

6-12 Ay Bebeği Olan Ebeveynlerde Öz Yeterlik ve Algılanan Stres Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Münevver EMİR^{1*}, Pınar BAYHAN²

Öz

Ebeveyn olmak benzersiz deneyimleri barındıran yeni bir başlangıçtır. Yeni oluşan rollerin neden olabileceği stres; ebeveynliğin gerektirdiği görev ve sorumluluklara uyum sağlamaya karşı verilen fizyolojik ve psikolojik reaksiyonlardan oluşan sürecin tümüdür. Bu çalışmanın amacı, 6-12 ay bebeği olan ebeveynlerin ebeveyn öz yeterlik düzeyi ile stres düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Çalışma ilişkisel desende tasarlanmış olup örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın örneklemini, İstanbul’da bulunan özel bir hastaneye muayene/kontrole gelen 6-12 ay bebeği olan 86 ebeveyn oluşturmaktadır. Veri toplama araçları olarak, ‘Aile Bilgi Formu’ ‘Erken Ebeveynlik ve ÖzYeterlik Kontrol Listesi’ ve ‘Algılanan Stres Ölçeği’ kullanılmıştır. Veriler GoogleForm kullanılarak toplanmıştır. Çalışma verilerinin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemler kullanılmış; normal dağılım göstermeyen verilen uygun nonparametrik testlerle analiz edilmiştir. Ayrıca, değişkenler arasındaki ilişkiler korelasyon analizi ile incelenmiştir. Ebeveynlerin öz yeterlik düzeyleri ile algıladıkları stres düzeyleri arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur (p:0.009). Bebeğin doğum zamanı ve yenidoğan yoğun bakım ünitesi (YYBÜ) deneyimi ile ebeveyn öz yeterlik düzeyi arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır (p>0.05). Bebeğin doğum haftasının ve YYBÜ deneyiminin her iki değişkenle de ilişkili olmadığı görülmüştür. Ebeveynliğe özgü stres ölçeklerinin kullanılarak çok merkezli benzer çalışmaların yapılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Ebeveyn, ebeveyn öz yeterliği, ebeveyn deneyimi, stres

Examination of Self-Efficacy and Perceived Stress Levels in Parents of 6-12 Month Old Infants

Abstract

Becoming a parent involves adapting to new roles, responsibilities, and emotional experiences, which may increase stress. This study aimed to examine the relationship between parental self-efficacy and perceived stress levels among parents of infants aged 6–12 months. This correlational study was conducted with 86 parents of infants aged 6–12 months who attended a private hospital in Istanbul for examination or follow-up. Participants were selected using convenience sampling. Data were collected via Google Forms using the Family Information Form, the Early Parenting and Self-Efficacy Checklist, and the Perceived Stress Scale. Descriptive statistics were used to analyze the data. Since some variables did not show normal distribution, appropriate non-parametric tests were applied. Correlation analysis was used to examine relationships between variables. A significant negative relationship was found between parental self-efficacy and perceived stress levels (p = 0.009). No significant differences were found in parental self-efficacy according to infants’ timing of birth or neonatal intensive care unit experience (p > 0.05). Higher parental self-efficacy was associated with lower perceived stress. Multicenter studies using parenting-specific stress scales are recommended.

Keywords: Parents, parental self-efficacy, parenting experiences, stress.

^{1*} İstanbul Medipol Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi Çocuk Gelişimi Bölümü, munevver.emir@medipol.edu.tr ORCID: 0000-0001-8370-2910

² Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Gelişimi Bölümü, pinarsan@yahoo.com. ORCID:0000-0001-9455-6154

Giriş

Ebeveyn olmak heyecanlı ve benzersiz deneyimleri barındıran yeni bir başlangıçtır. Ebeveynleri saran bu büyük mutluluğun yanı sıra zaman zaman stres ve çatışmalar yaşanabilmektedir. Aile içinde oluşan yeni rollerin neden olabildiği stres; ebeveynliğin gerektirdiği görev ve sorumluluklara uyum sağlamaya karşı verilen fizyolojik ve psikolojik reaksiyonlardan oluşan sürecin tümüdür (Abidin, 1992; Özyazıcı ve Yaray, 2022). Stres, ebeveynlerin çeşitli gereksinimleri ve mevcut kaynaklar arasında algılanan tutarsızlık sonucunda gelişebilmektedir. Alanyazında, anne-babanın eğitim ve gelir düzeyi (Nomaguchi ve Johnson, 2016, Ward ve Lee, 2020), ebeveyn-bebek bağlanması (Cooney vd., 2018), anne depresyonu (Epifanio vd., 2015), çocukta görülebilecek gelişimsel gecikmeler (Avcı vd., 2021; Cengiz vd., 2021), anne-baba ilişkisi (Halpern-Meeke ve Turney, 2016; Rolle vd., 2017), doğum sonrası izin alma durumu (Petts, 2018), ebeveyn öz yeterliği (Crnic ve Ross, 2017) ebeveyn stresi ile ilişkilendirilmektedir. Stres, aile yaşamına olan olumsuz etkilerinin yanı sıra özellikle çocuklar açısından sosyal duygusal gelişim için bir risk faktörü olarak değerlendirilmektedir (Guralnick, 2020). Bununla birlikte ebeveyn stres düzeyinin yüksek olması, ebeveynin öz yeterliğini de olumsuz yönde etkilemektedir (Aksüt, 2022). Tüm bu stresörlere karşı öz yeterlik ise tampon görevi görmektedir (Bloomfield ve Kendall, 2012).

Stres ile ilişkili bir kavram olan öz yeterlik, bireyin belirli bir görevi başarıyla yerine getirebilmek için gerekli olan adımları atabileceğine ilişkin inancı olarak tanımlanmaktadır (Bandura, 1997; Leahy-Warren ve McCarthy, 2011). Sosyal öğrenme kuramına göre öz yeterlik, bireyin karşılaştığı engellere ve olumsuz deneyimlere rağmen bir görev üzerinde çalışmayı ne ölçüde sürdüreceğini etkileyen bir yapıdır (Bandura, 2012). Kuram, algılanan öz yeterliğin kişisel, davranışsal ve çevresel etmenlerin karşılıklı etkileşimi sonucunda oluştuğunu ileri sürmektedir. Bu doğrultuda, öz yeterliğin sabit bir değişkenden ziyade; davranışsal, çevresel ve kişisel faktörlere göre değişebilen dinamik bir yapı olduğu söylenebilir (Teti ve Candelaria, 2002). Bandura'ya göre öz yeterlik üç boyuttan oluşmaktadır: bireyin görevin zorluk düzeyine ilişkin algısı, bu algının gücü ve öz yeterliği farklı durumlara genelleşebilmesidir. Ebeveyn öz yeterlik algısı ise, bireyin ebeveynlik rollerini yerine getirirken kendisini ne ölçüde başarılı ve yeterli gördüğüne ilişkin inancını ifade etmektedir (Bandura, 2012). Yüksek düzeyde ebeveyn öz yeterlik algısına sahip bireylerin, ebeveynlik görevlerini yerine getirirken kendilerine fazla güvendikleri, bebekten gelen ipuçlarını daha doğru biçimde yorumlayarak uygun tepkiler verdikleri ve karşılaştıkları güçlükler karşısında etkili ve alternatif çözüm yolları geliştirmek için daha fazla çaba gösterdikleri bildirilmektedir (Teti ve Candelaria, 2002; Albanese vd., 2019). Ayrıca, algılanan yüksek ebeveyn öz yeterlik düzeyinin, bebeğin gelişimi açısından daha güvenli ve tutarlı bir çevrenin oluşmasına katkı sağladığı belirtilmektedir (Aksüt, 2022). Buna karşın, düşük ebeveyn öz yeterlik algısı; ebeveynlerin bebeği daha problemli algılaması, ebeveynlik rollerinde etkisiz baş etme stratejileri kullanması, güçlükler karşısında daha fazla kaygı yaşaması ve zorlu sorumluluklardan kaçınma eğilimi göstermesi ile ilişkili olabilmektedir. (Teti ve Candelaria, 2002; Coleman ve Karraker, 1998; Yılmaz ve Oskay, 2021). Alanyazında birçok çalışma algılanan ebeveyn öz yeterliğin ebeveyn davranışları, ebeveyn rolüne uyum sağlama ve çocuk bakımı ile ilişkisini göstermektedir (Albanese vd., 2019; Teti ve Candelaria, 2002). Literatürde kronik hastalığı ya da gelişimsel riski olan bebeğe sahip ebeveynlerle yürütülen çeşitli çalışmalara rastlanmakla birlikte (Cooney vd., 2018; Avcı vd., 2021; Cengiz vd., 2021; Aksüt, 2022), tıbbi tanısı bulunmayan bebeklerin ebeveynlerinde, ebeveynliğin ilk yılında öz yeterlik ve stres düzeylerine odaklanan çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir; bu durum, konuya ilişkin araştırmaların önemini arttırmaktadır.

Mevcut bilgiler ışığında bu çalışma, ebeveynlik rollerinin belirginleştiği ve ebeveyn-bebek etkileşiminin hızla geliştiği 6–12 ay döneminde, ebeveyn öz yeterliği ile algılanan stres düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır.

2. Materyal ve Metot

2.1. Araştırmanın Amacı ve Tasarımı

Bu çalışmanın amacı, 6-12 ay bebeği olan ebeveynlerin ebeveyn öz yeterlik düzeyi ile algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Çalışma, kesitsel ve ilişkisel desende tasarlanmıştır.

2.2. Araştırmanın Zamanı ve Yeri

Çalışmanın örneklemini, İstanbul’ da bulunan özel bir hastaneye muayene/kontrole gelen 6-12 ay bebeği olan 86 ebeveyn oluşturmaktadır. Çalışma verileri 17.04.2024-28.08.2024 tarihlerinde toplanmıştır.

2.3. Araştırmanın Örneklemi

Örneklem büyüklüğü, beklenen korelasyon katsayısı $r=0.35$ kabul edilerek yapılan güç analizi sonucunda en az 67 kişi olarak hesaplanmıştır ($\alpha=0.05$; güç=%80). Örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

Çalışmada ebeveyne ilişkin dahil edilme kriterleri; Türkçe okuryazar olmak, 6-12 aylık bir bebeğe sahip olmaktır.

Ebeveyne ilişkin dışlama kriterleri ise ikiz ya da çoğul bebeğe sahip olmak ve psikiyatrik tanıya sahip olmaktır. Bebeğe ilişkin dışlama kriterleri ise kronik hastalığının bulunması ve günlük çoklu doz ilaç kullanıyor olmasıdır.

2.4. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın verileri Aile Bilgi Formu, Erken Ebeveynlik & Öz yeterlik Kontrol Listesi-Tr ve Algılanan Stres Ölçeği ile toplanmıştır.

2.4.1. Aile Bilgi Form

Çalışmada ebeveynler ve bebekler hakkında daha detaylı bilgiye ulaşmak için araştırmacılar tarafından hazırlanan Aile Bilgi Formu kullanılmıştır (Türk Neonatoloji Derneği, 2018). Bu formda; ebeveynin yaşı, aile yapısı, gelir durumu, çocuk sayısı, doğum şekli, bebeğin doğum zamanı, cinsiyeti, bebeğin YYBÜ deneyimi, varsa süresine ilişkin sorular bulunmaktadır.

2.4.2. Erken Ebeveynlik ve Öz Yeterlik Kontrol Listesi- Tr (Preterm Parenting & Self Efficacy Checklist)

Pennell, Whittingham, Boyd, Sanders ve Colditz tarafından geliştirilen kontrol listesi 36 sorudan oluşmakta ve 3 alt boyut içermektedir. Bu alt boyutlar; Ebeveyn Öz Yeterliği, Ebeveyn Görevlerinin Önemi ve Algılanan Ebeveyn Yeterliliği’ dir. Kontrol listesi, 7’li likert tiplidir. Pennell ve arkadaşları tarafından geliştirilen özgün formda Cronbach alfa katsayısı, öz yeterlilik alt boyutu 0.75, algılanan ebeveyn yeterliliği alt boyutu 0.56 olarak bildirilmiştir (Pennell vd., 2012; Mendes vd., 2019). Pennell ve arkadaşları tarafından geliştirilen bu kontrol listesi, tarafımızca Türk kültürüne uyarlanmış ve geçerlik-güvenirlilik çalışmaları gerçekleştirilmiştir. Uyarlama çalışmasının örneklemini, bebeği olan 180 ebeveyn oluşturmuştur. Yapılan analizler sonucundan kontrol listesini herhangi bir maddesi çıkarılmamıştır. Kontrol listesinin Cronbach

alpha katsayısı 0.933 bulunmuş ve yüksek düzeyde iç tutarlılık gösterdiği belirlenmiştir. Doğrulamalı faktör analizi sonuçlarına göre tüm maddelerin t değerleri anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$), faktör yüklerinin 0.34 ile 0.78 arasında değiştiği ve açıklanan varyans değerinin yüksek olduğu saptanmıştır (Emir ve Bayhan, 2025).

2.4.3. Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ)

Ölçek, Cohen, Kamarck ve Mermelstein tarafından geliştirilmiştir (Cohen vd., 1983). Ölçeğin, Türkçeye uyarlanması ve geçerlik- güvenirlik çalışması, Eskin, Harlak, Demirkıran ve Dereboy tarafından yapılmıştır. Toplam 14 maddeden oluşan ASÖ, kişinin hayatındaki bazı durumları ne derece stresli algılandığını ölçmek için tasarlanmıştır. Katılımcılar her maddeyi “Hiçbir zaman (0)” ile “Çok sık (4)” arasında değişen 5’li likert tipi ölçek üzerinde değerlendirmektedir. Olumlu ifade içeren 7 madde tersten puanlanmaktadır. Ölçekten alınan puanları 0 ile 56 arasında değişmekte olup, yüksek puan bireyin algıladığı stres düzeyinin yüksekliğine işaret etmektedir. Türkçe’ye uyarlanan çalışmada iç tutarlılık katsayısı 0.84 olarak bulunmuştur. Türkçe ASÖ, bireylerin öznel stres algılarını ölçmek amacıyla kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır (Eskin vd., 2013).

2.4. Araştırmanın Uygulanması

Araştırma verileri, özel bir hastaneye muayene veya rutin kontrol amacıyla başvuran, 6–12 ay arasında bebeğe sahip ebeveynlerden toplanmıştır. Ebeveynlere araştırmanın amacı hakkında bilgi verilmiş; katılımın gönüllülük esasına dayandığı, verilerin anonim olarak değerlendirileceği ve istedikleri zaman araştırmadan çekilebilecekleri açıklanmıştır. Veriler araştırmacı tarafından toplanmıştır. Araştırmaya katılmayı kabul eden ebeveynlerin, araştırmacı tarafından gösterilen QR kod aracılığıyla Google Forms üzerinden araştırma formuna erişimleri sağlanmış ve formu çevrim içi olarak doldurmaları istenmiştir. Formun doldurulması ortalama 15 ila 20 dakika arasında değişiklik göstermiştir. Veri toplama süreci araştırmacı tarafından bizzat takip edildiğinden, her ebeveynin araştırma formunu yalnızca bir kez doldurması sağlanmıştır.

2.5. Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin ardından istatistiksel çözümlemeleri için SPSS kullanılmıştır. Araştırma verileri değerlendirilirken tanımlayıcı istatistiksel yöntemler uygulanmıştır. Ardından, verilerin normal dağılım gösterip göstermediğinin incelenmesi amacıyla Kolmogorov Simirnov-Shapiro Wilk testleri yapılmıştır. Veriler normal dağılım göstermediği için, iki bağımsız grubun karşılaştırılmasında “Mann Whitney U” testi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesinde ise Spearman korelasyon katsayısından yararlanılmıştır. Hipotez sınamalarında anlamlılık düzeyi 0.05 olarak kabul edilmiştir.

3. Bulgular

Araştırmaya 61 anne, 25 baba katılmıştır. Ebeveynlerin %58.1’i 26-32 yaş aralığındadır. Ebeveynlerin %83.7’ si çekirdek aile yapısına sahiptir. Ebeveynlerin 57.0’ ının algıladıkları gelir düzeyi gelir gidere göre eşit olduğu görülmektedir. Ebeveynlerin %73.3’ ünün tek çocuğu, %26.7’ sinin ise 2-4 çocuğu vardır. Bebeklerin %29.1’i zamanından önce, %70.9’ u ise zamanında doğmuştur. Doğum şekli, %66.3’ ü sezaryen; %33,7’ si vajinaldır. Bebeklerin %30.2’ sinin yeni doğan yoğun bakım deneyimi bulunmaktadır. Bebeklerin %47.7’ si kız, %52.3’ ü erkektir; yaşları ise, 6 ila 12 ay arasında değişiklik göstermektedir (Tablo1).

Tablo 1. Örneklemen Demografik Özellikleri (n:86)

Değişken	Kategori	n	%
Grup	Anne	61	70.9
	Baba	25	29.1
Yaş	19-25	5	5.8
	26-32	50	58.1
	≥ 33	31	36.0
Aile yapısı	Çekirdek aile	72	83.7
	Geniş aile	14	16.3
Gelir düzeyi	Gelir gidere göre düşük	19	22.1
	Gelir gidere eşit	49	57.0
	Gelir giderden yüksek	18	20.9
Çocuk sayısı	Tek çocuk	63	73.3
	2-4 çocuk	23	26.7
Doğum zamanı	Zamanından önce	25	29.1
	Zamanında	61	70.9
Doğum şekli	Sezaryen	57	66.3
	Vajinal	29	33.7
Yoğun bakım deneyimi	Var	26	30.2
	Yok	60	69.8
Bebeğin cinsiyeti	Kız	41	47.7
	Erkek	45	52.3

Tablo 2’de toplam öz yeterlik ile algılanan stres düzeyi arasında da negatif yönlü, anlamlı ve nispeten orta düzeyde bir ilişki bulunmuştur ($r=-0.310$, $p<0.05$). Genel olarak ebeveynlerin öz yeterlik düzeyleri arttıkça, algıladıkları stres düzeylerinin azaldığı gözlenmiştir.

Tablo2. Ebeveynlerin Ebeveyn Öz Yeterlik ile Algılanan Stres Arasındaki İlişki

		Algılanan Ebeveyn Yeterliği	Ebeveyn Görevlerinin Önemi	Ebeveyn Öz Yeterliği	Toplam Öz Yeterlik	Algılanan Stres Düzeyi
Algılanan ebeveyn yeterliği	r^{**}	1.000				
	p					
Ebeveyn görevlerinin önemi	r	0.514	1			
	p	0.000*				

Tablo 2. (Devamı)

	Algılanan Ebeveyn Yeterliği	Ebeveyn Görevlerinin Önemi	Ebeveyn Öz Yeterliği	Toplam Öz Yeterlik	Algılanan Stres Düzeyi	
Ebeveyn öz yeterliği	r	0.930	0.560	1		
	p	0.000*	0.000*			
Toplam öz yeterlik	r	0.927	0.745	0.942	1	
	p	0.000*	0.000*	0.000*		
Algılanan stres düzeyi	r	-0.296	-0.201	-0.321	-0.310	1
	p	0.006*	0.064	0.003*	0.004*	

* p<0,05 **Spearman korelasyon katsayısı

Tablo3'te zamanında doğum yapan ebeveynlerin toplam öz yeterlik düzeyleri, zamanından önce doğum yapan ebeveynlere göre nispeten daha yüksek bulunmuştur. Ancak doğum zamanına göre ebeveynlerin toplam öz yeterlik düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0.05$). Zamanında doğum yapan ebeveynlerin stres düzeyleri, zamanından önce doğum yapan ebeveynlere göre nispeten daha yüksek bulunmuştur. Ancak doğum zamanına göre ebeveynlerin stres düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0.05$).

Tablo3. Doğum Haftasına Göre Ebeveyn Öz Yeterlik Puanları ile Algılanan Stres Düzeyi Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçek	Doğum zamanı	n	Ortanca	U*	p
Algılanan ebeveyn yeterliği	Zamanından önce	25	0.98		
	Zamanında	61	0.79	649.50	0.282
Ebeveyn görevlerinin önemi	Zamanından önce	25	0.60		
	Zamanında	61	0.47	593.50	0.107
Ebeveyn öz yeterliği	Zamanından önce	25	0.94		
	Zamanında	61	0.78	672.00	0.389
Toplam öz yeterlik	Zamanından önce	25	0.74		
	Zamanında	61	0.63	627.00	0.197
Algılanan stres	Zamanından önce	25	5.00		
	Zamanında	61	9.26	744.00	0.860

*Mann Whitney U testi

Tablo4' de YYBÜ deneyimi olmayan ebeveynlerin öz yeterlik düzeyleri, YYBÜ deneyimi olan ebeveynlere göre nispeten daha yüksek bulunmuştur. Ancak YYBÜ deneyimine göre ebeveynlerin öz yeterlik düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0.05$). YYBÜ deneyimi olmayan ebeveynlerin stres düzeyleri, YYBÜ deneyimi olan ebeveynlere göre nispeten daha yüksek bulunmuştur ancak bu fark anlamlı değildir ($p>0.05$).

Tablo4. YYBÜ Deneyimine Göre Ebeveyn Öz Yeterlik Puanları ile Algılanan Stres Düzeyi Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçek	Yoğun bakım deneyimi	n	Ortanca	U*	p
Algılanan ebeveyn yeterliği	Var	26	0.96	668.00	0.292
	Yok	60	0.80		
Ebeveyn görevlerinin önemi	Var	26	0.60	622.00	0.137
	Yok	60	0.48		
Ebeveyn öz yeterliği	Var	26	0.92	693.50	0.416
	Yok	60	0.79		
Toplam öz yeterlik	Var	26	0.73	654.00	0.236
	Yok	60	0.63		
Algılanan stres	Var	26	4.94	747.00	0.756
	Yok	60	9.34		

*Mann Whitney U testi

4. Tartışma

Bu çalışmada, ebeveynlerin algılanan stres düzeyleri ve ebeveyn öz yeterlik algıları; bebeğin doğum zamanı ve YYBÜ deneyimi açısından incelenmiş ve dikkate değer bulgular elde edilmiştir. Çalışmada kullanılan ASÖ bireylerin genel yaşam stresine yönelik algılarını değerlendirdiği için, sonuçlar ebeveynliğe özgü stresten ziyade genel stres düzeyini yansıtmaktadır (Cohen vd., 1983; Eskin vd., 2013). Bu bağlamda, çalışmanın “ebeveyn stresi” değil, “algılanan genel stres düzeyi” üzerine odaklandığı dikkate alınmalıdır. Bu çalışmada elde edilen önemli bulgulardan ilki, ebeveynlerin öz yeterlik düzeyleri ile algılanan stres düzeyleri arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmasıdır. Bu bulgu, bireyin öz yeterliliğine dair inancının yalnızca ebeveynlik görevlerini yerine getirme süreciyle değil, aynı zamanda yaşamın genel stres verici durumlarıyla başa çıkma becerisiyle de ilişkili olduğunu düşündürmektedir. Ancak çalışmanın kesitsel niteliği nedeniyle, söz konusu ilişkinin yönüne ya da nedenselliğine ilişkin bir değerlendirme yapmak mümkün değildir. Bu bulgu, Bandura’nın öz yeterlik kuramı ile uyumludur. Bandura’ya göre, yüksek öz yeterlik algısına sahip bireyler, zorlu yaşam olaylarını daha az tehdit edici olarak değerlendirmekte, daha etkili başa çıkma stratejileri geliştirmekte ve bu nedenle daha düşük düzeyde stres yaşamaktadır (Bandura, 1997). Nitekim çok sayıda çalışma, yüksek ebeveyn öz yeterliğinin algılanan stres düzeyinin azalmasıyla ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Yılmaz ve Oskay, 2021; Hassall vd., 2005; Coleman ve Karraker, 2003). Bu çalışmalarda, düşük öz yeterlik algısının kaygı ve stres düzeyinde artışa yol açabileceği; bu bireylerin stresli durumları daha tehdit edici algılayabildikleri ve daha pasif baş etme biçimlerine yönelebildikleri belirtilmektedir. Buna karşılık, yüksek öz yeterlik algısına sahip ebeveynlerin karşılaştıkları güçlüklerle daha etkili biçimde başa çıkabildikleri ve bunun stres düzeylerinin azalmasına katkı sağladığı vurgulanmaktadır. Literatürde, öz yeterliği yüksek ebeveynlerin yalnızca ebeveynlik görevlerinde değil, genel yaşam işlevselliğinde de daha düşük düzeyde psikolojik stres yaşadıkları bildirilmektedir (Albanese vd., 2019; Tognasso vd., 2022; Söğüt ve Çekiç, 2020; Küçüköğlü vd., 2015).

İlk kez ebeveyn olan yetişkinlerle yürütülen bir çalışmada da öz yeterlik düzeyinin stres ve tükenmişlik üzerinde doğrudan etkili olduğu saptanmıştır (Giallo vd., 2013). Bu ilişki, öz yeterliği yüksek bireylerin stresli durumları daha planlı ve çözüm odaklı biçimde ele almaları ve sosyal destek talep etme gibi etkili baş etme stratejilerini daha sık kullanmalarıyla açıklanabilir (Gross ve John, 2003). İkinci bulgu, bebeğin doğum haftası ile YYBÜ deneyiminin ebeveynlerin algıladıkları stres düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunmamasıdır. Bu durum, kullanılan ölçeğin ebeveynin genel stres düzeyini değerlendirmesinden kaynaklanacağı gibi, algılanan stresin yalnızca doğuma ilişkin tıbbi özelliklerle değil; bebeğin genel sağlık durumu, bakım gereksinimleri ve ebeveynin süreci nasıl deneyimlediği gibi etmenlerle de şekillendiğini düşündürmektedir. Ayrıca, YYBÜ gibi belirli dönemlere özgü stres kaynakları, algılanan genel stres üzerinde belirleyici olmayabilir; bu da stres düzeyinin karmaşık, çok boyutlu bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir. Nitekim, prematüre doğum, düşük doğum ağırlığı, hospitalizasyon süresi ya da YYBÜ süreci literatürde sıklıkla yüksek stresle ilişkilendirilmektedir (Mendes vd., 2019; Ionio vd., 2016; Yayan vd., 2019; Uludağ vd., 2012). Bu tür tıbbi süreçlerin etkisi zaman içinde azalabilmektedir. Bebeklerin sağlıklı gelişim göstermesi ya da ebeveynlerin etkili başa çıkma stratejileri ve sosyal destek gibi koruyucu faktörler geliştirmesi, bu durumu açıklayabilecek etmenler arasında yer alabilir (Kaya vd., 2022; Montirosso vd., 2012). Öte yandan, zamanında doğan ancak sağlık sorunları yaşayan bebeklerin ebeveynleri daha yüksek stres düzeyleri yaşayabilir. Bununla birlikte, bu bulgunun ortaya çıkmasında çalışmanın metodolojik özellikleri ile örneklem yapısının da etkili olmuş olabileceği göz ardı edilmemelidir. Verilerin özel bir hastaneden toplanmış olması, katılımcıların sosyoekonomik durum ve sağlık hizmetlerine erişim imkanı açısından görece benzer özellikler taşımasına neden olmuş olabilir. Bu benzerlik, deneyimlenen stres düzeylerindeki olası farklılıkların gruplar arasında belirginleşmesini güçleştirmiş olabilir. Ayrıca örneklem büyüklüğünün sınırlı olması, doğum haftası veya YYBÜ deneyimine bağlı küçük ya da orta düzeydeki farkların istatistiksel olarak saptanmasını zorlaştırmış olabilir.

Son olarak, bebeğin doğum zamanı ve YYBÜ deneyimi ile ebeveyn öz yeterlik düzeyi arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır. Prematüre doğum gibi riskli durumlar, her zaman daha düşük öz yeterlik anlamına gelmemektedir. Aksine, bazı ebeveynler bu süreci güçlü destek sistemleri ve bilgi kaynaklarıyla yöneterek yeterlik algılarını koruyabilmektedir. YYBÜ her ne kadar stresli bir deneyim olsa da; ebeveynin bakıma aktif katılımı, sağlık ekibinden aldığı destek ve bebeğin sağlık durumundaki iyileşme gibi etkenler, öz yeterlik düzeyinin düşmesini engellemiş olabilir. Tüm bunlar, ebeveyn öz yeterliğinin salt biyolojik veya tıbbi risklerle açıklanamayacağını; aksine sosyal destek düzeyi, bilgiye erişim imkanı ve ebeveynlik deneyiminin niteliği tarafından şekillendiğini ortaya koymaktadır. Literatürdeki benzer çalışmalarla da desteklenen bu durum; öz yeterlik algısında bebeğin salt doğum haftası veya YYBÜ deneyiminden ziyade; taburculuğa hazırlık süreci, eşten/çevreden alınan sosyal destek ve ebeveynin sahip olduğu diğer kaynakların çok daha belirleyici olduğunu düşündürmektedir (Aksüt, 2022; Mendes vd., 2019; Valipour vd., 2022).

5. Sınırlılıklar

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Çalışmanın tek merkezde yürütülmesi, verilerin özel bir hastaneden toplanması, ebeveynlerin stres düzeylerinin ebeveynliğe özgü bir stres ölçeği yerine genel stres düzeyini değerlendiren bir araçla ölçülmesi, verilerin Google Forms aracılığıyla toplanması ve anne-baba katılımcılar arasındaki sayısal dengesizlik çalışmanın başlıca sınırlılıkları olarak değerlendirilmelidir.

6. Araştırmanın Etik Boyutu

Çalışmanın yürütülebilmesi için İstanbul Medipol Üniversitesi Sosyal Bilimler Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'ndan E-43037191-604.01.01-58560 sayılı etik kurul onayı alınmıştır. Çalışma örneklemini oluşturan ebeveynlerden gönüllü olarak çalışmaya katıldıklarına dair onamları alınmıştır. Bu çalışma 1964 Helsinki Bildirgesine uygun olarak yürütülmüştür. 6.Uluslararası Çocuk Gelişim Kongresi' nde (16-18 Ekim 2025) sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

Sonuç ve Öneriler

Bu çalışma, ebeveynlerin algıladıkları stres ve ebeveyn öz yeterlik düzeylerinin yalnızca doğuma ilişkin faktörlerle açıklanamayacağını; bu değişkenlerin bireysel, toplumsal ve çevresel faktörlerin etkileşimiyle şekillendiğini ortaya koymaktadır. Gelecek çalışmalarda ebeveynliğe özgü stres ölçeklerinin kullanılması ve bebek ile aileye ilişkin özelliklerin daha ayrıntılı şekilde değerlendirilmesi önerilmektedir. Özellikle ebeveynlerin gebelikte ya da doğum sonrasında eğitim alma durumu, bebeğin YYBÜ' de kalış sebebi ve süresi, taburculuk eğitimi alma durumu gibi değişkenlerin incelenmesi, ebeveyn öz yeterliği ve stres arasındaki ilişkinin daha kapsamlı biçimde anlaşılmasına katkı sağlayabilir (Özyazıcı ve Yaray, 2022; Ward ve Lee, 2020, Petts, 2018; Coleman ve Karraker, 2003). Ayrıca, araştırmanın çok merkezli ve daha geniş örneklemelerle yürütülmesi daha genellenebilir sonuçlara ulaşılmasına katkı sağlayacaktır.

Yazar Katkı Beyanı

Çıkar Beyanı:

Yazarlar arasında çıkar çatışması yoktur.

Etik Beyanı:

Çalışmanın yürütülebilmesi için İstanbul Medipol Üniversitesi Sosyal Bilimler Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'ndan E-43037191-604.01.01-58560 sayılı etik kurul onayı alınmıştır.

Yazar Katkısı:

ME: Literatür taraması, Metodoloji, Makale yazımı

PB: Metodoloji, Makalenin gözden geçirilmesi

ME: %60 PB:%40

Author Contribution Statement

Conflict of Interest Statement:

The authors declare that there is no conflict of interest.

Ethics Statement:

Ethical approval for the conduct of the study was obtained from the Istanbul Medipol University Social Sciences Scientific Research Ethics Committee with the approval number E-43037191-604.01.01-58560.

Author Contributions:

ME: Literature review, methodology, manuscript writing.

PB: Methodology, manuscript review.

Contribution rates: ME: 60%; PB: 40%.

Kaynaklar

Abidin, R. R. (1992). The determinants of parenting behavior. *Journal of Clinical Child Psychology*, 21(4), 407-412. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2104_12

Aksüt Sarısoy, G. (2022). Ebeveyn öz-yeterliliği üzerine bir derleme: Müdahale programlarına yönelik bir bakış. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 10(26), 620-636. <https://doi.org/10.7816/nesne-10-26-06>

- Albanese, A. M., Russo, G. R., & Geller, P. A. (2019). The role of parental self-efficacy in parent and child well-being: A systematic review. *Journal of Child and Family Studies*, 28(7), 2035–2049. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01489-5>
- Avcı, Ş., Fener, M. T., & Mutlu, A. (2021). Serebral palsili çocukların fonksiyonel seviyeleri ve ekstremitte dağılımlarının ebeveynlik stres düzeyine etkileri. *Aydın Sağlık Dergisi*, 7(2), 123-140. https://doi.org/10.17932/IAU.ASD.2015.007/asd_v07i2003
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
- Bandura, A. (2012). On the functional properties of perceived self-efficacy revisited. *Journal of Management*, 38(1), 9-44. <https://doi.org/10.1177/014920631141060>
- Bloomfield, L., & Kendall, S. (2012). Parenting self-efficacy, parenting stress and child behaviour before and after a parenting programme. *Primary Health Care Research & Development*, 13(4), 364-372. <https://doi.org/10.1017/S1463423612000060>
- Cengiz, S., Yıldız, M. N., & Peker, A. (2021). Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynler ile tipik gelişim gösteren çocuğa sahip ebeveynlerin stres ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 17(36), 1-15. <https://doi.org/10.26466/opus.832440>
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385–396.
- Coleman, P. K., & Karraker, K. H. (1998). Self-efficacy and parenting quality: Findings and future applications. *Developmental Review*, 18(1), 47-85. <https://doi.org/10.1006/drev.1997.0448>
- Coleman, P. K., & Karraker, K. H. (2003). Maternal self-efficacy beliefs, competence in parenting, and toddlers' behavior and development. *Infant Mental Health Journal*, 24(2), 126-148. <https://doi.org/10.1002/imhj.10048>
- Cooney, J., Flannery, C., Khashan, A. S., Huizink, A. C., & Matvienko-Sikar, K. (2018). Effects of maternal stress during pregnancy and up to two years after birth on risk of child overweight and obesity: Protocol for a systematic review. *HRB Open Research*, 1, Article 24. <https://doi.org/10.12688/hrbopenres.12887.1>
- Crnic, K., & Ross, E. (2017). Parenting stress and parental efficacy. In *Parental stress and early child development: Adaptive and maladaptive outcomes*. Springer International Publishing.
- Emir, M., & Bayhan, P. (2025). Erken Ebeveynlik ve Özyeterlik Kontrol Listesi'nin Türk kültürüne uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması [Bildiri sunumu]. 8. Uluslararası Katılımlı Ulusal Disiplinlerarası Erken Çocuklukta Müdahale Kongresi-UEMKO (24-27 Nisan), Anadolu Üniversitesi, Eskişehir, Türkiye.
- Epifanio, M. S., Genna, V., De Luca, C., Roccella, M., & La Grutta, S. (2015). Paternal and maternal transition to parenthood: The risk of postpartum depression and parenting stress. *Pediatric Reports*, 7(2), Article 5872. <https://doi.org/10.4081/pr.2015.5872>
- Eskin, M., Harlak, H., Demirkıran, F., & Dereboy, Ç. (2013). Algılanan stres ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Güvenirlik ve geçerlik analizi. *Yeni Symposium*, 51(3), 132-140.
- Giallo, R., Rose, N., Cooklin, A., & McCormack, D. (2013). Inadequate prenatal mental health support for women and its association with poor maternal and child outcomes. *BMC Pregnancy*

and Childbirth, 13, Article 181. <https://doi.org/10.1186/1471-2393-13-181>

Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>

Guralnick, M. J. (2020). Applying the developmental systems approach to inclusive community-based early intervention programs: Process and practice. *Infants & Young Children*, 33(3), 173-182. <https://doi.org/10.1097/IYC.0000000000000167>

Halpern-Meekin, S., & Turney, K. (2016). Relationship churning and parenting stress among mothers and fathers. *Journal of Marriage and Family*, 78(3), 715-729. <https://doi.org/10.1111/jomf.12297>

Hassall, R., Rose, J., & McDonald, J. (2005). Parenting stress in mothers of children with an intellectual disability: The effects of parental cognitions in relation to child characteristics and family support. *Journal of Intellectual Disability Research*, 49(6), 405-418. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2005.00673.x>

Ionio, C., Colombo, C., Brazzoduro, V., Mascheroni, E., Confalonieri, E., Castoldi, F., & Lista, G. (2016). Mothers and fathers in NICU: The impact of preterm birth on parental distress. *Europe's Journal of Psychology*, 12(4), 604-621. <https://doi.org/10.5964/ejop.v12i4.1093>

Kaya, F., Konaş, A., Cin, G., & Gümüştekin, Ö. (2022). Yenidoğan yoğun bakım ünitesine yatırılan bebeklerin ebeveynlerinde stres düzeyi ve ilişkili faktörler. *Yoğun Bakım Hemşireliği Dergisi*, 26(1), 1-8.

Küçükoğlu, S., Aytekin, A., & Gülhaş, N. (2015). The identifying the needs of the mothers whose babies were admitted to neonatal intensive care unit. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*. <https://doi.org/10.5222/head.2015.182>

Leahy-Warren, P., & McCarthy, G. (2011). Maternal parental self-efficacy in the postpartum period. *Midwifery*, 27, 802-810. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2010.07.008>

Mendes, C. Q. D. S., Mandetta, M. A., Tsunemi, M. H., & Balieiro, M. M. F. G. (2019). Cross-cultural adaptation of the Preterm Parenting & Self-Efficacy Checklist. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 72(Suppl. 3), 274-281. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0658>

Montirosso, R., Giusti, L., Del Prete, A., Fontana, C., Zanini, R., & Borgatti, R. (2012). Does quality of developmental care in NICU affect health-related quality of life of full-term children? *Early Human Development*, 88(9), 657-662. <https://doi.org/10.1016/j.earlhumdev.2012.02.004>

Nomaguchi, K., & Johnson, W. (2016). Parenting stress among low-income and working-class fathers: The role of employment. *Journal of Family Issues*, 37(11), 1535-1557. <https://doi.org/10.1177/0192513X14560642>

Özyazıcı, K., & Yaray, Y. (2022). Ebeveynlik stresinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 1(2), 50-59.

Pennell, C., Whittingham, K., Boyd, R., Sanders, M., & Colditz, P. (2012). Prematurity and parental self-efficacy: The Preterm Parenting & Self-Efficacy Checklist. *Infant Behavior and Development*, 35(4), 678-688. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2012.07.009>

- Petts, R. J. (2018). Time off after childbirth and mothers' risk of depression, parenting stress, and parenting practices. *Journal of Family Issues*, 39(7), 1827-1854. <https://doi.org/10.1177/0192513X17728984>
- Rollè, L., Prino, L. E., Sechi, C., Vismara, L., Neri, E., & Polizzi, C. (2017). Parenting stress, mental health, dyadic adjustment: A structural equation model. *Frontiers in Psychology*, 8, Article 839. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00839>
- Söğüt, R., & Çekiç, A. (2020). Üstün yetenekli çocuğu olan ve olmayan anne babaların ebeveynliğe ilişkin yeterlilik algıları ile stres düzeylerinin karşılaştırılması. *Gelişim ve Psikoloji Dergisi*, 1(1), 1-15.
- Teti, D. M., & Candelaria, M. A. (2002). Parenting competence. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Vol. 4. Social conditions and applied parenting* (pp. 149-180). Lawrence Erlbaum Associates.
- Teti, D. M., & Gelfand, D. M. (1991). Behavioral competence among mothers of infants in the first year: The mediational role of maternal self-efficacy. *Child Development*, 62(5), 918-929. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1991.tb01580.x>
- Tognasso, G., Gorla, L., Ambrosini, C., Figurella, F., Carli, P., & Parolin, L. (2022). Parenting stress, maternal self-efficacy and confidence in caretaking in a sample of mothers with newborns (0-1 month). *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(15), Article 9651. <https://doi.org/10.3390/ijerph19159651>
- Türk Neonatoloji Derneği (2018). Yüksek riskli bebek izlem rehberi: 2018 güncellemesi.
- Uludağ, A., Uludağ, A., & Ünlüoğlu, İ. (2012). Yenidoğan yoğun bakım ünitesinde izlenen bebeklerin annelerinde stres oluşturan faktörler; stresle başa çıkmada birinci basamağın rolünün belirlenmesi. *Konuralp Medical Journal*, 4(3), 19-26.
- Valipour, S., Estebsari, F., Nasiri, M., & Vasli, P. (2022). Predictors of readiness for discharge in mothers of preterm infants: The role of stress, self-efficacy and perceived social support. *Asian Pacific Journal of Reproduction*, 11(6), 269-275. <https://doi.org/10.4103/2305-0500.356845>
- Ward, K. P., & Lee, S. J. (2020). Mothers' and fathers' parenting stress, responsiveness, and child wellbeing among low-income families. *Children and Youth Services Review*, 116, Article 105218. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105218>
- Yayan, E. H., Özdemir, M., Düken, M. E., & Dağ, Y. S. (2019). Yenidoğan yoğun bakım ünitesinde bebeği yatan ebeveynlerin stres düzeylerinin belirlenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(1), 82-89.
- Yılmaz, B., & Oskay, Ü. (2021). Karitane ebeveyn kendine güven ölçeği: Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Cukurova Medical Journal*, 46(2), 801-813. <https://doi.org/10.17826/cumj.902521>