



# SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences  
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi



DOI: [10.33689/spormetre.1807077](https://doi.org/10.33689/spormetre.1807077)  
Research Article

Geliş Tarihi (Received): 22.10.2025

Kabul Tarihi (Accepted): 24.06.2026

Online Yayın Tarihi (Published): 30.06.2026

## EBEVEYNLERİN BEBEKLERİNİ YÜZMEYE GÖTÜRMENE İLİŞKİN BEKLENTİ VE DENEYİMLERİ

Batuhan Batu<sup>1\*</sup>, Gönül Tekkurşun Demir<sup>2</sup>, Kıvanç Buru<sup>3</sup>

<sup>1</sup> R. Kafkas Üniversitesi, Kağızman Meslek Yüksekokulu, Kars, TÜRKİYE

<sup>2</sup> R. Onbeş Kasım Kıbrıs Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Lefkoşa, KKTC

<sup>3</sup> R. Kafkas Üniversitesi, Sarıkamış Spor Bilimleri Fakültesi, Kars, TÜRKİYE

**Öz:** Mevcut çalışmanın amacı, bebeklerini yüzmeye götüren ebeveynlerin, yüzmeye seansları başlamadan önce bebekleri için bu seanslardan neler beklediklerini ve yüzmeye seansları sonunda bu beklentilerin karşılanıp karşılanmadığını belirlemek, ayrıca yüzmeye bebeklerin fiziksel, duygusal ve bilişsel gelişimine olan etkilerini değerlendirmektir. Araştırmada veriler, nitel araştırma yöntemi kullanılarak, boyamsal fenomenolojik desende tasarlanmış ve yarı yapılandırılmış görüşmelerle toplanmıştır. Çalışma grubunu 2-24 aylık bebekleri yüzmeye etkinliklerine katılan 25 ebeveyn oluşturmaktadır. Araştırmanın bulguları; ebeveynlerin bebeklerini yüzmeye götürme nedenleri arasında kas gelişimini destekleme, gaz sancısını azaltma, motor becerileri geliştirme, uyku düzenini sağlama ve bebeklerin sosyal becerilerini artırma beklentileri olduğunu göstermiştir. Altı haftalık yüzmeye seansları sonunda ebeveynler, bebeklerinin motor becerilerinde belirgin iyileşmeler, gaz sancılarında azalma ve kas güçlerinde artış gözlemlediklerini ifade etmişlerdir. Ayrıca, yüzmeye aktivitelerinin bebeklerin uykuya geçiş süresini kısalttığı ve gece uykularının kalitesini artırdığı bildirilmiştir. Duygusal açıdan bakıldığında, bebeklerin yüzmeye sırasında daha mutlu, huzurlu ve sosyal oldukları; özgüvenlerinin ise olumlu yönde geliştiği belirlenmiştir. Sonuç olarak, erken yaşta düzenli yüzmeye etkinliklerine katılan bebeklerin fiziksel ve duygusal gelişimlerinde olumlu etkiler görülmüş, ebeveynlerin beklentilerinin büyük ölçüde karşılandığı tespit edilmiştir. Bu sonuçlar, yüzmeye bebek gelişimine çok yönlü faydalar sağladığını ve ebeveynlerin yüzmeye etkinliklerine yönelik olumlu algı ve deneyimlere sahip olduklarını ortaya koymaktadır. Gelecekteki araştırmaların daha geniş örneklem ve uzun süreli izlem süreçleriyle desteklenmesi önerilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Bebek, Duygusal Gelişim, Ebeveyn Beklentileri, Fiziksel Gelişim, Yüzme

## PARENTAL EXPECTATIONS AND EXPERIENCES CONCERNING TAKING INFANTS TO SWIMMING

**Abstract:** The aim of the present study was to determine what parents who take their babies to swimming sessions expect for their children before the sessions begin and whether these expectations are met by the end of the program. In addition, the study aimed to evaluate the effects of swimming on infants' physical, emotional, and cognitive development. Data were collected through semi-structured interviews using a qualitative research design. The study group consisted of 25 parents whose babies, aged between 2 and 24 months, participated in swimming activities. The findings indicated that parents' reasons for taking their babies swimming included expectations such as supporting muscle development, reducing gas pain, enhancing motor skills, maintaining regular sleep patterns, and improving social skills. At the end of six weeks of swimming sessions, parents reported notable improvements in their babies' motor abilities, a reduction in gas-related discomfort, and increased muscle strength. Moreover, swimming activities were found to shorten the time it took for babies to fall asleep and to improve the quality of their nighttime sleep. From an emotional perspective, babies were described as happier, calmer, and more social during swimming sessions, and their self-confidence was reported to have developed positively. In conclusion, regular participation in swimming activities at an early age was found to have positive effects on infants' physical and emotional development, and parents' expectations were largely fulfilled. These findings suggest that swimming provides multifaceted benefits for infant development and that parents hold positive perceptions and experiences regarding swimming activities. Future research is recommended to include larger samples and longer-term follow-up periods.

**Keywords:** Infant, Emotional Development, Parental Expectations, Physical Development, Swimming



\*Sorumlu Yazar: Adı Soyadı, Ünvanı., E-mail: Batuhan BATU, Öğretim Görevlisi, bthn\_86@hotmail.com

## GİRİŞ

Bebeklerin erken yaştan itibaren suyla tanışması, motor ve bilişsel gelişimlerine katkı sağlayan önemli bir unsur olarak değerlendirilmektedir. Suyun sağlığı koruma ve geliştirme alanındaki kullanım yöntemlerinden biri olan yüzme, farklı yaş gruplarında ve tekniklerle uygulanabilen bir aktivite olup, kas ve eklem gelişimini destekleyen etkileriyle dikkat çekmektedir (Zhao ve ark., 2009). Özellikle bebeklerde yüzme aktiviteleri, kas gruplarının dengeli bir şekilde çalışmasına olanak tanıyarak hareket kabiliyetini artırmakta ve kas gevşemesine katkı sağlamaktadır (Mackey, 2001). Bebeklerin büyümelerini ve gelişimlerini destekleyen su aktiviteleri, bağırsak hareketlerini düzenleyerek sindirim sistemine olumlu etkiler sağlayabilmektedir (Dias ve ark., 2013; Martins ve ark., 2010). Bunun yanı sıra, suyun yerçekimi etkisini minimuma indirerek kasların uyumlu bir şekilde çalışmasını sağladığı bilinmektedir (Bozdoğan, 2006). Bu durum, bebeklerde kas kuvveti, dayanıklılık ve motor yeteneğin gelişimini desteklemektedir (Roostaei, 2016). Ayrıca yapılan çalışmalar yüzme sporunun doğumdan itibaren başlanabilen ve ileri yaşlara kadar devam ettirilebilen bir aktivite olduğunu; hem fiziksel sağlığı hem de zihinsel iyi oluşu destekleyen bir spor dalı olarak değerlendirilebileceğini göstermektedir (Kuroğlu ve Uzunçayır, 2020; Özdemir ve Dedemli, 2023; Santos ve ark., 2023).

Psikolojik açıdan değerlendirildiğinde, suyun bireylere rahatlama hissi sağladığı ve yüzme aktiviteleri ile endorfin ve serotonin salınımının arttığı belirtilmektedir (Günay, 2007). Bunun sonucunda bireylerde mutluluk hissinin arttığı ve stres seviyesinin azaldığı ifade edilmektedir (Tang ve ark., 2022). Özellikle bebeklerde su aktivitelerinin, postür gelişimi ve dengeli vücut yapısı oluşumunda kritik bir rol oynadığı belirtilmektedir (Muratlı, 2007).

Alanyazında bebek yüzme aktiviteleri ve su temelli uygulamalara ilişkin çalışmaların çoğunlukla fiziksel gelişim, motor beceri, kas gelişimi, postür, sindirim sistemi, psikolojik rahatlama ve genel iyi oluş gibi gelişimsel çıktılara odaklandığı görülmektedir (Bozdoğan, 2006; Dias ve ark., 2013; Günay, 2007; Mackey, 2001; Martins ve ark., 2010; Muratlı, 2007; Roostaei, 2016; Zhao ve ark., 2009). Bu çalışmalar, su aktivitelerinin bebeklerin gelişimsel süreçlerini destekleyebileceğini göstermesi bakımından önemlidir. Bununla birlikte mevcut alanyazında bebek yüzme aktivitelerinin ebeveynler tarafından nasıl algılandığı, ebeveynlerin bu etkinliklerden hangi beklentilere sahip olduğu ve seanslar sonrasında bebeklerinde hangi değişimleri fark ettikleri konusuna daha sınırlı biçimde yer verildiği görülmektedir. Bu nedenle mevcut araştırma, bebek yüzme aktivitelerini yalnızca gelişimsel etkiler açısından değil, ebeveyn beklentileri ve ebeveyn deneyimleri açısından da ele alması bakımından alanyazındaki çalışmalardan ayrılmaktadır.

Bu araştırma kuramsal olarak Ekolojik Sistemler Kuramı ile ilişkilendirilebilir. Ekolojik Sistemler Kuramı'na göre çocuğun gelişimi yalnızca bireysel özellikler veya biyolojik olgunlaşma ile değil; aile, yakın çevre, bakım veren kişiler, sosyal ilişkiler ve çevresel deneyimlerle birlikte şekillenmektedir (Bronfenbrenner, 1979). Bu bağlamda bebek yüzme seansları, bebeğin ebeveyniyle birlikte katıldığı, fiziksel hareket, duyuşsal uyarım, duygusal güven ve sosyal etkileşim içeren bir mikro çevre deneyimi olarak değerlendirilebilir. Ebeveynlerin yüzme seanslarına ilişkin beklentileri, farkındalıkları ve seans sonrası deneyimleri de bebeğin bu gelişimsel çevreyle kurduğu ilişkinin anlaşılması açısından önem taşımaktadır. Dolayısıyla mevcut araştırmanın ebeveyn perspektifine odaklanması, bebek gelişiminin yalnızca bireysel değil, çevresel ve ilişkisel bağlamda da değerlendirilmesine olanak sağlamaktadır.

Bu çalışma, ebeveynlerin bebeklerini yüzmeye götürmeye ilişkin beklenti ve deneyimlerini incelemeyi amaçlamaktadır. Bebeklerin yüzmeye erken yaşta başlamasının gelişimlerine etkileri üzerine yapılan araştırmalar ışığında, mevcut araştırmada ebeveynlerin yüzme seansları öncesinde sahip oldukları farkındalık ve beklentiler ile yüzme seansları sonrasındaki görüşleri incelenerek, yüzme aktivitelerinin bebek gelişimindeki rolünün ebeveyn perspektifinden ortaya konması hedeflenmektedir. Ebeveynlerin beklentilerinin incelenmesi, bebek yüzme programlarının niteliğini ve etkililiğini artırmak açısından önem taşımaktadır. Çünkü ebeveynlerin bu süreçteki farkındalıkları ve deneyimleri, hem bebeklerin yüzme aktivitelerine katılım sıklığını hem de programların sürdürülebilirliğini etkileyebilmektedir. Bu çalışma, ebeveynlerin yüzme aktivitelerine yönelik tutum ve beklentilerini ortaya koyarak, mevcut literatürdeki bu boşluğun giderilmesine ve bebek yüzme programlarının ebeveyn odaklı geliştirilmesine katkı sunmayı amaçlamaktadır.

## YÖNTEM

### Araştırma Modeli

Bu araştırmada, nitel araştırma modeli kullanılmıştır. Nitel araştırma ile ilgili “yerleşik ve standart bir tanımlama yapmak son yıllarda gittikçe zorlaşmakta” (Creswell ve Creswell, 2021) ve nitel kavramıyla ilgili literatürde çeşitli tanımlamalar yerini almaktadır (Aspers ve Corte, 2019). Bu çeşitliliğe rağmen nitel araştırma, araştırmacı tarafından yararlanılan metodoloji ve yaklaşımlarla ilişkilendirilmektedir (Tunçalp, 2021). Nitel araştırma, “daha iyi bir anlayış ve kavrayışa erişme” amacına, durum ve tecrübelerin nasıl ortaya çıktığına, bireyin bu durum ve tecrübeleri nasıl anlamlandırdığına odaklanır (Denzin, 2017). Bu doğrultuda araştırmada, katılımcıların yüzme seansları öncesindeki beklentileri ile seansların sonunda bebeklerindeki gelişimi ve elde ettikleri deneyimlerinin zamansal değişimini derinlemesine ortaya koymak amacıyla boylamsal fenomenolojik araştırma deseni kullanılmıştır. Fenomenoloji, bireylerin belirli bir olguya dair duygu, algı, bakış açısı ve anlamlandırmalarını ifade ederek, o olguyu nasıl deneyimlediklerini anlamaya çalışan nitel bir araştırma yaklaşımıdır (Creswell ve Creswell, 2021). Boylamsal fenomenolojik araştırma deseni ise aynı çalışma grubundaki katılımcıların belirli bir zaman dilimi öncesinde ve sonrasındaki görüşlerine ait verilerin elde edilmesiyle ortaya konulan araştırmaları içerir. Bu desen, yapılan araştırmada geçen zaman diliminin başından sonuna dek, katılımcı algısına ve deneyimine dönüştürücü bir etkisinin olup olmadığını ortaya koyar (Creswell ve Poth, 2018).

Çalışmada boylamsal fenomenolojik araştırma desenin tercih edilmesinin nedeni, ebeveynlerin yüzme süreci öncesindeki beklentileri ile süreç sonrasındaki deneyimlerini kendi bakış açıları üzerinden anlamak ve bu deneyimlerin özünü bütüncül biçimde ortaya koymaktır. Bu model, ebeveynlerin yüzme etkinliklerinin öncesi ve sonrasındaki yaşantılardan elde edilen bireysel anlatıları derinlemesine incelemeye ve bu yaşantılardan ortak temalar üretmeye imkân tanımaktadır. Böylece, ebeveynlerin bebek yüzme aktiviteleri konusundaki farkındalıklarının ve deneyimlerinin altında yatan anlamlar ortaya koyulmuştur.

### Araştırma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu bebeklerini yüzmeye götüren ebeveynler oluşmaktadır. Araştırmanın amacı doğrultusunda, amaçlı örneklem yöntemi kullanılarak bebeklerini yüzme dersine götüren ebeveynler çalışma grubuna dâhil edilmiştir. Amaçlı örnekleme yöntemi, araştırmacıların çalışma amacına uygun kriterlere sahip grubu belirlenmesine ve değerlendirmek istediği hedef kitleyi seçmesine yardımcı olur (Patton, 2014). Çalışma grubuna ait demografik bilgiler Tablo 1’de sunulmuştur.

**Tablo 1.** Demografik Bilgiler

| Gruplar-<br>Seans Günleri         | Katılımcı<br>Göstergeleri | Mesleği         | Ailenin<br>Ücrete<br>Gelir Durumu | Asgari<br>Göre | Bebeğin<br>Yaşı(Aylık) | Bebeğin<br>Cinsiyeti |
|-----------------------------------|---------------------------|-----------------|-----------------------------------|----------------|------------------------|----------------------|
| A Grubu<br>Pazartesi,<br>Perşembe | K1 (Baba)                 | Askeri Personel | Orta                              |                | 6 Aylık                | Erkek                |
|                                   | K2 (Anne)                 | Ev Hanımı       | Orta                              |                | 5 Aylık                | Erkek                |
|                                   | K3 (Anne)                 | Ev Hanımı       | Orta                              |                | 3 Aylık                | Kız                  |
|                                   | K4 (Anne)                 | Öğretmen        | Yüksek                            |                | 8 Aylık                | Kız                  |
|                                   | K5 (Baba)                 | Polis           | Yüksek                            |                | 5 Aylık                | Kız                  |
|                                   | K6 (Anne)                 | Mimar           | Yüksek                            |                | 8 Aylık                | Kız                  |
|                                   | K7 (Anne)                 | İşçi (Kamu)     | Orta                              |                | 4 Aylık                | Erkek                |
|                                   | K8 (Anne)                 | Memur           | Orta                              |                | 14 Aylık               | Kız                  |
|                                   | K9 (Anne)                 | Doktor          | Yüksek                            |                | 7 Aylık                | Erkek                |
|                                   | K10 (Baba)                | Akademisyen     | Yüksek                            |                | 9 Aylık                | Kız                  |
|                                   | K11 (Anne)                | Öğretmen        | Yüksek                            |                | 4 Aylık                | Kız                  |
|                                   | K12 (Anne)                | Memur           | Orta                              |                | 2 Aylık                | Kız                  |
| B Grubu<br>Salı, Cuma             | K13 (Anne)                | Hemşire         | Yüksek                            |                | 6 Aylık                | Erkek                |
|                                   | K14 (Anne)                | Doktor          | Yüksek                            |                | 3 Aylık                | Erkek                |
|                                   | K15 (Anne)                | Esnaf           | Yüksek                            |                | 7 Aylık                | Kız                  |
|                                   | K16 (Baba)                | Akademisyen     | Yüksek                            |                | 10 Aylık               | Erkek                |
|                                   | K17 (Anne)                | Askeri Personel | Yüksek                            |                | 4 Aylık                | Kız                  |
|                                   | K18 (Anne)                | Polis           | Yüksek                            |                | 2.5 Aylık              | Kız                  |
|                                   | K19 (Anne)                | Askeri Personel | Yüksek                            |                | 3 Aylık                | Kız                  |
|                                   | K20 (Anne)                | Öğretmen        | Orta                              |                | 3 Aylık                | Kız                  |
|                                   | K21 (Anne)                | Memur           | Orta                              |                | 8 Aylık                | Erkek                |
|                                   | K22 (Anne)                | Doktor          | Yüksek                            |                | 14 Aylık               | Erkek                |
|                                   | K23 (Baba)                | Esnaf           | Yüksek                            |                | 4.5 Aylık              | Erkek                |
|                                   | K24 (Anne)                | Polis           | Yüksek                            |                | 9 Aylık                | Kız                  |
|                                   | K25 (Anne)                | Öğretmen        | Yüksek                            |                | 5 Aylık                | Erkek                |

Çalışma grubunu 21 anne, 4 baba olmak üzere toplam 25 ebeveyn oluşturmaktadır. Araştırmaya dahil edilen ebeveynlerin tanımlanması amacıyla, katılımcı göstergeleri oluşturulmuş ve katılımcılar “K1, K2,..., K25” olarak gösterilmiştir. Çalışmaya dahil edilen bebeklerde 2-24 aylık arasında olma kriteri aranmıştır. Çalışmaya, 2 aylıktan küçük bebekler dahil edilmemiştir; çünkü kullanılan boyun simitlerinin bu yaş grubuna uygunluğu sınırlıdır. Ayrıca bu bebeklerin, simitten kayarak baş bölgelerinden çıkma riski taşıdığı öngörülmüş ve güvenlik gerekçesiyle risk alınmamıştır. Bebeklerden 11 tanesi erkek 14 tanesi kızdır. A grubundaki bebekler, K1-K12 arasındaki katılımcıların bebeklerinden; B grubundaki bebekler, K13-K25 arasındaki katılımcıların bebeklerinden oluşmaktadır.

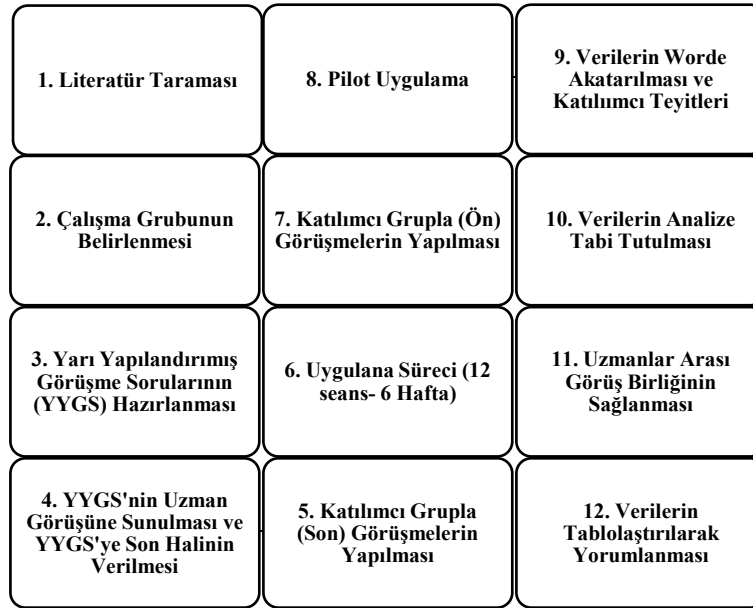
### Veri Toplama Araçları

Mevcut araştırmada kişisel bilgi formu ile yarı-yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır.

**Kişisel Bilgi Formu:** Bu form, çalışmaya dahil edilen ebeveynlerin ve bebeklerinin demografik bilgilerini elde etmek amacıyla tasarlanmıştır. Bu formla ebeveynlerin cinsiyeti, mesleği, gelir

durumuna ilişkin bilgiler alınmıştır. Ayrıca bu form, ebeveynlerin bebeklerinin cinsiyeti ve kaç aylık olduğuna ilişkin bilgilerin elde edilmesi için hazırlanmıştır.

**Yarı-yapılandırılmış Görüşme Formu:** Çalışmanın başlangıcında ve sonunda elde edilen veriler, önceden belirlenmiş sondaj sorularla sağlanmıştır. Bu bağlamda mevcut nitel araştırmada, yarı yapılandırılmış görüşme tekniği kullanılmıştır (Creswell ve Creswell, 2021). Yarı yapılandırılmış görüşmeler nitel araştırma kapsamında en çok kullanılan yöntemlerden biridir (Roberts, 2020). Araştırmacılar, yarı yapılandırılmış görüşme sorularının hazırlanması aşamasında ve yarı yapılandırılmış görüşmelerin yapıldığı süreçte “katılımcıların bilinçli onayını almak, özel hayatlarına saygı duymak, katılımcılara zarar vermemek ve onları yanıltmamak” gibi kuralları gözetmiştir (Yıldırım ve Şimşek, 2016; Swain ve King, 2022). Ayrıca bu form hazırlanırken, soruların katılımcıya daha açık ve anlaşılır bir şekilde sorulmasına odaklanılmıştır (Patten ve Newhart, 2018). Araştırmaya katılan ebeveynlerin eğitim düzeyleri, ekonomik durumları farklı olduğu için, araştırmacılar tarafından yarı-yapılandırılmış görüşmeler sırasında sorular yüz yüze sorulurken, uygun dil ve üslup seçimine özen gösterilmiştir. Katılımcıların, görüşme sırasında kendilerini rahat hissetmesine önem verilmiş ve çalışmanın “doğal ortama duyarlılık ilkesi” sağlanmıştır (Creswell ve Creswell, 2021). Araştırmada yarı yapılandırılmış görüşme formunun oluşturulması ve araştırma sürecine ilişkin protokol Şekil 1’de sunulmuştur.



Şekil 1. Araştırma süreci

Nitel görüşmeler esnasında katılımcılara bunalıcı şekilde ardı sıra soru sorulmamasına (Tomaszewski ve ark., 2020), yarı yapılandırılmış görüşme formundaki soruların sayısının çok olmamasına (Patten ve Newhart, 2018) ve görüşme sırasında, araştırmacıların katılımcıyı yönlendirmemesine dikkat edilmiştir (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Tüm bunlar doğrultusunda katılımcılara ana soru ve sondaj sorularla birlikte toplamda 8 soru yöneltilmiştir. Sorular, literatürde yer alan bilgiler doğrultusunda hazırlanmış, eğitim bilimleri uzmanlarından, ölçme değerlendirme alanından bir profesöre, spor bilimleri alanından 2 doçente sunularak uzman görüşü alınmış ve son hali verilmiştir. Sorular katılımcılara ilk yüzme seansı öncesinde ve 12 seans sonunda (6 hafta sonunda) sorulacak şekilde tasarlanmıştır. İlk yüzme seansı öncesi sorulan sorular arasında “Bebğiniz yüzmeye getirme nedenleriniz ve beklentileriniz nelerdir?”, “Sizce yüzmenin bebeğinizin fiziksel gelişimine ne yönde etkisi olur?”, “Sizce

yüzmenin bebeğinizin duygusal gelişimine ne yönde etkisi olur?” şeklinde ifadeler yer almaktadır. 12. seans sonrasında sorulan sorular arasında “Yüzme seansları sonrası deneyimleriniz nelerdir?” “Sizce yüzmenin bebeğinizin uyku durumuna etkisi oldu mu? [Evet ise] ne tür değişimler gözlemlediniz?” şeklinde sorular yer almaktadır.

### **Veri Toplama Süreci**

Yüzme seansları spor bilimleri fakültesinden iki doçent, spor bilimleri fakültesinde öğretim görevlisi olan iki yüzme antrenörü ve bir bebek hemşiresi tarafından onaylanmıştır. Seanslar ve çalışma işleyişi Helsinki Bildirgesi ilkelerine uygun olarak hazırlanmıştır. Ardından yüzme seanslarının her biri 2. kademe yüzme antrenörü tarafından yönetilmiştir. Seanslar haftada 2 gün olacak şekilde tasarlanmıştır (A grubundaki bebekler pazartesi, perşembe günleri aileleri eşliğinde seansa dahil edilmiş, B grubundaki bebekler ise salı, cuma günleri aileleri eşliğinde seanslara alınmıştır). Her seans her bir bebek için en çok 40 dakika en az 30 dakika olarak tasarlandı. Bebeklere ebeveyn yardımı ile boyun simidi takıldıktan sonra bebekler havuza alındı. Bebek ve ebeveyn iletişiminin kopmaması amacıyla bebek havuzlarının konumlandırılmasına dikkat edildi. Bu bağlamda seanslar, seans boyunca ebeveynlerin bebeklerini ve bebeklerin de ebeveynlerini rahatlıkla görebileceği açı ve konuma göre hazırlanan havuzlarda yapıldı. Bebeklerin farklı bir uyarandan etkilenmemesi amaçlandığı için seansların yapıldığı odada, ilk seanstan son seansa kadar hiçbir değişiklik yapılmadı (ısı, ışık, müzik, vb.). Seanslar 6 hafta sürmüştür.

**Bebek Havuzu:** Bebek havuzu, dijital su seviyesi ayarlama düğmesi, isteğe göre ayarlanabilen hava kabarcıklarıyla masaj sistemi, su altı aydınlatması, 32°C'ye kadar dijital ısı kontrolü ve ozonla sterilizasyon özelliğine sahiptir. Su altı ışıkları, bebeklerin dikkatini çekmek amacıyla kullanılmaktadır. Havuz tabanında dairesel şekilde yerleştirilmiş altı hava motorunun çalışmasıyla alttan uygulanan basınç, istemsiz refleksi tetikleyerek kontrollü hareket etmeyi sağlar. Havuzda her seferinde yalnızca bir bebek yüzdürülmektedir. Her kullanımın ardından havuzun temizliği ve bakımı ozon ile gerçekleştirilir. Havuz ebatları 160 x 110 x 94 cm şeklindedir. 24. aya kadar bebeklerin kullanımına uygundur.

**Bebek Boyun Simidi:** Bebeğin yalnızca başının suyun üzerinde kalmasını sağlayarak suya batmasını önleyen, el ve ayaklarını serbestçe hareket ettirmesine imkân tanıyan, içinden kaymasını engelleyerek vücuduna rahatça oturan özel tasarıma sahip bir üründür. Pürüzsüz bir yüzeye sahiptir ve dayanıklı, patlamaya karşı dirençli bir yapıya sahiptir. Bebeğin kilosuna uygun farklı beden seçenekleri mevcuttur.

### **Verilerin Toplanması**

Araştırmada veriler toplanmadan önce Kafkas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 81829502.903/284 sayılı etik izin alınmıştır. Ayrıca mevcut araştırma için anne bebek merkezinden de yazılı izin alınmıştır. Mevcut araştırma hakkında ebeveynlere bilgi verilmiştir. Buna göre katılımcılara, kişisel bilgilerinin gizli olarak kullanılacağı konusunda güvence verilmiş ve araştırmanın herhangi bir aşamasında katılmaktan vazgeçmek isteyenlerin sorulara yanıt vermeyebilecekleri belirtilmiştir. Nitekim kişisel bilgilerin alınması araştırma etiğine uygun değildir (Roberts, 2020). Mevcut araştırma için hazırlanan seanslara bebeklerini gönüllü olarak getirmeyi kabul eden ebeveynlere sözlü ve yazılı olarak bilgilendirilmiş onam formu doldurtulmuştur. Bu bağlamda veriler, anne bebek aktivite merkezine bebeklerini yüzme götürmek isteyen ebeveynlerden toplanmıştır. Veriler araştırmacılar tarafından yüzme seanslarının ilk haftası ve son haftasında bebeklerini düzenli olarak seanslara getiren ebeveynlerden yüz yüze görüşme yapılarak toplanmıştır. Görüşmeler, bebek yüzme seanslarının yapıldığı merkezde, ebeveynlerin seans

öncesi ve seans sonrası deneyimlerini rahatlıkla ifade edebilecekleri sakin bir ortamda gerçekleştirilmiştir. Bu bağlamda katılımcılarla 2’şer kez (seansların öncesinde ve sonrasında) olmak üzere toplam 50 görüşme yapılmıştır.

### Verilerin Analizi

Veri toplama sürecinde katılımcılarla yapılan 19 dakika ile 40 dakika arasında değişen görüşmelerden elde edilen veriler, katılımcıların izni alınarak ses kaydına alınmıştır. Ses kaydına alınan veriler araştırmacı ve katılımcıların konuşma anları baz alınarak, dikkatli bir şekilde bilgisayar ortamında word dosyasına aktarılmıştır. Daha sonra katılımcılardan teyitler alınmıştır. Katılımcılara görüşlerinin teyit ettirilme amacı, katılımcıların eksik gördükleri noktaların tamamlanmasının amaçlanmasıdır. Bu bağlamda word belgesine aktarılan katılımcı görüşleri, katılımcılara teyit ettirildikten sonra içerik analizi tekniği ile çözümlenmiştir. İçerik analizi araştırmaya dahil edilen katılımcıların bahsettiği konuları belirli talimatlarla nicelleştirerek yazılması sürecidir. Bu süreç, elde edilen düşünce ve söylemlerin tema, alt tema ve kodlarla belirtilmesinden oluşmaktadır (Patton, 2014). Kodlama ve çözümlemelerin yapılması için (Kyngäs, 2020), her katılımcının görüşleri tek tek ve detaylı şekilde araştırmacılar tarafından okunmuştur. Araştırmacılar tarafından katılımcılardan elde edilen görüşlerden kodlar elde edilmiştir. Elde edilen kodların benzer özellikleri göz önüne alınarak alt temalar oluşturulmuştur. Daha sonra birbiriyle ilgili olan alt temaları temsil eden temalara ulaşılmıştır. Süreç sonunda elde edilen tema, alt tema ve kodlar tablolastırılmış ve yorumlanmıştır.

**Geçerlik ve Güvenirlik:** Verilerin analizi sürecinde akla gelen ve sonuçları nitel araştırmaların en önemli kriterlerinden olup “nitel araştırmadan elde edilen bulgulara güvenilir mi?” sorusunu gündeme getirmektedir. Güvenirlik kriterlerinin oluşturulmasının temelini “inanırlılık, aktarılabilirlik, güvenilirlik ve onaylanabilirlik” oluşturmaktadır (Korstjens ve Moser, 2018). Bu bağlamda, araştırmada inanırlık kriterinin sağlanması amacıyla, araştırmaya katılan katılımcılara, yarı yapılandırılmış sorulara verdiği kendi cevapları, veriler word belgesine dönüştürüldükten sonra, sunulmuştur. Böylece katılımcıların ifade etmek istediği muğlak ifadeler, kapalı cümleler netleştirilmiştir. Bu teknik, katılımcı teyidi olarak literatürde adlandırılmaktadır. Buna göre katılımcı teyidi “katılımcıların söylediklerinin ve yaptıklarının yanlış anlaşılma ihtimalini, gözlediğiniz şey üzerindeki yanlışlığı ortadan kaldırmanın en önemli yollarından biridir” (Maxwell, 2018). Araştırmada aktarabilirliği sağlamak için mevcut araştırmanın, okuyucular tarafından kendi iç dünyasında anlaması ve bunun önemini analiz etmesi amaçlanmıştır (Korstjens ve Moser, 2018). Araştırmada kullanılan diğer yöntem, elde edilen verilerin, ortak araştırmacılar tarafından kontrol edilmesidir. Bu bağlamda bu yöntem ile elde edilen verilerin doğruluğuna ilişkin güvenirlilik sağlanmıştır. Ortak yazarlar çalışmanın verileri ile elde edilen sonuçları tek tek inceleyerek desteklemiştir (Merriam, 2015). Kodlayıcılar arası uyum düzeyi hesaplanırken  $[Görüş Birliği / (Görüş Birliği + Görüş Ayrılığı) \times 100]$  formülünden yararlanılmıştır. Bu bağlamda araştırmada yer alan toplam 21 kodda 2 görüş ayrılığı yaşandığı için, araştırmacılar arasında %90,5 oranında bir uyum görülmüştür. Literatürde bu oran, elde edilen verilerin doğruluğuna ve veri analizi sürecinin güvenirliliğine kanıt sağlamaktadır. Son olarak araştırmada kodların güvenirliliği ortaya koymak amacıyla, katılımcıların görüşlerinden alıntılar alınarak kanıtlar sunulmuştur (Johnson ve Christensen, 2014).

### BULGULAR

Bu bölümde araştırmada elde edilen bulgulara ilişkin tablo ve açıklamalar yer almaktadır. Tablo 2’de ebeveynlerin bebeklerini yüzmeye getirdikleri ilk seanstaki görüşlerine ilişkin bulguları

çermektedir. Tablo 3’de ise, bebeklerini son yüzme seansına getiren ebeveynlerin deneyimlerine ilişkin bulgular yer almaktadır. Tablolar altında katılımcıların görüşleri yer almaktadır ve bu durum, ilk seans ile son seans arasında değişen ebeveyn görüşlerini ortaya koymaktadır.

**Tablo 2.** Bebeklerini Yüzmeye Götüren Ebeveynlerin Beklentilerine İlişkin 1. (İlk) Seans Öncesi Görüşleri

| Tema                                                                        | Alt Tema                     | Kod                      | Katılımcı göstergeleri                          | f  |
|-----------------------------------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------|-------------------------------------------------|----|
| Ebeveynlerin Bebeklerini Yüzmeye Götürmeden Önceki Beklentileri ve Algıları | Fiziksel Gelişimi Destekleme | Gaz sancısı              | (K)3-7-11-14-17-18-19-20-23                     | 9  |
|                                                                             |                              | Erken Emekleme ve Yürüme | (K)1-6-7-8-11-14-23-24                          | 8  |
|                                                                             |                              | Motor beceriler          | (K)10-12-13-21-23-24-25                         | 7  |
|                                                                             |                              | Hareketli olma           | (K)1-5-6-9-11-12-22                             | 7  |
|                                                                             |                              | Kas gelişimi             | (K)4-11-13-18-20-25                             | 6  |
| Götürmeden Önceki Beklentileri ve Algıları                                  | Duygusal Gelişimi Destekleme | Mutlu olma               | (K) 8-9-10-11-15-16-18-19-22-24                 | 10 |
|                                                                             |                              | Sosyalleşme              | (K)1-2-11-13-16-18-21-23-24                     | 9  |
|                                                                             |                              | Huzursuzluk              | (K)1-3-4-5-11-14-17-25                          | 8  |
|                                                                             |                              | Deliksiz uyku            | (K)1-3-5-6-8-9-11-13-15-17-18-19-20-21-22-23-24 | 17 |
|                                                                             | Uykuyu Düzenleme             | Uykuya dalma             | (K) 3-4-7-11-15-16                              | 6  |
|                                                                             |                              | Hafif uyku               | (K) 3-10-12-14-25                               | 5  |

Tablo 2’de, bebeklerini yüzmeye götüreren ebeveynlerin 1. (ilk) seans öncesi görüşlerine ilişkin tema, alt tema, kod, katılımcı göstergeleri ve frekanslar yer almaktadır. Buna göre *Ebeveynlerin Bebeklerini Yüzmeye Götürmeden Önceki Beklentileri ve Algıları* teması (f=92), *Fiziksel Gelişimi Destekleme* (f=37), *Duygusal Gelişimi Destekleme* (f=27) ve *Uykuyu Düzenleme* (f=28) alt temalarından oluşmaktadır. *Fiziksel Gelişimi Destekleme* alt teması (f=37), *Gaz Sancısı* (f=9), *Erken Emekleme ve Yürüme* (f=8), *Motor Beceriler* (f=7), *Hareketli Olma* (f=7), *Kas Gelişimi* (f=6) kodlarından oluşmaktadır. *Duygusal Gelişimi Destekleme* alt teması (f=27) altında, *Mutlu olma* (f=10), *Sosyalleşme* (f=9), *Huzursuzluk* (f=8) kodları yer almaktadır. *Uykuyu Düzenleme* (f=28) alt teması altında ise *Deliksiz Uyku* (f=17), *Uykuya Dalma* (f=6), *Hafif Uyku* (f=5) kodları bulunmaktadır.

**Tema 1: Ebeveynlerin Bebeklerini Yüzmeye Götürmeden Önceki Beklentileri ve Algıları:** Bu temada, ebeveynlerin bebeklerini yüzme aktivitelerine götürmeden önce sahip oldukları beklenti, algı ve motivasyonları ele alınmıştır. Buna göre, bu tema altında yer alan *fiziksel gelişimi destekleme* alt temasına ait *gaz sancısı* koduna yönelik ebeveyn görüşleri şu şekildedir:

- ✓ “Gaz sancısı ile alakalı araştırma yaptık ve rotayı yüzmeye çevirmiş olduk” (K20).
- ✓ “Bebeğim kolik bir bebek, gaz sancısı var. Yüzmeye geldikten sonra bu problemi çözeriz diye umut ediyorum” (K3).
- ✓ “Bebeğimiz gaz sancısı yaşayan bir bebek bu da huzursuzluk yaratan bir durum. Getirme nedenlerimiz arasında bu durumdan kurtulmak da var diyebiliriz.” (K11).

*Fiziksel gelişimi destekleme* alt temasına ait *erken emekleme ve yürüme* koduna yönelik ebeveyn görüşleri şu şekildedir:

- ✓ “Bebeğim 8 aylık ve hala emeklemiyor, biz geç kaldığını düşünüyoruz. Açıkçası yüzmenin bu durum için faydalı olacağını düşündüm” (K6).



- ✓ “Genelde bebekler 6 aylıkken emeklemeye başlar ve biz 4 aylıkken yüzmeye başladık 6. aya hazırlık olsun diye”(K11).
- ✓ “Erken emekleyip, erken yürütmesine katkı sağlayacağını düşündüm” (K1).

*Fiziksel gelişimi destekleme* alt temasına ait *motor beceriler* koduna yönelik ebeveyn görüşleri şu şekildedir:

- ✓ “Motor becerilerini daha hızlı kazanacağını düşündüm”(K13).
- ✓ “Kaba ve ince motor gelişimine katkısı olacağını düşünüyorum” (K25).

*Fiziksel gelişimi destekleme* alt temasına ait *hareketli olma* koduna yönelik ebeveyn görüşleri şu şekildedir:

- ✓ “Bebeğimiz çok fazla hareket edemiyor. Hareketsiz olan bebeğimizi daha hareketli bir bebek haline getireceğini düşünüyorum.”(K5).
- ✓ “Bebeğimin hareketli olmasını istiyorum.” (K1).

*Fiziksel gelişimi destekleme* alt temasına ait *kas gelişimi* koduna yönelik ebeveyn görüşleri şu şekildedir:

- ✓ “Suya karşı uygulayacağı direnç sayesinde kas gelişimine katkısı olacaktır diye düşünüyorum” (K4).
- ✓ “Çabuk yorulmasına kas zayıflığının sebep olduğunu düşünüyorum” (K25).
- ✓ “Kas gelişimine destek olsun istediğim için getirdim” (K13).

Ebeveynlerin bebeklerini yüzmeye götürmeden önceki beklentileri ve algılarının ikinci alt teması *Duygusal gelişimi desteklemedir*. *Duygusal gelişimi* destekleme alt teması altında *mutlu olma*, *sosyalleşme*, *huzursuzluk* kodları yer almaktadır. Buna göre *mutlu olma* koduna yönelik ebeveyn görüşleri şu şekildedir:

- ✓ “Bebeğimiz suyu çok seviyor bu anlamda burada da mutlu olacağını düşündüm” (K11).
- ✓ “Kızım suyu çok seviyor o yüzden mutlu olacağını düşünüyorum mutlu olmasının da duygusal gelişimine katkısı olduğunu düşünüyorum” (K15).

*Duygusal gelişimi destekleme* alt teması altında yer alan *sosyalleşme* koduna yönelik ebeveyn görüşleri şu şekildedir:

- ✓ “Aile dışından birileri ile tanışıyor olmasının onlarla zaman geçirecek olmasının da sosyal bir birey olması için önemli olduğunu düşünmekteyim.” (K1).
- ✓ “Yaşadığımız yerden kaynaklı özellikle iklim şartları bunda fazlasıyla etkili çocuklar için özellikle bebekler için çok fazla sosyal etkinlik alanı yok maalesef hem bebeğimiz hem de kendimiz için sosyal bir etkinlik olacağını düşündük.” (K11).

*Duygusal gelişimi destekleme* alt temasına ait *huzursuzluk* koduna yönelik ebeveyn görüşleri şu şekildedir:

- ✓ “Bebeğimizin evde sürekli olarak ben ve annesi ile zaman geçirmesinden kaynaklı sıkıldığını düşünüyorum. Bu sebeple gergin tavırlar sergilediğini gözlemliyorum. Buraya geldiğimizde farklı yüzler ve farklı bir ortam görmüş olacağı için sıkılma durumunun az da olsa ortadan kalkacağını ve daha huzurlu olacağını düşünüyorum.” (K1).
- ✓ “Sinir ve hırçınlık problemimizi çözemedik bir de yüzmeyi deneyelim istedik.” (K5).
- ✓ “Suyun rahatlatıcı etkisi diye bir şey duymuşluğum var kızım gaz problemi yaşayan bir bebek ve doğal olarak huzursuz bir bebek beklentilerimiz gerçekleşirse daha huzurlu daha sakin bir bebek olacağını düşünüyorum.” (K3).

*Ebeveynlerin Bebeklerini Yüzmeye Götürmeden Önceki Beklentileri ve Algılarının üçüncü alt teması Uykuyu düzenlemedir. Uykuyu düzenleme alt teması altında deliksiz uyku, uykuya dalma ve hafif uyku kodları yer almaktadır. Buna göre deliksiz uyku koduna yönelik ebeveyn görüşleri şu şekildedir:*

- ✓ “Yüzerken yorulur, daha çabuk dalar ve o yorgunlukla daha derin uyur diye düşünüyorum”(K3).
- ✓ “Gece uykularımız 40 ile 60 dakika arasında oluyor yani saat başı uyanıyor. Suyun rahatlatıcı etkisi ile rahatlayıp uyku saatimizi uzatabilir miyiz bunu çok merak ediyoruz” (K6).
- ✓ “Gündüz uykularımız yok denecek kadar az hatta süre verecek olursak 15 dakika gündüz uykusu var, sonrasında gece uykusuna kadar uyumuyor. Yüzmeden kaynaklı rahatlık ve yorgunluk bu süreyi uzatır diye düşünüyoruz” (K20).

*Uykuyu düzenleme alt temasına ait uykuya dalma ve hafif uyku kodlarına yönelik ebeveyn görüşleri şu şekildedir:*

- ✓ “Asıl problem uykuya geçiş süresinin çok uzun olması, daha düzenli bir uykusunun olabilme ihtimalini de değerlendirdik getirirken”(K11).
- ✓ “Yüzerken yorulur, daha çabuk dalar ve o yorgunlukla daha derin uyur diye düşünüyorum”(K3).
- ✓ “Çok hafif bir uykusu var, yanında çıt diye bir ses çıkması yeterli oluyor uyanması için, yorulursa daha derin uyur diye düşündük”(K25).

**Tablo 3.** Ebeveynlerin Bebeklerini Yüzmeye Götürme Sürecindeki Deneyimlerine İlişkin 12. (Son) Seans Sonrası Görüşleri

| Tema                                                                  | Alt Tema          | Kod                      | Katılımcı Göstergeleri                | F  |
|-----------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------|---------------------------------------|----|
| Ebeveynlerin Bebeklerini Yüzmeye Götürme Sürecine İlişkin Deneyimleri | Fiziksel Gelişimi | Erken Emekleme ve Yürüme | (K)1-3-4-5-6-7-8-9-11-12-14-22-23-25  | 14 |
|                                                                       |                   | Gaz Sancısı              | (K)3-7-11-14-17-18-19-20-23           | 9  |
|                                                                       |                   |                          | (K)1-4-11-13-18-20-25                 |    |
|                                                                       | Destekleme        | Kas gelişimi             |                                       | 7  |
|                                                                       |                   | Hareketli Olma           | (K)3-5-6-11-15-18-25                  | 7  |
|                                                                       |                   | Motor beceriler          | (K)13-14-16-17-22-25                  | 6  |
|                                                                       | Duygusal Gelişimi | Mutlu Olma               | (K)1-2-3-8-9-10-11-15-16-18-19-22     | 12 |
|                                                                       |                   | Sosyalleşme              | (K)1-2-11-13-16-18-21-23-24           | 9  |
|                                                                       |                   | Özgüven                  | (K)11                                 | 1  |
|                                                                       | Uykuyu Düzenleme  | Deliksiz uyku            | (K)1-2-3-5-6-8-9-11-12-13-17-19-20-21 | 14 |
|                                                                       |                   | Uykuya dalma             | (K)3- 4-7-10-11-15-16                 | 7  |

Tablo 3’te, yüzmeye seansları sonunda bebeklerindeki gelişimin ve katılımcıların elde ettikleri deneyimlerin zamansal değişimine dair analizler yer almaktadır. Bu bağlamda katılımcıların 12 seans bebeklerini yüzmeye seansına getirdikten sonraki deneyimleri ve görüşlerine ilişkin Tablo 3’te, *Ebeveynlerin Bebeklerini Yüzmeye Götürme Sürecine İlişkin Deneyimleri* (f=86) teması bulunmaktadır. Bu tema altında üç alt tema bulunmaktadır. Bunlar; *Fiziksel Gelişimi* (f=43), *Duygusal Gelişimi Destekleme* (f=23) ve *Uykuyu Düzenleme* (f=21)’dir.

*Fiziksel Gelişimi Destekleme* (f=43) alt teması ise *Erken Emekleme ve Yürüme* (f=14), *Gaz Sancısı* (f=9), *Kas Gelişimi* (f=7), *Hareketli Olma* (f=7), *Motor Beceriler* (f=6) kodlarından oluşmaktadır. *Duygusal Gelişimi Destekleme* (f=23) alt teması altında, *Mutlu Olma* (f=12), *Sosyalleşme* (f=9), *Özgüven* (f=1) kodları bulunmaktadır. *Deliksiz Uyku* (f= 14), *Uykuya Dalma* (f=7) kodları ise *Uykuyu Düzenleme* (f=21) alt teması altında toplanmıştır.

**Tema 2: Ebeveynlerin Bebeklerini Yüzmeye Götürme Sürecine İlişkin Deneyimleri:** Bu tema altında *fiziksel gelişimi destekleme*, *duygusal gelişimi destekleme* ve *uyku düzenleme* alt temaları yer almaktadır.

*Fiziksel gelişimi destekleme* alt temasında *erken emekleme ve yürüme*, *gaz sancısı*, *hareketli olma* ve *motor beceriler* kodları bulunmaktadır. *Fiziksel gelişimi destekleme* alt temasına ait *gaz sancısı* koduna yönelik ebeveyn görüşleri şu şekildedir:

- ✓ “Tüm gaz problemlerimiz ortadan kalktı, gayet rahatız”(K3).
- ✓ “Özellikle seanslarımızın olduğu günler hiç gaz problemi yaşamadık”(K11).
- ✓ “Üçüncü seanstan sonra gaz problemimiz tamamen ortadan kalktı” (K20).

*Fiziksel gelişimi destekleme* alt temasına ait *kas gelişimi* koduna yönelik ebeveyn görüşleri şu şekildedir:

- ✓ “Yüzmeye başladıktan 1 ay sonra bebeğim emeklemeye başladı ve şu an tutunarak adım atıyor. Ayına göre kıyaslama yaptığımızda yüzmeden kaynaklı daha önde olduğunu düşünüyorum...” (K1).
- ✓ “Küçük kas gruplarını çok iyi kullanıyor durumda bırakın eliyle kavramayı parmaklarıyla kavradığını görüyorum. Küçük bir boncuğu parmaklarını kullanarak alabiliyor” (K11).
- ✓ “Oturur pozisyonda çok kısa süre kalabiliyordu artık koltukta bizimle oturuyor. İlk seanstan itibaren değişimi gözlemledik bu sebeple tamamen yüzmeye sayesinde oldu diyebiliriz” (K13).

*Ebeveynlerin bebeklerini yüzmeye götürme sürecine ilişkin deneyimleri* teması altında yer alan *fiziksel gelişimi destekleme* alt temasına ait *hareketli olma* koduna yönelik ebeveyn görüşleri şu şekildedir:

- ✓ “Bacak kaslarının geliştiğini düşünüyoruz, özellikle yüz üstü yatırdığımızda yüzüyormuş gibi hareket ettiriyor bacaklarını”(K1).
- ✓ “Bir oyuna bile zorlanarak yerinden kaldıran kızım şu an top havuzunu tek başına başka odaya götürüyor. Biz devam edebildiğimiz kadar devam edeceğiz yüzmeye” (K20).
- ✓ “Ellerinden tutup ayakta tuttuğumuzda da gayet dengeli şekilde basıyor ayaklarını yere ve hareketleniyor”(K25).

*Fiziksel gelişimi destekleme* alt temasına ait *motor beceriler* koduna yönelik ebeveyn görüşleri şu şekildedir:

- ✓ “Şu an tutunarak adım atıyor, ben bunun tamamen su içinde yapmış olduğu hareketlerden kaynaklı kaslarının gelişmesine bağlıyorum ve eğer yüzüyor olmasaydı daha geç bir dönemde olacaktı diye düşünüyorum” (K1).
- ✓ “8 aylıktı başladığımızda ve 1 ay sonra ayakta durmaya başladı. 11. ayında tam olarak yürüdü” (K4).
- ✓ “Bebeğimizin tutunarak ayağa kalması çok erken oldu, ayrıca çok fazla yalpalamadan oturdu ve biz destek olmak zorunda kalmadık. Yüzmeye çok erken başlaması kas gelişimine fazlasıyla faydalı oldu diyebilirim”(K11).

- ✓ “Bebeğimin 9. ayı bittikten sonra emeklemeye başladı. 10. aya doğru tutunarak ayağa kalkabiliyordu. 8. aya kadar emeklemeyip, yüzmeye başladıktan sonra 2 ay içinde bu seviyeye gelmiş olmasını başka bir şeye bağlamak mümkün değil benim için” (K6).

*Ebeveynlerin Bebeklerini Yüzmeye Götürme Sürecine İlişkin Deneyimleri* temasının ikinci alt teması *Duygusal Gelişimi Desteklemedir*. Bu alt tema altında *mutlu olma*, *sosyalleşme* ve *özgüven* kodları yer almaktadır. *Mutlu olma* koduna yönelik ebeveyn görüşleri şu şekildedir:

- ✓ “Kapiya geldiğimizde mutlu olduğunu görüyorum” ve “Bebeğimizi suya alan arkadaşı gördüğünde de aynı şekilde heyecanlandığını...” (K1).
- ✓ “Ayrıca yüzerken çok mutlu. Yüzme esnasında da sonrasında da kızımın daha keyifli olduğunu ve daha az ağladığını fark ettim” (K15).
- ✓ “Kapiya geldiğimizde mutlu olduğunu görüyorum” ve “Bebeğimizi suya alan arkadaşı gördüğünde de aynı şekilde heyecanlandığını...” (K8).

*Duygusal gelişimi destekleme* alt temasına ait *sosyalleşme* ve *özgüven* koduna yönelik ebeveyn görüşleri şu şekildedir:

- ✓ “Farklı insanların bulunduğu ortamlara girdiğimizde çok daha çabuk adapte olabiliyor ve çekingenlik durumu ortadan kalktı” (K22).
- ✓ “su içerisinde özgürce hareket edebildiği için özgüven anlamında da fazlasıyla katkısı olduğu” (K11).
- ✓ “Daha özgüvenli, daha sosyal bir bebeğimiz var artık” (K16).

*Ebeveynlerin Bebeklerini Yüzmeye Götürme Sürecine İlişkin Deneyimleri* temasında yer alan *Uykuyu düzenleme* alt temasında *deliksiz uyku* ve *uykuya dalma* kodları yer almaktadır. *Deliksiz uyku* koduna yönelik ebeveyn görüşleri şu şekildedir:

- ✓ “Bebeğimiz sadece beslenmek için 1 ya da 2 kez uyanıyor, onun dışında gece ağlamalarımız tamamen bitti. Uyku düzenimiz tam anlamıyla yüzme sayesinde oldu diyorum” (K1).
- ✓ “Uyku problemimiz kademeli bir şekilde azaldı. Akşam 20.00’de uyutuyoruz, sabah 06.00’ya kadar deliksiz uyuyor” (K11).
- ✓ “İlk seansımızdan sonra bebeğimiz eve giderken yolda uyudu ve gece sadece 1 kez uyandı. Bu bizim için inanılmaz bir durumdu.” (K7).

*Uykuyu Düzenleme* alt temasına ait *uykuya dalma* koduna yönelik ebeveyn görüşleri şu şekildedir:

- ✓ “Yüzmeye başlamadan önce çok zor dalıyordu, saat başı uyanıyordu. Şimdi sadece beslenmek için uyanıyor diyebilirim” (K3).
- ✓ “Yüzme saatlerimizi akşam uyku saatine yakın saatler olarak tercih ettik. Yüzmeden hemen sonra doyurup uyuttuk, yorulduğu için olsa gerek çok fazla direnmeden uyudu” (K10).

“İlk seanstan sonra inanılmaz mutlu olduk çünkü eve gider gitmez uyudu ve tam üç saat sürdü” (K6).

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Çağımızda dokunma terapisi, masajlar ve hidroterapi şeklinde bebek spaları gibi su aktivitelerinin bebek sağlığı üzerindeki etkilerine yönelik ilginin arttığı görülmektedir. Literatürde su aktivitelerinin bebeklerin fiziksel, duygusal ve gelişimsel süreçleri üzerinde olumlu etkiler oluşturabileceği belirtilmektedir (Dewi ve Trisnasari, 2015). Erken yaşlardan itibaren suya maruz kalmanın bebeklerin motor becerilerini, kas gelişimini ve duygusal

gelişimini destekleyebileceği ifade edilmektedir (Leo ve ark., 2022). Bunun yanında, bebeklerde yüzme aktiviteleri sonucunda ortaya çıkan fiziksel ve duygusal gelişimin ebeveyn-çocuk ilişkilerine de katkı sağlayabileceği vurgulanmaktadır (Borioni, 2022). Ebeveynlerin çocuklarını yüzmeye götürmeyi, çocuklarının gelişiminin farklı alanlarına katkı sağlayan ve sağlıklı yaşamı destekleyen bir etkinlik olarak değerlendirdikleri de belirtilmektedir (Demir ve ark., 2016). Bu yönüyle mevcut araştırma, bebek yüzme seanslarının ebeveynler tarafından hangi beklentilerle tercih edildiğini ve süreç sonunda hangi gelişimsel değişimlerin fark edildiğini incelemesi bakımından literatürdeki bu genel çerçeveye ilişkilidir.

Mevcut çalışmanın amacı, bebeklerini yüzme seanslarına götüren ebeveynlerin yüzme seanslarından beklentilerine ilişkin görüşlerini belirlemek ve 6 haftalık yüzme seansları sonunda bebeklerinde fark ettikleri değişimleri değerlendirmektir. Bu bağlamda araştırmaya bebeklerini yüzme seanslarına götüren 25 ebeveyn dâhil edilmiş; ebeveynlerin seans öncesi beklentileri ile seans sonrası deneyimleri fiziksel gelişim, duygusal gelişim ve uyku düzeni temaları çerçevesinde incelenmiştir.

### **Ebeveynlerin yüzme seansları öncesindeki beklentileri ve algıları**

Araştırmanın ilk bulgusunda, katılımcıların bebeklerini yüzme seanslarına götürmeden önceki görüşlerini içeren “Ebeveynlerin bebeklerini yüzmeye götürmeden önceki beklentileri ve algıları” teması elde edilmiştir. Bu tema altında “Fiziksel Gelişimi Destekleme”, “Duygusal Gelişimi Destekleme” ve “Uykuyu Düzenleme” olmak üzere üç alt tema yer almaktadır. Bu bulgu, ebeveynlerin bebek yüzme seanslarını yalnızca suya alışma ya da eğlence etkinliği olarak değil, bebeklerinin fiziksel, duygusal ve uykuya ilişkin gelişim alanlarını destekleyebilecek çok boyutlu bir uygulama olarak değerlendirdiklerini göstermektedir.

### **Duygusal gelişime ilişkin beklentiler**

Araştırmada katılımcıların görüşlerinden duygusal gelişimi destekleme alt temasının mutlu olma, sosyalleşme ve huzursuzluk kodlarından oluştuğu tespit edilmiştir. Bu bulgu, ebeveynlerin bebeklerini yüzme seanslarına götürmeden önce bebeklerinin daha mutlu olacağını, sosyal uyaranlara daha açık hale geleceğini ve huzursuzluk, ağlama ya da sinirlilik gibi durumlarının azalabileceğini düşündüklerini göstermektedir.

Bu beklentiler, literatürde su aktivitelerinin bebeklerde rahatlama, duygusal gevşeme ve olumlu duygu durumu ile ilişkilendirilmesiyle örtüşmektedir. Bebeğin su ile temasının rahatlama, duygusal gevşeme ve huzur sağlayabileceği belirtilmektedir (Yuniati ve ark., 2021). Bu etkinin, suyun bebeğin vücuduyla kapsamlı biçimde temas etmesi ve bebeği duygusal olarak uyarmasıyla ilişkili olabileceği ifade edilmektedir (Moffatt, 2017). Su içinde geçirilen sürenin bebeklerin daha huzurlu olmalarına, daha az ağlamalarına ve daha sakin bir ruh haline geçmelerine katkı sağlayabileceği de belirtilmektedir (Harasimowicz, 2018). Akdoğan ve Yıldız (2025) tarafından yapılan çalışmada ise su aktiviteleri, suda masaj ve spa aktivitelerinin bebeklerin ağlama ve huzursuzluk düzeylerini azaltabileceği ifade edilmekte; ebeveynlerin düzenli olarak bebeklerini bu tür etkinliklere götürmelerinin önemine dikkat çekilmektedir.

Bu yönüyle mevcut araştırmada ebeveynlerin duygusal gelişime ilişkin beklentileri, literatürde su aktivitelerinin rahatlama, sakinleşme ve olumlu duygu durumu ile ilişkilendirildiği çalışmalarla uyumludur. Bununla birlikte mevcut çalışmanın farklı yönü, ebeveynlerin daha seanslar başlamadan önce yüzme etkinliğini yalnızca fiziksel gelişim değil, duygusal rahatlama ve sosyalleşme ile de ilişkilendirdiklerini göstermesidir. Bu durum, ebeveynlerin bebek yüzme seanslarını çok boyutlu bir gelişimsel destek alanı olarak gördüklerini ortaya koymaktadır.

Ancak huzursuzluk beklentisinin seans sonrası bulgularda aynı açıklıkta yer almaması, bu konunun temkinli ele alınmasını gerektirmektedir. Seans öncesinde ebeveynlerin huzursuzluk, ağlama ve sinirlilik durumlarının azalmasını bekledikleri görülmekle birlikte, seans sonrası deneyimlerde huzursuzluğun devam edip etmediği, azalıp azalmadığı ya da tamamen ortadan kalkıp kalkmadığı açık biçimde ifade edilmemiştir. Bu nedenle huzursuzluk bulgusu, kesin bir sonuç olarak değil, seans öncesi önemli bir ebeveyn beklentisi olarak değerlendirilmelidir.

Pedagojik açıdan bu sonuç, bebek yüzme seanslarında duygusal güven ve uyum sürecinin fiziksel hareketler kadar önemli olduğunu göstermektedir. Eğitimciler, bebeklerin suya alışma sürecini aşamalı biçimde planlamalı; ebeveynlerin bebeği sakinleştirme, güven verme ve olumlu tepkileri pekiştirme rollerini desteklemelidir. Ayrıca huzursuzluk, ağlama sıklığı ve sakinleşme süresi gibi göstergelerin seans öncesi ve sonrası kısa ebeveyn gözlem formlarıyla izlenmesi, uygulamanın pedagojik niteliğini güçlendirebilir.

### **Uyku düzenine ilişkin beklentiler**

Ebeveynlerin bebeklerini yüzmeye götürmeden önceki beklentileri ve algıları temasının son alt teması uyku düzenleme olup, bu alt temanın deliksiz uyku, uykuya dalma ve hafif uyku kodlarından oluştuğu belirlenmiştir. Bu bulgu, araştırmaya dâhil edilen ebeveynlerin bebeklerinde uykuya dalma, gece boyunca kesintisiz uyuma ve hafif uyku gibi konularda sorunlar yaşadıklarını ve yüzme seansları aracılığıyla bu alanlarda olumlu değişim beklediklerini göstermektedir.

Literatürde su aktivitelerinin bebeklerin rahatlama durumları ve uyku düzenleriyle ilişkili olabileceğini belirten çalışmalar bulunmaktadır. Febriana (2023) tarafından deney ve kontrol grubuyla yürütülen, 3-12 aylık bebeklere yönelik su aktivitelerinin incelendiği araştırmada, su aktivitelerine dâhil edilen bebeklerin uyku sürelerinin, su aktivitelerine dâhil edilmeyen gruptaki bebeklerin uyku süresinden daha uzun olduğu belirtilmiştir. Tedesco ve diğerleri (2022) ile Vignochi ve diğerleri (2010) tarafından yapılan araştırmalarda da su aktiviteleri ve yüzme seanslarının bebeklerin uyku durumlarında rahatlama sağlayabileceği ifade edilmiştir. Hendriyani (2023) ise 0-6 aylık bebeklerin uyku kalitesine bebek spasının etkisini literatür taramasına dayalı olarak incelediği araştırmada, bebeklerin su içinde yaptığı aktivitelerin uyku düzeni ve uyku süresi üzerinde olumlu etkiler oluşturabileceğini vurgulamaktadır.

Bu yönüyle mevcut araştırmada ebeveynlerin uyku düzenine ilişkin beklentileri, literatürde su aktivitelerinin rahatlama, uyku süresi ve uyku kalitesiyle ilişkilendirildiği çalışmalarla örtüşmektedir. Çalışmanın farklı yönü ise uyku düzenine ilişkin beklentileri yalnızca seans sonrası bir sonuç olarak değil, seans öncesinde ebeveynlerin temel motivasyonlarından biri olarak ortaya koymasındır. Bu durum, bebek yüzme seanslarının aileler tarafından yalnızca gelişimsel ya da fiziksel bir etkinlik olarak değil, günlük yaşam düzenini ve aile refahını etkileyebilecek bir uygulama olarak da algılandığını göstermektedir.

Pedagojik açıdan bu sonuç, bebek yüzme programlarında uyku beklentisinin açık biçimde ele alınması gerektiğini göstermektedir. Eğitimciler ve uygulayıcılar, ebeveynlere yüzme seanslarının uyku üzerinde her bebekte aynı sonucu vermeyebileceğini açıklamalı; ancak seans sonrası rahatlama, uykuya dalma süresi, gece uyanma sıklığı ve uyku kalitesi gibi göstergelerin aile tarafından gözlemlenmesini teşvik etmelidir. Böylece yüzme seansları, yalnızca seans içi etkinliklerden oluşan bir uygulama değil, aile gözlemleriyle desteklenen gelişimsel bir süreç olarak yapılandırılabilir.

### **Ebeveynlerin yüzme seansları sonrasındaki deneyimleri**

Araştırmanın diğer bulgusunda katılımcıların, bebeklerini yüzme seansına 12 hafta götürdükten sonraki görüşlerinin yer aldığı “Ebeveynlerin Bebeklerini Yüzmeye Götürme Sürecine İlişkin Deneyimleri” teması elde edilmiştir. Bu tema altında da “Fiziksel Gelişimi Destekleme”, “Duygusal Gelişimi Destekleme” ve “Uykuyu Düzenleme” alt temalarının yer aldığı belirlenmiştir. Seans öncesi beklentiler ile seans sonrası deneyimlerin aynı alt temalar altında toplanması, ebeveynlerin beklentileri ile süreç sonunda fark ettikleri değişimlerin karşılaştırılmasına olanak sağlamaktadır.

### **Fiziksel gelişime ilişkin deneyimler**

Fiziksel Gelişimi Destekleme alt teması erken emekleme ve yürüme, gaz sancısı, kas gelişimi, hareketli olma ve motor beceriler kodlarından oluşmaktadır. 6 haftalık yüzme seanslarının ardından ebeveynlerin bebeklerinde fiziksel gelişim açısından olumlu değişimler fark ettikleri görülmektedir. Ancak bu bulgular, yüzme seanslarının bebeklerde fiziksel gelişimi kesin olarak artırdığı şeklinde değil, ebeveynlerin bebeklerinde hareketlilik, motor beceri, kas gelişimi ve rahatlama açısından olumlu değişimler gözlemlediği şeklinde yorumlanmalıdır.

Katılımcı ifadeleri incelendiğinde, ebeveynlerin özellikle gaz sancısı, hareketlilik, kas gelişimi ve motor becerilerdeki değişimleri yüzme seanslarıyla ilişkilendirdikleri görülmektedir. Bu durum, yüzme seanslarının ebeveynler tarafından yalnızca seans sırasında yapılan bir aktivite olarak değil, bebeğin günlük yaşamdaki hareketliliği ve rahatlama durumu üzerinde etkili olabilecek gelişimsel bir deneyim olarak algılandığını göstermektedir. Bununla birlikte bu değerlendirmeler ebeveyn gözlemlerine dayandığından, söz konusu değişimlerin doğrudan yüzme seanslarından kaynaklandığı sonucuna ulaşılmamalıdır.

Bebeklerde gaz sancısının ilk aylarda sık karşılaşılan ve sindirim sisteminin olgunlaşma süreciyle ilişkili bir durum olduğu belirtilmektedir (Sevinç, 2020). Mevcut araştırmada ebeveynlerin gaz sancısına yönelik ifadeleri, yüzme seanslarının gaz sancısını doğrudan ortadan kaldırdığını kanıtlamaktan ziyade, ebeveynlerin bebeklerinde rahatlama, bedensel gevşeme ve hareketlilik artışı fark ettiklerini düşündürmektedir. Bu nedenle gaz sancısı bulgusu, kesin bir fizyolojik etki olarak değil, ebeveyn deneyimine dayalı algısal bir sonuç olarak değerlendirilmelidir.

Fiziksel gelişimle ilgili diğer bulgular ise literatürdeki su aktiviteleri ve motor gelişim çalışmalarıyla güçlü biçimde ilişkilendirilebilir. Su aktivitelerinin, yüzme ve hidroterapi uygulamalarının bebeklerin fiziksel gelişimini destekleyerek daha rahat hareket etmelerine ve motor becerilerinin gelişmesine olanak sağlayabileceği belirtilmektedir (Aditya, 2014). Erken yaşta yapılan su aktivitelerinin emekleme ve yürüme gibi kritik gelişim aşamalarını destekleyebileceği de ifade edilmektedir (Leo ve ark., 2022). Su aktivitelerinin bebeklerin ilk yaşlarında yeni beyin bağlantılarının oluşmasına ve mevcut bağlantıların güçlenmesine katkı sağlayabileceği belirtilmekte; bu durumun fiziksel ve duygusal gelişimi destekleyebileceği ifade edilmektedir (Becker, 2009; Leo ve ark., 2022). Bebeklik dönemindeki yüzme deneyimlerinin motor becerilerde belirgin bir artışla ilişkili olabileceği de vurgulanmaktadır (Rihatno ve diğ., 2018). Bununla birlikte motor becerilerin gelişimi, yalnızca hareket becerileriyle sınırlı olmayıp, bebeğin çevreyle etkileşim kurma biçimini ve bazı gelişimsel alanları da etkileyebilmektedir. Bu bağlamda kas gelişimi ve motor becerilerin gelişiminin dil kasının gelişimiyle ve erken konuşma becerileriyle ilişkili olabileceği belirtilmektedir (Libertus ve Violi, 2016).

Leo ve diğerleri (2022) tarafından yapılan araştırmada erken su aktivitelerinin bebeklerin motor gelişimi üzerindeki etkisi deneysel yöntemle incelenmiş; araştırmada su aktivitelerine dâhil edilen daha küçük yaştaki deney grubundaki bebeklerin motor becerilerinin, yaş grubu daha büyük olan kontrol grubundaki bebeklerin motor becerilerinden daha iyi düzeye ulaşabildiği belirlenmiştir. Bu sonuç, mevcut araştırmada ebeveynlerin bebeklerinde motor beceri ve hareketlilik açısından fark ettikleri olumlu değişimleri desteklemektedir. Ancak mevcut çalışma deneysel bir ölçüm sunmadığı için, bu destek doğrudan nedensel bir kanıt olarak değil, ebeveyn gözlemlerinin literatürdeki bulgularla uyumlu olması şeklinde değerlendirilmelidir.

Bu alt temanın literatürde doğruladığı temel nokta, bebeklerde su aktivitelerinin fiziksel gelişim, motor beceri, hareketlilik ve kas koordinasyonu açısından destekleyici bir çevre oluşturabileceğidir. Çalışmanın özgün yönü ise bu gelişimsel etkileri doğrudan ölçüm araçlarıyla değil, ebeveynlerin seans öncesi beklentileri ve seans sonrası deneyimleri üzerinden ortaya koymasıdır. Pedagojik olarak bu bulgu, bebek yüzme seanslarının performans ya da erken yüzme becerisi kazandırma odaklı değil, yaşa uygun motor keşif, güvenli hareket deneyimi, bedensel farkındalık ve ebeveyn eşliğinde öğrenme ilkeleriyle planlanması gerektiğini göstermektedir.

### **Duygusal gelişime ilişkin deneyimler**

Duygusal gelişimi destekleme alt teması mutlu olma, sosyalleşme ve özgüven kodlarından oluşmaktadır. Bu alt tema altında 6 haftalık yüzme seansları sonrasında ebeveynlerin bebeklerini daha mutlu, sosyal uyaranlara daha açık ve daha özgüvenli olarak değerlendirdikleri görülmektedir. Bu bulgu, bebek yüzme seanslarının ebeveynler tarafından yalnızca fiziksel gelişimi destekleyen bir etkinlik olarak değil, sosyal-duygusal gelişim açısından da anlamlı bir deneyim olarak algılandığını göstermektedir.

Katılımcı ifadelerinde bebeklerin yüzme ortamına geldiklerinde heyecanlanmaları, su içinde keyifli görünmeleri, farklı ortamlara daha kolay uyum sağlamaları ve sosyal etkileşimlerde daha rahat olmaları dikkat çekmektedir. Bu durum, yüzme seanslarının ebeveynler tarafından bebeğin olumlu duygu durumu, sosyal uyumu ve özgüven gelişimiyle ilişkilendirildiğini göstermektedir. Ancak bu bulgular, bebeklerin duygusal gelişiminde doğrudan bir nedensel etkiyi değil, ebeveynlerin süreç içinde fark ettikleri sosyal-duygusal değişimlere ilişkin algılarını yansıtmaktadır.

Literatürde yüzme deneyimlerinin bebeklerin duygusal gelişimi üzerinde olumlu etkiler oluşturabileceği, bebekleri yeni deneyimlere daha açık hale getirebileceği, sosyalleşmelerini destekleyebileceği ve ebeveynlerin ses, mimik ve tepkilerine yanıt verme süreçlerini geliştirebileceği belirtilmektedir (Leo ve ark., 2022). Su aktivitelerine ebeveynlerin eşlik etmesi, ebeveyn-bebek ilişkisini güçlendirebilen bir unsur olarak değerlendirilmektedir ve bu durum bebeğin duygusal gelişimini destekleyebilir (Rihatno ve ark., 2018). Bebek spaları ve yüzme aktivitelerinin bebeklerin duygusal gelişimine katkı sağlayabileceği ve rahatlamalarına imkân verebileceği de belirtilmektedir (Anisa ve ark., 2020). Suda yapılan seansların bebeklerin çevreyle temasını artırarak topluluk algısı ve sosyalleşme sürecini destekleyebileceği ifade edilmektedir (Muñoz-Blanco ve ark., 2020). Bebeklik dönemindeki yüzme deneyimlerinin özgüven duygusunu destekleyebileceği de belirtilmektedir (Rihatno ve diğ., 2018). Ayrıca suda oyun oynama ve suyun vücutla temas etmesiyle oluşan deneyimlerin, bebeklerin duygusal gelişimini desteklerken yeni hareketleri deneme isteğini de artırabileceği ifade edilmektedir (Martins ve ark., 2020).



Bu bulgular, mevcut araştırmada ebeveynlerin bebeklerinde fark ettikleri mutluluk, sosyalleşme ve özgüven değişimlerinin literatürde su aktivitelerinin sosyal-duygusal gelişimle ilişkilendirildiği çalışmalarla uyumlu olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte çalışmanın özgün yönü, özgüven kodunun seans öncesi beklentiler arasında belirgin biçimde yer almamasına rağmen seans sonrası deneyimlerde ortaya çıkmasıdır. Bu durum, ebeveynlerin başlangıçta yüzme seanslarını daha çok fiziksel gelişim, rahatlama ve uyku düzeniyle ilişkilendirdiklerini; ancak süreç sonunda bebeklerinde beklenmeyen sosyal-duygusal kazanımlar fark ettiklerini göstermektedir.

Bu alt temanın literatürde doğruladığı nokta, bebek yüzme etkinliklerinin sosyal-duygusal gelişim, ebeveyn-bebek etkileşimi, rahatlama ve sosyalleşme açısından destekleyici olabileceğidir. Çalışmanın farklı yönü ise ebeveynlerin seans sonunda özellikle özgüven kazanımını fark etmiş olmalarıdır. Pedagogik olarak bu sonuç, bebek yüzme seanslarında yalnızca fiziksel hareketlerin değil, güven duygusu, ebeveynle göz teması, sözel destek, olumlu pekiştirme, sosyal uyaranlara tepki verme ve bebeğin yeni deneyimlere aşamalı olarak uyum sağlaması gibi sosyal-duygusal hedeflerin de programa dâhil edilmesi gerektiğini göstermektedir.

### **Uyku düzenine ilişkin deneyimler**

Araştırmanın son bulgusunda uyku düzenleme alt temasının deliksiz uyku ve uykuya dalma kodlarından oluştuğu belirlenmiştir. 6 haftalık yüzme seanslarının ardından ebeveynler, bebeklerinin daha kolay uykuya daldığını ve daha kesintisiz uyuduğunu ifade etmişlerdir. Bu bulgu, ebeveynlerin seans öncesindeki uyku düzeni beklentilerinin seans sonrası deneyimlerde karşılık bulduğunu göstermektedir. Ancak bu sonuç, yüzme seanslarının uyku düzenini kesin olarak iyileştirdiği şeklinde değil, ebeveynlerin bebeklerinde uykuya dalma ve deliksiz uyuma açısından olumlu değişimler fark ettikleri şeklinde değerlendirilmelidir.

Literatürde iyi bir gece uykusunun bebeklerin büyüme ve gelişim süreçleri açısından önemli olduğu belirtilmektedir. Uyku sırasında büyüme hormonunun salgılanması ve beyin gelişiminin desteklenmesi, düzenli uykunun bebek gelişimindeki önemini ortaya koymaktadır. Bebeklerde uyku bozuklukları ve uykuya dalma güçlükleri gelişim süreçlerini olumsuz etkileyebildiğinden, bu sorunların azaltılması sağlıklı büyümeyi destekleyebilir (Anisa ve ark., 2020). Yüzme seanslarının uyku sorunlarını azaltmaya katkı sağlayabileceği ifade edilmektedir (Lawson ve Kivlin, 2022). Bebeklerin suda oynaması ve su içinde zaman geçirmesi, kaliteli uyku sürecini destekleyen bir unsur olarak değerlendirilmektedir (Martins ve ark., 2020). Sitanggang ve arkadaşları (2022) ise 1-6 aylık bebekler ve anneleriyle yürüttükleri yarı deneysel çalışmada, bebeklerde su aktivitelerinin uyku düzeyi üzerinde anlamlı etkiler oluşturduğunu rapor etmiştir. Bu bulgular, mevcut araştırmada ebeveynlerin bebeklerinde fark ettikleri uykuya dalma ve deliksiz uyuma değişimlerinin literatürde su aktiviteleri ile uyku düzeni arasında kurulan ilişkiyle uyumlu olduğunu göstermektedir. Çalışmanın farklı yönü ise uyku düzenindeki değişimi nesnel uyku ölçümleriyle değil, ebeveynlerin günlük yaşamda fark ettikleri değişimler üzerinden değerlendirmesidir. Bu nedenle mevcut bulgular, uyku üzerinde kesin bir nedensel etkiyi değil, ebeveyn deneyimlerine dayalı olumlu bir algıyı ortaya koymaktadır.

Katılımcı ifadeleri, bazı ebeveynlerin yüzme seanslarını bebeğin uyku saatine yakın planladıklarını ve seans sonrasında bebeğin daha kolay uykuya geçtiğini düşündüklerini göstermektedir. Bu durum, ebeveynlerin yüzme seanslarını yalnızca fiziksel bir etkinlik olarak değil, bebeğin günlük rutinini ve uykuya geçiş sürecini destekleyebilecek bir uygulama olarak değerlendirdiklerini ortaya koymaktadır. Bununla birlikte mevcut çalışma nesnel uyku ölçümleri içermediğinden, bu bulgu yüzmenin uyku düzenini doğrudan iyileştirdiği şeklinde

değil, ebeveynlerin uykuya dalma ve kesintisiz uyuma konusunda olumlu değişim fark ettikleri şeklinde yorumlanmalıdır.

Pedagojik açıdan bu sonuç, bebek yüzme seanslarının seans sonrası aile gözlemleriyle desteklenmesi gerektiğini göstermektedir. Eğitimci veya uygulayıcılar, ebeveynlerden bebeğin uykuya dalma süresi, gece uyanma sıklığı, uyku süresi, huzursuzluk durumu ve seans sonrası genel rahatlatma düzeyi gibi göstergeleri kısa gözlem notlarıyla takip etmelerini isteyebilir. Böylece uyku düzeni yalnızca ebeveynin genel izlenimine bırakılmadan, pedagojik sürecin izlenebilir bir parçası haline getirilebilir.

### **Beklenti ve deneyimlerin karşılaştırılması**

Araştırmada “Ebeveynlerin bebeklerini yüzmeye götürmeden önceki beklentileri ve algıları” ile “Ebeveynlerin Bebeklerini Yüzmeye Götürme Sürecine İlişkin Deneyimleri” olmak üzere iki tema elde edilmiştir. Her iki tema altında “Fiziksel Gelişimi Destekleme”, “Duygusal Gelişimi Destekleme” ve “Uykuyu Düzenleme” alt temalarının yer alması, ebeveynlerin seans öncesi beklentileri ile seans sonrası deneyimlerinin karşılaştırılmasına olanak sağlamıştır. Bu yapı, araştırmanın yalnızca yüzme seanslarının sonunda fark edilen değişimleri değil, aynı zamanda ebeveynlerin sürece hangi beklentilerle başladığını da ortaya koyması bakımından önemlidir.

Bulgular bütüncül olarak değerlendirildiğinde, ebeveynlerin seans öncesinde yüzmeye daha çok gaz sancısı, motor gelişim, hareketlilik, huzursuzluk ve uyku düzeni gibi günlük yaşamda görünür sorunlar üzerinden anlam yükledikleri; seans sonrasında ise bu beklentilere ek olarak özgüven, sosyal uyum ve keyif alma gibi daha sosyal-duygusal kazanımları da fark ettikleri görülmektedir. Bu durum, çalışmanın ebeveyn beklentileri ile ebeveyn deneyimleri arasındaki dönüşümü göstermesi bakımından özgün yönünü güçlendirmektedir.

Araştırmada elde edilen bulgular, ebeveynlerin fiziksel gelişim, duygusal gelişim ve uyku düzeni alanlarında çeşitli fayda beklentileri taşıdıklarını ve seanslar sonunda bu alanlarda bazı olumlu değişimler fark ettiklerini göstermektedir. Seans öncesinde ebeveynlerin bebeklerinin kas gelişimi ile erken emekleme ve yürüme becerilerine ilişkin beklentilerinin daha sınırlı düzeyde olduğu, seanslar sonunda ise bu alanlara ilişkin algılarında belirgin bir artış olduğu görülmektedir. Buna ek olarak, ebeveynlerin seans öncesinde özgüven kazanımına ilişkin belirgin bir beklentileri bulunmazken, seans sonrası deneyimlerde özgüven kodunun ortaya çıkması çalışmanın dikkat çekici bulgularından biridir. Bu sonuç, bebek yüzme seanslarının ebeveynler tarafından başlangıçta daha çok fiziksel gelişim ve uyku düzeniyle ilişkilendirildiğini; ancak süreç sonunda sosyal-duygusal gelişim açısından da anlamlandırıldığını göstermektedir.

Buna karşılık, seans öncesinde huzursuzluk sorununun azalmasına ilişkin bir beklenti bulunmasına rağmen, 6 haftalık yüzme seansları sonunda bu konuyla ilgili belirgin bir görüşe ulaşılamaması dikkatle değerlendirilmelidir. Bu durum, huzursuzluk düzeyindeki değişimin ebeveynler tarafından yeterince açık ifade edilmediğini veya süreç sonunda daha çok mutluluk, sosyalleşme ve özgüven gibi olumlu göstergelerin öne çıktığını düşündürülebilir. Ancak bu konuda kesin bir yorum yapılabilmesi için ilerideki çalışmalarda huzursuzluk, ağlama sıklığı ve sakinleşme süresi gibi göstergelerin daha sistematik biçimde izlenmesi gerekmektedir.

Bu karşılaştırmanın literatürde doğruladığı temel nokta, bebek yüzme ve su aktivitelerinin fiziksel gelişim, duygusal gelişim ve uyku düzeni gibi çok boyutlu gelişim alanlarıyla ilişkilendirilebileceğidir. Çalışmanın özgün yönü ise bu ilişkiyi yalnızca literatürdeki gelişimsel

çıktılar üzerinden değil, ebeveynlerin beklenti-deneyim karşılaştırması üzerinden ortaya koymasındır. Pedagojik açıdan bu sonuç, bebek yüzme seanslarının ebeveyn beklentilerini dikkate alan, gelişimsel hedefleri açıkça belirlenmiş ve seans sonrası aile gözlemleriyle desteklenen bütüncül programlar olarak yapılandırılması gerektiğini göstermektedir.

### **Sınırlılıklar ve gelecek araştırmalara öneriler**

Araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Öncelikle mevcut araştırma nitel bir yapıda olduğundan elde edilen bulgular genellenebilir sonuçlar olarak değerlendirilmemelidir. Araştırma bulguları, araştırmaya katılan ebeveynlerin görüşleri, gözlemlene becerileri, farkındalık düzeyleri ve kendi bebeklerine ilişkin yaşadıkları deneyimlerle sınırlıdır. Bu nedenle çalışma, yüzme seanslarının bebek gelişimi üzerindeki kesin etkilerini değil, ebeveynlerin bu süreçle ilişkin algılarını ve fark ettikleri değişimleri ortaya koymaktadır.

Bununla birlikte çalışmada motor gelişim, uyku kalitesi, huzursuzluk düzeyi veya fizyolojik rahatlama gibi değişkenler nesnel ölçüm araçlarıyla değerlendirilmemiştir. Bu durum, araştırmanın önemli bir sınırlılığıdır. Ayrıca araştırmaya yalnızca normal gelişim gösteren bebeklerin ebeveynleri dâhil edilmiştir. Bu nedenle farklı gelişimsel özelliklere sahip bebekler, prematüre bebekler veya özel gereksinimli bebekler açısından sonuçların doğrudan yorumlanması uygun değildir.

Gelecekte yapılacak araştırmalarda ebeveyn görüşmelerine ek olarak motor gelişim ölçekleri, uyku günlükleri, ağlama ve huzursuzluk süresi kayıtları, seans öncesi ve sonrası gözlem formları ve kontrol gruplu araştırma desenleri kullanılabilir. Ayrıca özel gereksinimli bebeklerin veya prematüre bebeklerin ebeveynleriyle yürütülecek çalışmalar, bebek yüzme seanslarının farklı gelişim gruplarındaki algılanışını ve olası etkilerini daha kapsamlı biçimde değerlendirmeye katkı sağlayabilir.

**Teşekkür:** Bu çalışmaya katılan tüm katılımcılara teşekkür ederiz.

**Finansman:** Bu araştırma, kamu, ticari veya kâr amacı gütmeyen kuruluşlardan herhangi bir özel destek almamıştır.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar herhangi bir çıkar çatışmasının olmadığını beyan eder.

**Veri Erişilebilirliği:** Bu çalışmada kullanılan ve/veya analiz edilen veri setleri, ilgili kurumlardan gerekli izinlerin alınması koşuluyla, sorumlu yazardan makul bir talep üzerine temin edilebilir.

**Yazar Katkı Beyanı:** Çalışmanın kavramsallaştırılması ve tasarımı: BB ve GTD. Veri toplama: BB ve KB. Veri analizi ve yorumlanması: GTD ve BB. Yazım—inceleme ve düzenleme: GTD, BB ve KB. Tüm yazarlar makalenin son halini okumuş, gözden geçirmiş ve onaylamıştır.

**Üretken Yapay Zekâ Kullanımı:** Bu çalışmanın hazırlanmasında herhangi bir üretken yapay zekâ aracı kullanılmamıştır. Tüm içerik yazarların akademik katkılarıyla oluşturulmuştur.

## KAYNAKLAR

- Aditya, N. (2014). *Growth and development of infant since early age*. In *Handbook for New Mom* (pp. 44–45). Stiletto Book. Jogjakarta, Indonesia.
- Akdogan, R., & Yildiz, S. (2025). The effect of SPA and massage applied on babies on colic symptoms: A randomized controlled trial. *Journal of Pediatric Nursing*, 82, e164–e174. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2025.04.008>
- Anisa, O., Siti, P., & Etin, R. (2020). Effect of baby spa on sleep quality of baby 3–6 months. *Midwifery and Nursing Research (MANR) Journal*, 2(2), 49–52. <https://doi.org/10.31983/MANR.V2i2.5807>
- Aspers, P., & Corte, U. (2019). What is qualitative in qualitative research. *Qualitative Sociology*, 42, 139–160.
- Becker, B. E. (2009). Aquatic therapy: Scientific foundations and clinical rehabilitation applications. *PM&R*, 1(9), 859–872. <https://doi.org/10.1016/j.pmrj.2009.05.017>
- Borioni, F., Biino, V., Tinagli, V., & Pesce, C. (2022). Effects of baby swimming on motor and cognitive development: A pilot trial. *Perceptual and Motor Skills*, 129(4), 977–1000.
- Bozdoğan, A. (2006). *Yüzme*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard university press.
- Çelebi, M. (Ed.). (2021). *Nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2021). *Araştırma tasarımı*. Ankara: Nobel.
- Demir, G. T., Yılmaz, A. Y. N. U. R., Esenturk, O. K., & Ilhan, E. L. (2016). Why does my child swim? Mechanism of parent guidance. *Ovidius University Annals, Series Physical Education & Sport/Science, Movement & Health*, 16(2), 442–448.
- Denzin, N. K. (2017). Critical qualitative inquiry. *Qualitative Inquiry*, 23(1), 8–16.
- Dewi, Q. S., & Trisnasari, A. (2015). Hubungan frekuensi baby spa dengan perkembangan bayi usia 4–6 bulan. *Jurnal Kebidanan ve Keperawatan*, 11.
- Dias, J. A. D. S., Manoel, E. D. J., Dias, R. B. D. M., & Okazaki, V. H. (2013). Pilot study on infant swimming classes and early motor development. *Perceptual and Motor Skills*, 117(3), 950–955.
- Febriana, R. (2023). The effect of baby spa on the sleep duration of babies aged 3–12 months at independent midwife practice (TPMB) Mrs. S, Karawang Regency, Indonesia. *Arkus*, 9(2), 373–376. <https://doi.org/10.37275/arkus.v9i2.389>
- Gökhan, İ., Kürkçü, R., & Devecioğlu, S. (2011). Yüzme egzersizinin solunum fonksiyonları, kan basıncı ve vücut kompozisyonu üzerine etkisi. *Journal of Clinical and Experimental Investigations*, 2(1), 35–41.
- Görücü, K., & Usta, O. (2017). Farklı sürelerde uygulanan yüzme egzersizine yanıt olarak kas hasarı ve rejenerasyonu. *Journal of Sports Sciences*, 33(4), 654–661.
- Günay, E. (2007). *Düzenli yapılan yüzme antrenmanlarının çocukların fiziksel ve fizyolojik parametreleri üzerine etkisi*. Yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Harasimowicz, J. (2018). Pro-health action environmental water infants and young children. *Journal of Education, Health and Sport*, 8(4), 59–68.

- Hendriyani, F. (2023). The effect of baby spa (baby massage, baby swim, and baby gym) on the quality of sleep and growth of babies aged 0–6 months. *Global Ten Public Health and Nursing Journal*, 1(4), 1–7. <https://doi.org/10.36568/gtphnj.v1i4.131>
- Jakobowicz, O., & Ogonowska-Slodownik, A. (2024). Supporting infants' motor development through water activities: A preliminary case-control study. *Healthcare*, 12(16), 1556. <https://doi.org/10.3390/healthcare12161556>
- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (2009). An educational psychology success story: Social interdependence theory and cooperative learning. *Educational Researcher*, 38(5), 365–379. <https://doi.org/10.3102/0013189X09339057>
- Karadağ, Ö. E., Azak, M., & Gözen, D. (2020). Bebekler için yüzdürme aktivitesi: Gözlemsel bir çalışma. *Istanbul Kent University Journal of Health Sciences*, 2(1), 12–18.
- Korstjens, I., & Moser, A. (2018). Series: Practical guidance to qualitative research. Part 4: Trustworthiness and publishing. *European Journal of General Practice*, 24(1), 120–124. <https://doi.org/10.1080/13814788.2017.1375092>
- Kuruoğlu, M. Y. A., & Uzunçayır, D. (2020). Uyarlanmış yüzme eğitiminin, özel gereksinimli çocuklar üzerindeki etkilerinin ebeveynleri tarafından seslendirilmesi. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 174–186.
- Kyle, T., & Carman, S. (2013). *Essentials of pediatric nursing* (2nd ed., p. 820). Lippincott Williams & Wilkins.
- Lawson, L. M., & Kivlin, N. (2022). Exploring the effects of swimming on sleep behaviors of children with autism spectrum disorder using single-subject design. *Therapeutic Recreation Journal*, 56(4).
- Leo, I., Leone, S., Dicataldo, R., Vivenzio, C., Cavallin, N., Taglioni, C., & Roch, M. (2022). A non-randomized pilot study on the benefits of baby swimming on motor development. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(15), 9262.
- Libertus, K., & Violi, D. A. (2016). Sit to talk: Relation between motor skills and language development in infancy. *Frontiers in Psychology*, 7, 475. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00475>
- Mackey, M. M. (2001). Use of water in labor and birth. *Clinical Obstetrics and Gynecology*, 44, 733–749.
- Martins, M., Costa, A., Costa, M. J., Marinho, D. A., & Barbosa, T. M. (2020). Interactional response during infants' aquatic sessions. *Sports Medicine International Open*, 4(3), E70–E75.
- Martins, M., Silva, A. J., Marinho, D. A., Pereira, A. L., Moreira, A., Sarmento, P., & Barbosa, T. M. (2010). Assessment of heart rate during infants' swim session. *International SportMed Journal*, 11(3), 336–344.
- Maxwell, J. A. (2018). Nitel araştırma tasarımı: Etkileşimli bir yaklaşım. M. Çevikbaş, Çev. (Ed.). Ankara: Nobel.
- Merriam, S. B. (2015). Nitel araştırma: Desen ve uygulama için bir rehber. S. Turan, Çev. (Ed.). Ankara: Nobel.
- Moffatt, F. (2017). The individual physical health benefits of swimming: A literature review. In *The health & wellbeing benefits of swimming* (pp. 8–25).
- Muñoz-Blanco, E., Merino-Andrés, J., Aguilar-Soto, B., García, Y. C., Puente-Villalba, M., Pérez-Corrales, J., & Güeita-Rodríguez, J. (2020). Influence of aquatic therapy in children and youth with cerebral palsy: A qualitative case study in a special education school. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10), 3690.
- Muratlı, S. (2007). *Antrenman bilimi yaklaşımıyla çocuk ve spor* (2. b.). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Özdemir, M., & Dedemli, S. (2023). *Rekreatif amaçlı yüzme sporu yapan 8–14 yaş arası çocukların mutluluk, boş zaman tutumu ve yaşam tatmin düzeylerinin belirlenmesi ve aralarındaki ilişkinin incelenmesi*. Doktora tezi.
- Patten, M. L., & Newhart, M. (2018). *Understanding research methods: An overview of the essentials*. Routledge.

- Rihatno, T., Nuraini, S., Yufiarti, Y., & Sitorus, A. S. (2018, November). Activities swimming and motor ability children ages early. In *Sriwijaya University Learning and Education International Conference* (Vol. 3, No. 1, pp. 391–395).
- Roberts, R. E. (2020). Qualitative interview questions: Guidance for novice researchers. *The Qualitative Report*, 25(9), 3185–3203. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2020.4640>
- Roostaie, B., Baharlouei, H., Azadi, H., & Fragala-Pinkham, M. A. (2016). Effects of aquatic intervention on gross motor skills in children with cerebral palsy: A systematic review. *Physical & Occupational Therapy in Pediatrics*, 36(1), 1–26.
- Santos, C., Burnay, C., Button, C., & Cordovil, R. (2023). 36 aydan küçük bebeklerde resmi su aktivitelerine maruz kalmanın etkileri: Sistematik bir inceleme. *Uluslararası Çevre Araştırmaları ve Halk Sağlığı Dergisi*, 20(8), 5610. <https://doi.org/10.3390/ijerph20085610>
- Schwerla, F., Zimmer, M., Göpfert, J., Laux, P., Langenmair, S., Rütz, M., & Resch, K. L. (2025). Osteopathic treatment of infants with infantile colic/excessive crying: A prospective, multicentric, randomized controlled trial and nested observational trial. *BMC Pediatrics*, 25(1), 77.
- Sevinç, E. (2020). Gazlı bebeğe yaklaşım. In *Çocuk sağlığı ve gelişimi: Modern yaklaşımlar ve öneriler* (Cilt 1, ss. 123–135).
- Sigmundsson, H., Hopkins, B., & Róska, B. (2010). Baby swimming: Exploring the effects of early intervention on subsequent motor abilities. *Child: Care, Health and Development*, 36(3), 428–430. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2214.2009.00990.x>
- Sitanggang, A., Sijabat, F., Simamora, M., & Panjaitan, J. D. (2022). Baby spa on the quality of sleep baby in Les Bubbles Exclusive for Mom, Baby and Kids Medan. *Science Midwifery*, 10(2), 994–998.
- Swain, J., & King, B. (2022). Using informal conversations in qualitative research. *International Journal of Qualitative Methods*, 21, 16094069221085056.
- Tang, Z., Wang, Y., Liu, J., & Liu, Y. (2022). Effects of aquatic exercise on mood and anxiety symptoms: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in psychiatry*, 13, 1051551.
- Tedesco, N. M., Nascimento, A. L. F., Mallmann, G. de S., Merey, L. S. F., Raniero, E. P., Gonçalves-Ferri, W. A., & Soares-Marangoni, D. (2022). Bucket hydrokinesiotherapy in hospitalized preterm newborns: A randomized controlled trial. *Physiotherapy Theory and Practice*, 38(13), 2452–2461. <https://doi.org/10.1080/09593985.2021.1926025>
- Tomaszewski, L. E., Zarestky, J., & Gonzalez, E. (2020). Planning qualitative research: Design and decision making for new researchers. *International Journal of Qualitative Methods*, 19, 160940692096717. <https://doi.org/10.1177/1609406920967174>
- Tunçalp, D. (2021). Nitel araştırmalarda paradigmalar, yöntem bilimleri ve araştırma titizliği. *Yönetim ve Organizasyon Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 1–47. <https://doi.org/10.15659/yoad.6.2.001>
- Vignochi, C., Teixeira, P. P., & Nader, S. S. (2010). Effect of aquatic physical therapy on pain and state of sleep and wakefulness among stable preterm newborns in neonatal intensive care units. *Brazilian Journal of Physical Therapy*, 14, 214–220.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2016). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.
- Yuniati, E., Viandika, N., Deviany, E., Rahayu, E. P., & Soetjipto, B. E. (2021). Enterprise innovation in service independent practice of midwives in Indonesia: Literature review. *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education*, 12(7), 1834–1840.
- Zhao, S., Xie, L., Hu, H., Xia, J., Zhang, W., Ye, N., & Chen, B. (2005). A study of neonatal swimming (water therapy) applied in clinical obstetrics. *The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine*, 17(1), 59–62.