüm gelişim basamaklarında farklılık olduğu tespit edilmiştir.
Yılmaz, 2022	Yüksek Lisans	Anne-bebek uyum odasında verilen emzirme eğitiminin yenidoğan bebeği olan annelerin emzirme öz-yeterliliklerine etkisinin incelenmesi	101 anne		Anne-Bebek Bilgi Formu ve Postpartum Emzirme Öz-yeterlilik Ölçeği	Eğitimin, annelerin emzirme öz-yeterlilikleri üzerinde olumlu bir etkiye yol açtığı tespit edilmiştir.
Yılmaz Bursa, 2022	Doktora	Duyu temelli eğitim programının annelerin öz düzenlemeleri ve bebek bakım öz yeterlilikleri ile bebeklerinin gelişimine etkisi	7 anne ve bebeği		Ebeveyn Olarak Ben: Ebeveynlik Öz Düzenlemesi Ölçeği, Bebek Bakım Öz yeterliliği, Bayley Bebeklik ve Erken Çocukluk Dönemi Gelişimsel Değerlendirme Ölçeği-III, genel bilgi formu, yarı-yapılandırılmış görüşme formları, anne eğitimi ihtiyaç belirleme formu, Duyu Temelli Eğitim Programı, anne günlüğü ve araştırmacı günlüğü	Programın, bebeklerin gelişimini, annelerin öz düzenleme ve öz yeterlilik becerilerini olumlu etkilediği tespit edilmiştir.
Ozan, 2023	Yüksek Lisans	Yoganın annenin stres düzeyi, anne-bebek ilişkisi, anne ile bebeğinin uyku ve beslenme problemlerine etkisi: Randomize kontrollü çalışma	55 anne		Algılanan Stres Ölçeği, Ebeveyn Çocuk Kapsayıcı İşlevler Ölçeği, Beslenme Süreci Anne Tutumları Ölçeği, Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği, Pittsburg Uyku Kalitesi, Bebeklik Dönemi Uyumsal Yeme Davranışı Ölçeği, Bebek/Çocuk Uyku Sorunları Kısa Tanılama Formu	Yoga eğitiminin, annelerin stres düzeyinde, bebekle olan iletişimde ve bebeğin rutinlerinde olumlu etkileri olduğu tespit edilmiştir.
Okur 2023	Fatih, Doktora	Uyku düzenleme eğitiminin ebeveyn-bebek bağlanmasına ve bebeklerin uyku düzenlerine etkileri	10 anne ve 10 baba		Genel Bilgi Formu, Ebeveyn-Bebek Bağlanma Ölçeği, Bebekler için Uyku Düzeni Ölçeği, Eğitim Değerlendirme Formu	Eğitimin, bebeklerin uyku rutinini düzenlediği ve annelere destek olduğu tespit edilmiştir.
Tanrıverdi, 2023	Doktora	Meleis'in geçiş kuramına dayalı çevrim içi bebek bakımı eğitiminin annenin kendine güveni ve bebek sağlığına etkisi	110 anne	primipar	Veri Toplama Formu, Gebelerin Yenidoğanın Hijyenik Bakımına Hazır Oluş Ölçeği, Karitane Ebeveyn Kendine Güven Ölçeği, LATCH Emzirme Tanılama ve Değerlendirme Ölçeği ve Bebek İzlem Formu	Verilen eğitimin, annelerin doğum sonrasına hazır oluşunu, güvenini artırdığı; ayrıca bebeğin sağlığını ve beslenme rutinini olumlu yönde etkilediği tespit edilmiştir.
Savcı, 2023	Doktora	Öz düzenleme becerilerini destekleme eğitiminin prematüre bebeklerin öz düzenleme becerileri ile anne-babaların stres düzeyi, sosyal destek algısı ve ebeveyn iş birliği üzerine etkisinin incelenmesi	8 anne ve 8 baba		Genel Bilgi Formu, Bebekler İçin Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği ve Ebeveyn Stres Ölçeği, Yenilenmiş Anne-Baba Sosyal Destek Ölçeği, Ebeveyn İş Birliği Envanteri, Ev Ziyareti Gözlem Formları ve Eğitim Programı Değerlendirme Formu	Verilen eğitimin bebeklerin öz düzenleme becerilerinde bir farklılığa yol açmadığı ancak ebeveynlere stres düzeyi, iş birliği ve bilgi desteği açısından olumlu etki ettiği tespit edilmiştir.

Yıldırım, 2023	Doktora	Doğum sonrası babalara verilen bebek bakımı eğitiminin baba bebek bağlanması, annenin doğum sonu depresyon ve yaşam kalitesine etkisi	63 anne ve baba	Annelere-Babalara Yönelik Kişisel Bilgi Formu, Bebek Bakımı Görüş Formu, Bebek Bakımı Katılım Çizelgesi, Baba-Bebek Bağlanma Ölçeği, Edinburgh Doğum Sonrası Depresyon Ölçeği ve Doğum Sonu Yaşam Kalitesi Ölçeği	Verilen eğitimin baba-bebek bağlanmasını artırdığı, anne depresyon riskini azalttığı ve yaşam kalitesini artırdığı tespit edilmiştir.
Karapelit, 2023	Doktora	Annelik rolü yeteneği kuramına göre ebeveynlere verilen eğitimin annelik rolü anne bebek ve baba bebek bağlanmasına etkisi	108 primipar anne ve baba	Tanıtıcı Bilgi Formu, Prenatal Bağlanma Ölçeği, Anlamsal Farklılık Ölçeği, Maternal Bağlanma Ölçeği, Pharis Özgüven Ölçeği, Doğum Öncesi Baba Bağlanma Ölçeği ve Baba Bebek Bağlanma Ölçeği	Ebeveynlere verilen eğitimin; annelik algısını, ebeveyn-bebek bağlanmasını ve ebeveyn güvenini artırdığı tespit edilmiştir.
Özkoç, 2023	Yüksek Lisans	Erken postpartum dönem primipar annelere verilen bebek bakımı eğitiminin annelik rolü ve doğum sonu anksiyete üzerindeki etkisinin değerlendirilmesi	60 primipar anne	Kişisel Bilgi Formu, Barkin Anne Fonksiyon Envanteri ve Postpartum Anksiyete Ölçeği	Verilen eğitimin, annelerin anksiyete düzeyinde büyük bir farklılığa yol açmadığı ancak annelik rollerinde etkili olduğu tespit edilmiştir.
Altay, 2024	Doktora	Primipar annelere verilen bebek sakinleştirme eğitiminin annelik rolü algısı maternal bağlanma ve emzirme öz yeterliğine etkisi	84 primipar anne	Anne ve Bebek Tanıtıcı Bilgi Formu, Anlamsal Farklılık Ölçeği-Anne Olarak Ben, Maternal Bağlanma Ölçeği, Emzirme Öz Yeterlilik Ölçeği, Bebek Uyku ve Ağlama Günlüğü	Verilen bebek sakinleştirme eğitiminin annelik algısı ve bağlanma düzeyini artırdığı ayrıca bebek rutinlerini düzenlediği tespit edilmiştir.

Tartışma

Günümüzde artan uyku problemleri, beslenme bozuklukları ve davranış sorunları; rutinlerin birey yaşamındaki öneminin yanında, bebeklikte sağlıklı rutinlerin oluşturulmasına yönelik önleyici eğitim ve programların gerekliliğini de ortaya koymaktadır. Bu bağlamda araştırmada, 0-3 yaşta; uyku, tuvalet, beslenme rutinleri hakkında bilgi vermek ve bu alanda yapılmış eğitim ve programları içeren tez çalışmalarını çeşitli yönlerden ele alarak incelemek amaçlanmıştır.

Türkiye'de 2010-2024 yıllarında 0-3 yaş beslenme, uyku ve tuvalet rutin eğitimlerini içeren tez çalışmalarının doküman analizini yapılmış; 12 yüksek lisans, 21 doktora ve 3 tıpta uzmanlık tezi olmak üzere toplamda 36 tez çalışması incelenmiştir. Doktora tezlerinin yüksek lisans ve tıpta uzmanlık tezlerine göre daha fazla olması; bu konunun derinlemesine bir şekilde, multidisipliner bir yaklaşımla incelenmesi gerektiğini kanıtlar niteliktedir. Bu durumun, çocuk gelişimine yönelik artan politik ve akademik ilgiyle ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Özellikle Türkiye'de 2010 sonrası dönemde; erken çocukluk eğitimi ve "ilk 1000 gün" gibi politikaların ön plana çıkması, doktora düzeyinde daha kapsamlı çalışmalar yapılmasını teşvik etmiş olabilir. Ayrıca doktora tezlerinin teorik çerçeve geliştirme, uzun vadeli etkileri inceleme ve uluslararası karşılaştırmalar gibi geniş kapsamlı hedefler içermesi de bu alandaki yoğunluğun nedeni olarak değerlendirilebilir.

Ele alınan çalışmalar; yıl, tez türü, bilim dalı, yazar, çalışma grubu, veri toplama araçları ve sonuçlar başlıklarında analiz edilmiştir. Çalışmaların yapıldığı yıllar incelendiğinde, 2016-2019 yıllarında tez sayısında yoğunluk yaşandığı (14) görülmektedir. Bu yıllarda çocuk gelişimi yüksek lisans ve doktora programlarında yaşanan artışın, tez sayılarındaki yoğunluğa etki edebileceği düşünülmektedir. En fazla ise 2023 yılında 5'i doktora olmak üzere 7 tez çalışmasının yapıldığı dikkat çekmektedir. Bu durum, COVID-19 pandemisi sonrasında rutinlerin öneminin yeniden gündeme gelmesi ve bu alandaki artan farkındalıkla ilişkilendirilebilir. Tez sayılarındaki dalgalanmalar; dönemsel olarak toplumsal ihtiyaçlar, politik öncelikler ve pandemi gibi dışsal faktörlerle şekillenmiş olabilir. Tez merkezinde yapılan taramanın Temmuz 2024'te gerçekleştirildiği göz önünde bulundurulduğunda 2024 yılı sonuna kadar bu sayılarda artış yaşanabileceği düşünülmektedir. Böyle bir durumda 2022 yılı itibarıyla Türkiye'de yapılan 0-3 yaş rutin eğitimlerini içeren tez sayılarının devamlı bir artış gösterdiğini söylemek mümkün olacaktır (Tablo 2 de görüleceği üzere; 2022 yılında 6, 2023 yılında ise 7 tez çalışması bulunmaktadır).

Çok sayıda (11) tez çalışmasının sonucunda, rutin eğitimlerinin çocukları olumlu etkilediği, rutinlerinde iyileşme sağladığı ve ebeveyn-bebek bağlanma düzeyini olumlu yönde etkilediği tespit edilmiştir (Fatih & Akyol, 2019; Middlemiss vd., 2012; Summerbell vd., 2014). Sekizer çalışmada ise verilen rutin eğitimlerinin annelerin bilgi düzeylerinde artışa, inanç ve davranışlarında olumlu değişimlere yol açtığı sonucuna varılmıştır. Bu durum alan yazındaki bilgiyle de paralellik göstermektedir (Akcan, 2012; Çitil, 2016; Öztekin, 2018; Summerbell vd., 2014). Bu sonuçlar rutin eğitimlerinin, çocukların gelişimi ve ebeveyn-çocuk ilişkileri üzerindeki olumlu etkilerini ortaya koyarken, bu eğitimlerin erken müdahale programları ve aile destek politikaları için kritik bir bileşen olduğunu göstermektedir. Çocukların rutinlerindeki iyileşmenin, düzenli bir yaşam alışkanlığı kazandırdığı ve güvenli bağlanmayı desteklediği yapılan çalışmalarda açıkça görülmektedir. Aynı zamanda, ebeveynlerin bilgi ve davranış düzeylerindeki olumlu değişimlerin, çocukların gelişim süreçlerini dolaylı olarak güçlendirdiği dikkat çeken önemli bir noktadır. Tüm bu bulgular, rutin temelli erken müdahale çalışmalarının yalnızca çocuk gelişimi değil, aynı zamanda ebeveyn tutumları ve ebeveyn-çocuk ilişkileri üzerinde de stratejik bir öneme sahip olduğunu göstermektedir. Bu durum erken çocukluk eğitim politikalarının ve ebeveyn eğitimlerinin daha sistematik ve yaygın bir şekilde uygulama gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Doküman analizi yöntemiyle gerçekleştirilen bu araştırmada, 2010-2024 yılları arasında Türkiye'de 0-3 yaş beslenme, uyku ve tuvalet rutinlerine yönelik 36 tez çalışması incelenmiştir. Araştırma bulguları, rutin eğitimlerinin çocuk gelişimini ve ebeveyn-çocuk ilişkilerini olumlu yönde etkilediğini göstermektedir. Bununla birlikte, bu araştırma yalnızca tez çalışmalarını kapsamakta olup; yayınlanmış makaleler, saha araştırmaları ve deneysel çalışmalar dahil edilmemiştir. Çalışma, belirlenen yıllar arasındaki tezlerle sınırlılık göstermekte ve detaylı bir meta-analiz ya da istatistiksel değerlendirme içermemektedir.

Sonuç

Bu çalışma, araştırmacılara sistematik bir çerçeve sunarak alandaki mevcut eğilimleri, metodolojik yaklaşımları ve sonuçları değerlendirme imkânı sağlamaktadır. Ayrıca, rutin eğitimlerinin çocuk gelişimi üzerindeki önemini vurgulamakla birlikte literatürdeki boşluklara dikkat çekerek gelecekteki araştırmalara yön vereceği düşünülmektedir. Alan yazın taraması sonucunda bu alanda yapılmış çeşitli makale ve tez çalışmalarının olduğu görülmekle beraber; rutinleri ayrıntılı ele alan, tüm ülkede uygulanan, geniş kitlelere ulaşmış önleyici müdahale programlarının olmadığı tespit edilmiştir. Elibol'un (2007) yaptığı çalışmada annelere verilen eğitim sonucunda kısa sürede davranış değişikliği gözlenmediği, daha uzun vadede değişikliğin olabileceği ifadesi; uzun vadeli ve kapsamlı bir programın hem ebeveyn hem çocuk açısından daha yararlı olacağı fikrini düşündürmektedir. Bu kapsamda bebeklik dönemi temel rutinlere yönelik devlet destekli projeler yürütülerek, geniş kitlelere ve her kesimden aileye uygulanabilir nitelikte olan önleyici müdahale programlarının geliştirilmesi önerilmektedir. Ayrıca üniversitelerde görev yapan öğretim elemanlarının, lisansüstü öğrencileri 0-3 yaş rutin eğitimleri gibi çocuk gelişimindeki kritik konulara yönlendirmesi, bu alandaki çalışmaların derinleşmesi açısından büyük önem taşımaktadır. Özellikle, disiplinler arası bir yaklaşımla ebeveyn ve çocuklarla saha temelli uygulamaları içeren tezlerin teşvik edilmesi, bulguların gerçek yaşamda uygulanabilirliğini artıracağı düşünülmektedir. Üniversitelerin, devlet kurumları ve sivil toplum kuruluşlarıyla iş birliği yaparak, ulusal düzeyde önleyici müdahale programlarının geliştirilmesine öncülük etmesi, araştırmaların etki alanını genişletebilir. Ayrıca, uzun vadeli etkileri değerlendiren boylamsal araştırmaların teşvik edilmesi ve araştırma gruplarının veya merkezlerinin kurulması bu alandaki akademik kapasiteyi artırabilir. Destek programlarının yaygınlaştırılması ve bilimsel çalışma sonuçlarının topluma yönelik materyallerle paylaşılması, rutinlere ilişkin politika ve uygulamalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Çıkar Çatışması

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan etmişlerdir.

Finansal Destek

Yazarlar bu çalışma için finansal destek almadıklarını beyan etmişlerdir.

Etik Komite Onayı

Etik kurul onayı gerektiren bir araştırma kapsamında değildir.

Hakem Değerlendirmesi

Dış bağımsız.

Yazar Katkıları

A.B.: Çalışma Tasarımı, Veri Toplama, Veri Analizi, Makale Yazımı, Makale Gönderimi ve Revizyon

F.E.E.: Çalışma Tasarımı, Veri Toplama, Veri Analizi, Makale Yazımı, Makale Gönderimi ve Revizyon

Kaynaklar

- Akar, A. S. (2020). *0-2 yaş aralığındaki bebeklerin uyku düzenini etkileyen faktörlerin incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi]. Medipol Üniversitesi.
- Akar, A. S., & Yavuzer, İ. H. (2023). Investigating the factors affecting the sleep of babies between 0-2 years of age. *Journal of the Child/Çocuk Dergisi*, 23(2). <https://doi.org/10.26650/jchild.2023.1208970>
- Akcan, A. (2012). *Saldırgan davranışı önleme programının ana sınıfı öğrencileri üzerine etkisi*. [Doktora tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Akşit, M. A. (2020). Emzirme, bebekler ve anneler için yaşamsal bir haktır. *Türk Dünyası Uygulama ve Araştırma Merkezi Yenidoğan Dergisi*, 5(2), 316-320.
- Aktaş, Ş. (2012). *9-12 aylık bebeklerde tamamlayıcı beslenme ve bunu etkileyen faktörler*. [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Üniversitesi.
- Altay, G. (2024). *Primipar annelere verilen bebek sakınleştirme eğitiminin annelik rolü algısı maternal bağlanma ve emzirme öz yeterliğine etkisi*. [Doktora tezi]. Atatürk Üniversitesi.
- Arslan, N. (2022). *Bebek liderliğinde beslenme ve geleneksel tamamlayıcı beslenme eğitiminin bebek gelişimine etkisi*. [Doktora tezi]. Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi.
- Aslan, M. S., Erkaya, E. & Oğuz, Ö. (2022). Teknolojik alet-internet kullanımının 0-3 yaş aralığındaki çocukların dil gelişimlerine etkisi. *Fenerbahçe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(2), 434-454. <https://doi.org/10.56061/fbujohs.1098866>
- Atalay, B. (2014). *Doğum öncesi eğitimlerin anne-bebek bağlanmasına etkisi*. [Yüksek lisans tezi]. Ege Üniversitesi.
- Avcı, N., Kunt, M., Somer Ölmez, B., Pekince, P., & Kaynak, S. (2018, Ekim, 24) *Güvenli Bebekler Güvenli Yarınlar Projesi: Eğitim Programı* [Sözlü sunum]. Uluslararası IV. Çocuk Gelişimi Kongresi, Ankara, Türkiye.
- Aydın, Ü. (2019). *Preterm bebek annelerine verilen yenidoğan bakıma ilişkin planlı eğitimin annelerin bilgi düzeyleri ve öz yeterlik algıları üzerine etkisi*. [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Okan Üniversitesi.
- Ayran, G. (2018). *Ebeveynlere verilen emzirme eğitiminin emzirme öz-yeterlilik düzeyi sadece anne sütü ile beslenme süresi ve ebeveyn bebek bağlanmasına etkisi*. [Doktora tezi]. Atatürk Üniversitesi.
- Baird, D. C., Bybel, M., & Kowalski, A. W. (2019). Toilet training: Common questions and answers. *American Family Physician*, 100(8), 468-474.
- Balaban, E. (2016). *Yenidoğan yoğun bakım ünitesinde prematüre bebek annelerine verilen eğitimin anne özgüvenine etkisi*. [Yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Basınlı, K. B. E. & Kahraman, Ö. G. (2020). Uyku Eğitim Programının bebeklerin uyku alışkanlıkları üzerindeki etkisi. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi*, 4(3), 738-761. <https://doi.org/10.24130/eccdd-jecs.1967202043228>
- Bayram, H. (2020). Psikososyal gelişim kuramının sosyal bilgiler dersi kapsamında incelenmesi. *Anemon Muş Alparlan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(6), 1993-2001. <https://doi.org/10.18506/anemon.761896>
- Baysal, T. (2015). *Denizli il merkezinde 6-36 aylık çocuk beslenme uygulamaları ve çocukların büyümesine etkisi*. [Yüksek lisans tezi]. Pamukkale Üniversitesi.
- Bergman, N. J. (2013). Neonatal stomach volume and physiology suggest feeding at 1-h intervals. *Acta Paediatrica*, 102(8), 773-777. <https://doi.org/10.1111/apa.12291>
- Beşer, Ö. F. & Çokuğraş, F. Ç. (2018). Zamanında doğmuş sağlıklı çocuklarda tamamlayıcı beslenme. *Klinik Tıp Pediatri Dergisi*, 10(6), 6-12.
- Bülbül, S. & Kılınçkaya, M. F. (2013). 0-2 yaş grubu bebeklerin anne sütü ile beslenme durumları ve etkileyen faktörler. *Kırıkkale Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 15(1), 15-20. <https://doi.org/10.24938/kutfd.124799>
- Carrow, J. N., Vladescu, J. C., Reeve, S. A., & Kisamore, A. N. (2020). Back to sleep: Teaching adults to arrange safe infant sleep environments. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 53(3), 1321-1336. <https://doi.org/10.1002/jaba.681>
- Cebeci, G. (2022). *Çocuğun tuvalet eğitimi sürecinde ebeveyn tutumunun etkisinin belirlenmesi*. [Yüksek lisans tezi]. Bursa Uludağ Üniversitesi.
- Cesur Çınar, G. (2020). *Yenidoğan yoğun bakım ünitesinde yatan prematüre bebek annelerine taburculuk esnasında verilen standart ve geliştirilmiş bebek bakımı ve beslenme eğitiminin annelerin bilgi ve tutumları üzerine etkileri*. [Uzmanlık tezi]. Trakya Üniversitesi.
- Chouraqui, J. P., Tavoularis, G., Simeoni, U., Ferry, C., & Turck, D. (2020). Food, water, energy, and macronutrient intake of non-breastfed infants and young children (0–3 years). *European Journal of Nutrition*, 59, 67-80. <https://doi.org/10.1007/s00394-018-1883-y>
- Chouraqui, J. P., Turck, D., Tavoularis, G., Ferry, C., & Dupont, C. (2019). The role of young child formula in ensuring a balanced diet in young children (1–3 years old). *Nutrients*, 11(9), 2213. <https://doi.org/10.3390/nu11092213>
- Cırdı, G. (2019). *Yaşamın ilk 18 ayında sağlıklı bebeklerin uyku düzeni, uyku düzenini etkileyen faktörler ve uyku eğitiminin etkinliği*. [Tıpta uzmanlık tezi]. Erciyes Üniversitesi.
- Cırdı, G. (2019). *Yaşamın ilk 18 ayında sağlıklı bebeklerin uyku düzeni, uyku düzenini etkileyen faktörler ve uyku eğitiminin etkinliği*. [Uzmanlık tezi]. Erciyes Üniversitesi.
- Çetin, N., Çanolu, Z., Özler, Z., Erol, K. & Çilek, M. (2020). Tuvalet eğitimi etkileyen faktörlerin ve tuvalet eğitimi yaşı ile işeme disfonksiyonu arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Türk Tıp Öğrencileri Araştırma Dergisi*, 2(3), 126-134.
- Çevik, H. N. (2014). *Annelerin bebek uyutmaya yönelik geleneksel tutum ve uygulamalarının ve bilgi düzeylerinin incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi]. Atatürk Üniversitesi.

- Çitil, M. (2016). *Üstün yetenekli öğrencilere sunulan olumlu davranışsal destek temelli problem davranışları önleyici sınıf yönetimi uygulamaları: Eylem araştırması*. [Doktora tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Demir, R. (2020). Üvey anne ile Fatma masalının psikanalitik yöntemle incelenmesi. *Sinop Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(2), 499-512. <https://doi.org/10.30561/sinopusd.753323>
- Dilsiz, H. (2013). *Bebeklik ve erken çocukluk dönemi uyumsal yeme davranışı ve beslenme süreci anne tutumları ölçekleri geliştirme çalışması*. [Yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Doğan, P. (2019). *Annelere ani bebek ölüm sendromu ve güvenli uyku konusunda verilen eğitimin etkinliğinin incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi]. Ege Üniversitesi.
- Douglas, P. S. (2017). Babies and sleep: A matter of choice. *MJA Insight*, 34(4).
- Ekinci, S. (2020). *Gebelere verilen uyku hijyeni eğitiminin uyku kalitesine etkisinin incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi]. Hasan Kalyoncu Üniversitesi.
- Elibol, F. (2007). *12-36 aylar arasında çocukları olan annelere verilen grup eğitiminin annelerin anne-babalık görevlerinde öz yeterliliklerine yönelik katkısının incelenmesi* [Doktora tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Erdélyi Sipos, A., Kassai, K., Kubányi, J., Zsuzsanna, S., Lajos, B., Bence, R. L. (2019). Nutrition assessment of 0-3-year-old infants and toddlers with particular focus on macro-and micronutrient intake. *Orvosi Hetilap*, 160(50). <https://doi.org/10.1556/650.2019.31585>.
- Erdoğan, Ç., & Turan, T. (2018). Yenidoğanlarda güvenli uyku açısından annelerin tercihleri. *Journal of Turkish Sleep Medicine*, 5(3). <https://doi.org/10.4274/jtsm.25743>
- Ergenci Basınlı, K. B. (2019). *Uyku eğitim programının bebeklerin uyku alışkanlıkları üzerindeki etkisi*. [Yüksek lisans tezi]. Karabük Üniversitesi.
- Ersay, Ö. A., Kurtulmuş, Z., & Tekin, N. Ç. (2014). Aile çocuk eğitim programının annelerin çocuk yetiştirme tutumlarına ve ev ortamını düzenlenmelerine etkisinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 22(3), 1077-1090.
- Fatih, E. O. & Akyol, A. K. (2019). Altı-on iki aylık bebeklerin uyku düzenlerine ilişkin anne görüşleri. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(2), 172-182. <https://doi.org/10.46971/ausbid.759561>
- Fındık, E. (2021). *Ev merkezli Montessori eğitim programının bebeklerin sosyal duygusal gelişimleri ve anne bebek etkileşimine etkisinin incelenmesi*. [Doktora tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Genç Rollas, B. (2019). *Gebeliğin üçüncü trimestrinde olan annelere verilen web tabanlı bebek bakım eğitiminin doğum sonrası anne- bebek bağlanma düzeylerine etkisi*. [Yüksek lisans tezi]. Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi.
- Giden, C. (2013). *Primipar annelerin bebeklerinin algılama ve temel yenidoğan bakımına yönelik bilgi ve uygulamalarının değerlendirilmesi*. [Yüksek lisans tezi]. Haliç Üniversitesi.
- Göbel, P. (2016). *Ebeveynlere verilen beslenme eğitiminin çocukların besin seçimine etkileri*. [Doktora tezi]. Başkent Üniversitesi.
- Gözün Kahraman, Ö. & Ceylan, Ş. (2018). 0-3 yaş grubu çocukların uyku alışkanlıklarının belirlenmesi. *Journal of History Culture and Art Research*, 7(3), 607-620. <http://dx.doi.org/10.7596/taksad.v7i3.1635>
- Gürses, İ., & Kılavuz, M. A. (2011). Erikson'un psiko-sosyal gelişim dönemleri teorisi açısından kuşaklararası din eğitimi ve iletişiminin önemi. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 20(2), 153-166.
- Haylı, Ç. M. (2021). *Zihinsel engelli çocuk ve annelerine sağlığı geliştirme modeline göre verilen uyku hijyeni eğitiminin uyku kalitesine etkisi*. [Doktora tezi]. Koç Üniversitesi.
- Hodges, S. J., Richards, K. A., Gorbachinsky, I., & Krane, L. S. (2014). The association of age of toilet training and dysfunctional voiding. *Research and Reports in Urology*, 127-130. <https://doi.org/10.2147/RRU.S66839>
- Hooman, N., Safaai, A., Valavi, E., & Amini-Alavijeh, Z. (2013). Toilet training in Iranian children: a cross-sectional study. *Iranian Journal of Pediatrics*, 23(2), 154-158.
- Işıkoğlu Erdoğan, N., & Ergenekon, E. (2021). Bebeklerin teknolojik araçları kullanmalarıyla ilgili anne görüşleri. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 54(1), 117-140. <https://doi.org/10.30964/auedfd.767338>
- İşgör, A., Akman, M., Ünal, P. C., Tüzün, S., & Çifçili, S. (2010). Anneler için tamamlayıcı beslenme hakkında bir eğitim çalışması. *The Journal of Turkish Family Physician*, 1(3), 79-91
- İşsever, O., Akcay, N. & Bal Yılmaz, H. (2021). Çocuk bakımında önemli bir konu: Güvenli uyku ve uyku eğitimi. *İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 6(2), 157-161.
- Kadıroğlu, T. (2018). *Preterm yenidoğan annelerinde bebek bakımı eğitiminin maternal bağlanma ve annelik özyeterliliğine etkisi*. [Doktora tezi]. Atatürk Üniversitesi.
- Kahraman, B. (2018). *3-12 aylık bebeklerin uyku alışkanlığı ve uyku sorunları ile ilişkili faktörler*. [Yüksek lisans tezi]. Adnan Menderes Üniversitesi.
- Kara, M. (2022). *Baba adaylarına bebeğin günlük bakımı, paternal bağlanma konusunda verilen eğitimin baba-bebek bağlanmasına etkisi*. [Doktora tezi]. Çukurova Üniversitesi.
- Karapelit, Z. (2023). *Annelik rolü yeteneği kuramına göre ebeveynlere verilen eğitimin annelik rolü anne bebek ve baba bebek bağlanmasına etkisi*. [Doktora tezi]. İnönü Üniversitesi.
- Kılınç, F. E. (2011). *Anne eğitim programı ile anne çocuk etkileşim programının 24-36 aylık çocukların bilişsel becerilerine ve annelerin çocuk yetiştirme davranışlarına etkisinin incelenmesi*. [Doktora tezi]. Selçuk Üniversitesi.
- Kıral, B. (2020). Nitel bir veri analizi yöntemi olarak doküman analizi. *Siirt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(15), 170-189.
- Kosterelioglu, I. (2018). Effects of parenting style on students' achievement goal orientation: A study on high school students. *Educational Policy Analysis and Strategic Research*, 13(4), 91-107. <https://doi.org/10.29329/epasr.2018.178.5>
- Kural, B., & Köse, S. (2022). Çocuklarda tuvalet eğitimi etkileyen faktörler: 10 yıllık deneyim. *Çocuk Dergisi*, 22(3), 178-184. <https://doi.org/10.26650/jchild.2022.1184385>
- Küçükkaya, B. (2022). *Preterm bebeklerde erken dönemde başlatılan yarım kundak ve kanguru bakımı uygulamalarının emzirme, anne-bebek bağlanması, anne uyku kalitesi ve postpartum depresyon üzerine etkisi*. [Doktora tezi]. Trakya Üniversitesi.
- Kyttälä, P., Erkkola, M., Kronberg-Kippilä, C., Tapanainen, H., Veijola, R., Simell, O. & Virtanen, S. M. (2010). Food consumption and nutrient intake in Finnish 1–6-year-old children. *Public Health Nutrition*, 13(6A), 947-956. <https://doi.org/10.1017/S136898001000114X>
- Maree, J. G. (2021). The psychosocial development theory of Erik Erikson: critical overview. *Early Child Development and Care*, 191(7-8), 1107-1121. <https://doi.org/10.1080/03004430.2020.1845163>
- Menekşe, D. (2018). *İkiz bebek bekleyen gebelere verilen emzirme eğitiminin emzirme niyetlerine etkisi*. [Doktora tezi]. Sakarya Üniversitesi.
- Menekşe, D., Karakaya Suzan, Ö., & Çınar, N. (2022). Tuvalet eğitimi sürecinde anne deneyimleri: Nitel çalışma. *Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi*, 5(1), 9-21. <https://doi.org/10.38108/ouhcd.849519>
- Mery, J. N., Vladescu, J. C., Sidener, T. M., Reeve, K. F., & Day-Watkins, J. (2021). Safe to sleep: A systematic review of the safe infant sleep training literature across relevant personnel. *Journal of Neonatal Nursing*, 27(6), 381-395. <https://doi.org/10.1016/j.jnn.2021.06.001>

- Middlemiss, W., Granger, D. A., Goldberg, W. A., & Nathans, L. (2012). Asynchrony of mother–infant hypothalamic–pituitary–adrenal axis activity following extinction of infant crying responses induced during the transition to sleep. *Early Human Development*, 88(4), 227-232. <https://doi.org/10.1016/j.earlhumdev.2011.08.010>
- Muggaga, C., Ongeng, D., Mugonola, B., Okello-Uma, I., Kaaya, N. A., & Taylor, D. (2021). Seasonal variability in food and nutrition security among children 0-3 years in Karamoja sub-region of Uganda. *African Journal of Food, Agriculture, Nutrition and Development*, 21(8), 18474-18500. <https://doi.org/10.18697/ajfand.103.16920>
- Muntaha, M. (2021). *Mothers' perceptions and practices on child's nutrition of 0-3 years old children in Dhaka City*. [Yüksek lisans tezi]. Brac University.
- Okur Fatih, E. (2023). *Uyku düzenleme eğitiminin ebeveyn-bebek bağlanmasına ve bebeklerin uyku düzenlerine etkileri*. [Doktora tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Owens, J. A. & Witmans, M. (2004). Sleep problems. *Current Problems in Pediatric Adolescent Health Care*, 34(4), 154-79. <https://doi.org/10.1016/j.cppeds.2003.10.003>
- Ozan, A. N. (2023). *Yoga'nın annenin stres düzeyi, anne-bebek ilişkisi, anne ile bebeğinin uyku ve beslenme problemlerine etkisi: Randomize kontrollü çalışma*. [Yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Öncül, N., & Yücesoy Özkan, Ş. (2021). Bir meydan okuma: Geleneksel tuvalet eğitime karşı yoğun tuvalet eğitimi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(2), 350-374. <https://doi.org/10.17860/mersinefd.920857>
- Özbiçgin, E., Özbek, E., Atlıhan, F., & Genel, F. (2011). Bebeklerde 0-4 ay arası beslenme biçiminin psikomotor gelişime etkisi. *İzmir Dr. Behçet Uz Çocuk Hast. Dergisi*, 1(1), 20-25. <http://dx.doi.org/10.5222/buchd.2011.020>
- Özen Çınar, İ. (2011). *Primipar annelere verilen planlı bebek bakımı eğitiminin maternal bağlanma ve özgüven düzeylerine etkisi*. [Doktora tezi]. Erciyes Üniversitesi.
- Özenoğlu, A., Gün, B., Karadeniz, B., Koç, F., Bilgin, V., Bembeyaz Z. & Saha, B. S. (2021). Yetişkinlerde beslenme okuryazarlığın sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlar ve beden kütle indeksi ile ilişkisi. *Life Sciences*, 16(1), 1-18. <http://dx.doi.org/10.12739/NWSA.2021.16.1.4B0037>
- Özkoç, M. (2023). *Erken postpartum dönem primipar annelere verilen bebek bakımı eğitiminin annelik rolü ve doğum sonu anksiyete üzerindeki etkisinin değerlendirilmesi*. [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Arel Üniversitesi.
- Özmert, E. N. (2006). Erken çocukluk gelişiminin desteklenmesi-III: Aile. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 49(3), 256-273.
- Öztekin, C. (2018). Bebek ruh sağlığı açısından anne-babalık becerileri. *Türkiye Klinikleri*, 4(1), 10-18.
- Öztürk, M. (2016). *Erken çocukluk dönemi uyku sorunları aile eğitiminin etkinliği*. [Uzmanlık tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Pehlivan, B. (2019). 6-12 aylık bebeklerde tamamlayıcı beslenme uygulamaları ve annelerin bilgi düzeylerinin değerlendirilmesi. *Bilimsel Tamamlayıcı Tıp Regülasyon ve Nöral Terapi Dergisi*, 13(3), 79-82.
- Pıçak, R., İsmailoğlu, S., Mümtaz Mazıcıoğlu, M., Üstünbaş, H. B., & Aksu, M. (2010). Birinci basamakta uyku bozukluklarına yaklaşım ve öneriler. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 4(3).
- Polat, E. M. (2019). *Annelerin çocuklarının tuvalet eğitimine yönelik bilgi, tutum ve davranışlarının incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi]. Hasan Kalyoncu Üniversitesi.
- Sağlık, G. N. (2021). Psikanalitik kuram ve sosyal hizmet. *FLSF Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, (31), 435-455.
- Sak, R., Sak, İ. T. Ş., Şendil, Ç. Ö., & Nas, E. (2021). Bir araştırma yöntemi olarak doküman analizi. *Kocaeli Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 4(1), 227-256. <http://doi.org/10.33400/kuje.843306>
- Santrock, J. W. (2021). *Çocuk gelişimi* (14. Baskı). (A. Güre, Çev.). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Santrock, J. W. (2023). Yaşam boyu gelişim. *Gelişim psikolojisi* (13. Baskı). (G. Yüksel, Çev.). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Savcı, F. (2023). *Öz düzenleme becerilerini destekleme eğitiminin prematüre bebeklerin öz düzenleme becerileri ile anne-babaların stres düzeyi, sosyal destek algısı ve ebeveyn iş birliği üzerine etkisinin incelenmesi*. [Doktora tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Sclar, G. D., & Mosler, H. J. (2021). Caregiver social support and child toilet training in rural Odisha, India: What types of support facilitate training and how? *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 14(2), 413-433. <https://doi.org/10.1111/aphw.12311>
- Summerbell, C., Moore, H., & O'Malley, C. (2014). Consequences and determinants of poor nutrition in children aged 0-3 years, and public health interventions that may improve dietary intake: A general review. *Journal of Children's Services*, 9(2), 128-142. <https://doi.org/10.1108/JCS-02-2014-0007>
- Tanrıverdi, F. Ş. (2023). *Meleis'in geçiş kuramına dayalı çevrim içi bebek bakımı eğitiminin annenin kendine güveni ve bebek sağlığına etkisi*. [Doktora tezi]. İstanbul Üniversitesi.
- Taşdemir, F., & Temel, A. B. (2015). Yaşamın ilk üç yılında uyku sorunları ve etkili uyku ekolojisi etmenleri. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 31(3), 1-19.
- Tatvan, A. (2009). *0-3 yaş çocuğu olan annelere yönelik beslenme eğitim programı* [Yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Tekkeli, H. S., & Akto, A. (2022). Sigmund Freud'un görüşlerinin eğitime yansımaları. *Şarkiyat İlmî Araştırmalar Dergisi*, 14(3), 1-15. <https://doi.org/10.26791/sarkiat.1079120>
- Tuncer, A., Enzin, F., İri, F., Dinler, E., Pelin, Z., & Bayramlar, K. (2020). Uyku bozukluklarında egzersiz tedavisinin önemi. *Zeugma Sağlık Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 89-97.
- Türkyılmaz, C. (2016). Emzirme danışmanlığı ve emzirmede karşılaşılan sorunlar. *Klinik Tıp Pediatri Dergisi*, 8(2), 19-33.
- Uçaklı Asaloğlu, C. (2022). *Çevrimiçi olarak uygulanan sağlık eğitimi ve progresif kas gevşetme egzersizi programının postpartum depresyon ve anne bebek bağlanması üzerine etkisi: randomize kontrollü çalışma*. [Doktora tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Uçan, S. (2016). *Ebeveynlere verilen emzirme eğitiminin emzirme sürecine, kültürel davranışlara ve ebeveyn-bebek bağlanmasına etkisi*. [Doktora tezi]. Selçuk Üniversitesi.
- Ulutaş Avcu, A. & Çalışkan, Z. (2015). Ev merkezli anne-bebek eğitim programının 10-12 aylık bebeklerin gelişimine etkisinin incelenmesi. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 5(2), 152-163.
- Unver Korğalı, E. (2018). *Orta ve geç prematüre bebeği olan ailelerde ebeveyn eğitimi ve farkındalık düzeyi artırılmasının bebeğin sağlık durumu, anne-bebek bağlanması ve ebeveynlerin kaygı düzeyleri üzerine etkisi*. [Yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Ward, T. M., Rankin, S., & Lee, K. A. (2007). Caring for children with sleep problems. *Journal of Pediatric Nursing*, 22(4), 283-296. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2007.02.006>
- Watanabe, S. E., Donzella, B., Kertes, D. A., & Gunnar, M. R. (2004). Developmental changes in baseline cortisol activity in early childhood: Relations with napping and effortful control. *Developmental Psychobiology: The Journal of the International Society for Developmental Psychobiology*, 45(3), 125-133. <https://doi.org/10.1002/dev.20026>
- Yalçın, A. (2009). *Annelerle 0-6 yaş çocuğunun gelişimsel özellikleri konusunda bir eğitim programı*. [Yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.

- Yalçın, H. (2011). *Anne adaylarına verilen eğitimin (ASBEP) gebelik, doğum, lohusalık ve bebek bakımına ilişkin fonksiyonel olmayan uygulamalara etkisi (Karaman ili örneği)*. [Doktora tezi]. Selçuk Üniversitesi.
- Yapıcıoğlu Ayaz, Y., Kıvanççı, G., & Safarov, A. (2019). Psikanalitik kuram ve yaratıcılık. *Dördüncü Kuvvet Uluslararası Hakemli Dergi*, 2(2), 75-92. <https://doi.org/10.33464/dorduncukuvvet.547912>
- Yıldırım, F. (2023). *Doğum sonrası babalara verilen bebek bakımı eğitiminin baba bebek bağlanması, annenin doğum sonu depresyon ve yaşam kalitesine etkisi*. [Doktora tezi]. Ordu Üniversitesi.
- Yıldız, D., & Akbayrak, N. (2014). Doğum sonrası primipar annelere verilen eğitim ve danışmanlık hizmetlerinin bebek bakımı, kaygı düzeyleri ve annelik rolüne etkisi. *Gulhane Medical Journal*, 56(1). <https://doi.org/10.5455/gulhane.24869>
- Yılmaz Bolat, E. (2015). 1-4 yaş arası çocuğa sahip annelerin tuvalet eğitimi kazandırma konusunda tutum ve görüşlerinin incelenmesi. *Hacettepe Journal Of Educational Research*, 1(1), 53-67.
- Yılmaz Bursa, G. (2022). *Duyu temelli eğitim programının annelerin öz düzenlemeleri ve bebek bakım öz yeterlilikleri ile bebeklerinin gelişimine etkisi*. [Doktora tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Yılmaz, Y. S. (2022). *Anne-bebek uyum odasında verilen emzirme eğitiminin yenidoğan bebeği olan annelerin emzirme öz-yeterliliklerine etkisinin incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi]. Manisa Celal Bayar Üniversitesi.
- Yurtsever Gök, P. (2018). *Prematüre bebek bakımına yönelik hazırlanan web tabanlı ve bireysel eğitim programının annelerin öz güven gücüne etkisi*. [Yüksek lisans tezi]. Akdeniz Üniversitesi.