

Annelerin Ebeveyn Bilinçli Farkındalığı, Psikolojik Sağlamlığı ile Çocukların Sosyal Yetkinlikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*

Examination of the Relationship Between Mothers' Parental Mindfulness, Psychological Resilience and the Social Competencies of Children

Büşra Nur POLAT^[1] Neslihan YAMAN^[2]

Başvuru Tarihi: 1 Eylül 2023

ÖZ

Kabul Tarihi: 25 Eylül 2023

Erken çocukluk yıllarında kritik öneme sahip olan sosyal yetkinlik becerilerinin gelişiminde bakım verenin özellikleri belirleyicidir. Bu araştırma ile de erken çocukluk yıllarında çocuklarıyla etkileşimde ve çocuğun gelişiminde önemli role sahip annelerin ebeveynlikteki bilinçli farkındalığı ile psikolojik sağlamlığının çocuklarının sosyal yetkinliklerini yordayıp yordamadığının incelenmesi amaçlanmıştır. Ayrıca annelerin ebeveynliklerinde bilinçli farkındalık düzeylerinin, psikolojik dayanıklılık düzeylerinin ve çocuklarının sosyal yetkinliklerinin çeşitli değişkenlere (yaş, çalışma durumu, gelir düzeyi, eğitim düzeyi, çocuk sayısı) göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği araştırılmıştır. Katılımcı grubu 3-6 yaş aralığında çocuğu olan 324 anneden oluşmaktadır. Veri toplama araçları olarak annelerin demografik bilgileri için "Kişisel Bilgi Formu", çocukların sosyal yetkinliklerini değerlendirmek için "Sosyal Yeterlilik ve Davranış Değerlendirme Ölçeği", annelerin ebeveyn farkındalıklarını değerlendirmek için "Ebeveynlikte Farkındalık Ölçeği" ve psikolojik dayanıklılıklarını değerlendirmek için "Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği" kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeliyle gerçekleştirilen araştırmanın verileri; Bağımsız Gruplar t-Testi, Kruskal Wallis H testi, Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı ve çoklu regresyon analizi kullanılarak incelenmiştir. Analizler sonucunda; çocukların sosyal yetkinliklerinin ve davranışlarının annelerin çalışma durumuna, gelir düzeyine, annelerin kendi ebeveynlerinin ebeveynlik tutumuna, çocuk sayısına ve eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. Araştırmanın bir diğer sonucu olarak, ebeveynlikteki bilinçli farkındalığın çocukların sosyal yetkinliği ve annelerin anskiyete/içe dönüklük puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı saptanmıştır. Araştırmanın bulguları, alan yazın doğrultusunda incelenmiş, tartışılmış ve öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: ebeveynlikte bilinçli farkındalık, psikolojik sağlamlık, sosyal yetkinlik, davranış problemleri

Received Date: September 1, 2023

ABSTRACT

Accepted Date: September 25, 2023

Caregiver characteristics are determinant in the development of social competence skills, which are of critical importance in early childhood. The aim of this study was to examine whether the parenting mindfulness and psychological resilience of mothers, who have an important role in the interaction with their children in early childhood and in the development of the child, predict the social competencies of their children. In addition, it was investigated whether mothers' mindfulness levels in their parenting, psychological resilience levels and social skills of their children differed significantly according to various variables (age, working condition, level of income, education level, number of children, parenting attitudes of mothers' own parents). Relational screening model was used in the research. The study group of the research consists of 324 mothers with children between the ages of 3-6. As data collection tools, "Personal Information Form" was used for the demographic information of the mothers, "Social Competence and Behaviour Evaluation Scale" was used to evaluate the social competence of the children, "The Mindfulness in Parenting Questionnaire" was used to evaluate the parental mindfulness of the mothers and "Psychological Resilience Scale" was used to evaluate their psychological resilience. SPSS 25 programme was used to analyse the data of the research which was conducted with relational survey model. The data were analysed using Independent Groups t-Test, Kruskal Wallis H test, Pearson's product-moment correlation coefficient and multiple regression analysis. According to the findings obtained, it was observed that the social competencies and behaviours of the children differed significantly according to the working status of the mothers, income level, parenting attitude of the mothers' own parents, the number of children, and education level. As another result of the study, it was found that there is a significant relationship between the social competencies of children and mothers' mindfulness and psychological resilience in parenting. In addition, it was determined that the mindfulness of the parents predicted the social competencies of their children. Finally, it was determined that there was a statistically significant relationship between children's anger/aggression behaviours and mothers' mindfulness in parenting and psychological resilience. The findings were examined and discussed in line with the literature, and suggestions were presented to researchers and practitioners.

Keywords: mindful parenting, psychological resilience, social competence, behaviour problems

Atıf Cite Polat, B.N., & Yaman, N. (2023). Annelerin ebeveyn bilinçli farkındalığı, psikolojik sağlamlığı ile çocukların sosyal yetkinlikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Humanistic Perspective*, 5 (3), 1119-1147. https://doi.org/10.47793/hp.1353918

* Bu makale birinci yazarın yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

GİRİŞ

Erken çocukluk yılları, çocuğun tüm alanlarda (bilişsel, fiziksel, sosyal, psikomotor ve dil) büyük gelişim gösterdiği bir dönemdir. Çocuk; yeni olumlu/olumsuz davranış, beceri ve tutumları kendine katarken sosyal duygusal anlamda da önemli gelişimler göstermektedir (Derman ve Başal, 2013). Çocuğun sosyal, duygusal, bilişsel ve davranışsal becerilerini geliştirip sosyal adaptasyon için kullanabilmesi sosyal yetkinlik kavramı ile açıklanmaktadır. Çocukların, akranları ve yetişkinlerle sağlıklı iletişim kurabilmesi için duygularını düzenlemesi ve ifade etmeyi başarabilmesi sosyal gelişimin önemli göstergelerinden olup (Çorapçı vd., 2010), sosyal yetkinlik, kişilerarası etkileşimlerde etkili olarak kullanıldıkça artmaktadır (Gür vd., 2015). Çocukluk yıllarında geliştirilmeye başlanan sosyal yetkinlik becerileri ilerleyen zamanlarda çocuğun okul başarısında, ailesi ve çevresiyle sağlıklı ilişkiler kurmasında olumlu etkide bulunmaktadır (Fox ve Calkins 2003). Sosyal yetkinliğin yetersizliğinde ise içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları gibi davranış problemleri belirtileri ortaya çıkabilmektedir (Spence vd., 2001). Bu bağlamda sosyal yetkinliğin toplumda var olabilmek adına hem çocukluk döneminde hem de ilerleyen süreçlerde kritik öneme sahip olduğu görülmektedir.

Davranışların şekillenmesinde ve edinilmesinde önemli etkileri olan bu dönemde belki de çocuğun en büyük etkileşim alanını oluşturan ebeveynlerinden edindikleri yaşamın geri kalanında çocuğa eşlik etmektedir (Deniz vd., 2017). Özellikle çocuğun hayatı boyunca toplumun bir parçası olarak kendisini var edebilmesi için gerekli olan sosyal becerilerin oluşmasında ebeveynin doğrudan ya da dolaylı yoldan etkisi vardır. Bir diğer ifadeyle, çocukların psikolojik olarak sağlıklı bireyler olmalarında; ilişki kurabilme ve sürdürülebilirlik, duygularını düzenleme, problem çözme, zorluklarla baş etme, yetenek ve becerilerini geliştirmede aile faktörü önemlidir (Işık, 2020).

Türkiye’de ailelerdeki rol dağılımlarına bakıldığında, erken çocukluk döneminde çocuğun bakımında en çok sorumluluk yüklenen annenin, çocuğun hayatının merkezi olarak görülmesinin yanında (Akçınar ve Baydar, 2018; Kuzucu, 2011), genellikle çocukla en çok vakit geçiren kişi olmaktadır. Bu durum da anne ile çocuğun paylaşımlarını artırmaktadır (Gözübüyük ve Özbey, 2020). Duygusal ve fizyolojik ihtiyaçlarının karşılanması açısından bakım verenine en çok bağlı olduğu bu dönemde ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişki kritik öneme sahiptir. Çocuk bu dönemde ebeveyni ile kurduğu ilişkide kendisini ve yeteneklerini tanıırken aynı zamanda kendisine yönelik algısını da şekillendirmektedir (Kaya, 1997). Bu bakımdan ebeveynin çocuğa olan yaklaşımı, çocuğa katabildikleri oldukça önemlidir. Sağlıklı bir ebeveynlik sergileyebilmede ise bakım verenin psikolojik sağlığının iyi olması ön koşul olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bağlamda, ebeveynlerin çocuklarına gereken yetkinlik ve davranışları kazandırabilmesi için kendilerinin

psikolojik açıdan sağlıklı ve ayrıca çocuğunun davranışlarına karşı duyarlı olması beklenmektedir (Bögels vd., 2014).

Araştırmanın konusu olan psikolojik sağlamlığı ele aldığımızda özellikle çocuğun nispeten daha çok vakit geçirdiği annenin yeni deneyimler karşısındaki uyum sağlayıcılığı (Bilge ve Sezgin, 2020), problemler karşısında çözüm odaklı oluşu (Akçınar ve Baydar, 2018), kendisini psikolojik olarak güçlü hissetmesi (Anthony vd., 2005; Balcı, 2022; Çubukçu, 2019) hem anneyi hem de çocuğu olumlu yönde etkilemektedir. Ebeveynlikte keyifli anlar olduğu kadar zor deneyimlerle de karşılaşmak mümkündür (Atalay, 2021). Nispeten çocuğun daha sık zaman geçirdiği annenin bu zor deneyimler karşısında kendi psikolojik sağlamlığı olaylara yapıcı yaklaşabilmesi için önemli bir etkidir (Kurt ve Aslan, 2020). Diğer bir ifadeyle annenin çocuğun davranışlarına verdiği tepkileri düzenlemesi çocuğun duygusal ve davranışsal olarak zarar görmesini engellemesi adına koruyucu özellik göstermektedir (Bilge ve Sezgin, 2020). Anne stresle baş edebildiğinde dikkatini çocuğunun ihtiyaçlarını daha doğru analiz edip cevap verebilmek için kullanabilmektedir. Bu bağlamda, ebeveynin bilinçli farkındalığı kavramı belirginleşmektedir. Bilinçli farkındalığı yüksek olan ebeveynin, çocuğunu daha dikkatli dinleme, kendini ve çocuğunu yargılayıcı olmadan kabul etme, kendisi ve çocuğu için duygusal farkındalığı, öz-şefkati yüksek olma olasılığı da artmaktadır (Arıcı-Özcan vd., 2019). Ayrıca, annenin çocuğun duygu ve davranışlarına yönelik farkındalığı çocuğun duygularını fark etmesi ve düzenlemesini kolaylaştırmaktadır. Davranışları düzenleyebilmenin ön koşullarından birinin duyguları fark etmek olduğu göz önünde bulundurulduğunda annenin çocuğun duygularına duyarlı olması çocuk için de davranışlarını düzenleyici bir etki oluşturmaktadır (Bilge ve Sezgin, 2020). Aksi durumda annenin olumsuz ebeveynlik tutumları ile çocuğa engellenmiş hissi veya utanç yaşatması çocukta öfke ve çekingenlik gibi sosyal problemlere yol açabilmektedir (Hastings vd., 2008). Halbuki annenin psikolojik sağlamlığını bilinçli farkındalıklı ebeveynlik becerilerini kullanmada kendisine bir kaynak edindiği durumda çocuğun da toplumda kendisini var edebilecek sosyal becerileri edinmekten ve deneyimlemekten çekinmeyeceği düşünülmektedir. Sosyal becerilerini deneyimleme fırsatı buldukça çocuğun sosyal yetkinliğinin gelişmesi de kaçınılmazdır (Uygun ve Kozikoğlu, 2019). Bu bağlamda, annenin psikolojik sağlamlık alt yapısıyla çocuğuna bu tutum ve beceri ile yaklaşabilmesinin çocuğa hem davranışsal hem de duygusal boyutta katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu doğrultuda, annenin bilinçli farkındalığı ve psikolojik sağlamlığı ile çocuğun sosyal yetkinliği arasındaki ilişkinin ortaya konmasının alandaki çalışma ve uygulamalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Söz konusu amaçtan yola çıkan bu çalışmanın araştırma soruları şu şekildedir:

1. Ebeveynlikte bilinçli farkındalık alt ölçek puanları bireylerin; cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, ebeveynlerin algıladıkları ebeveynlik tutumunu, ebeveynlerin eğitim düzeyi ve kardeş sayısına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?

2. Psikolojik sağlık alt ölçek puanları bireylerin; cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, ebeveynlerin algıladıkları ebeveynlik tutumunu, ebeveynlerin eğitim düzeyi ve kardeş sayısına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
3. Sosyal Yetkinlik ve Davranış alt ölçek puanları ebeveynlerin; cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, ebeveynlerin algıladıkları ebeveynlik tutumunu, ebeveynlerin eğitim düzeyi ve kardeş sayısına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
4. Annelerin psikolojik sağlamlıkları ve ebeveynlikteki bilinçli farkındalıkları çocuklarının sosyal yetkinlik ve davranışlarını yordamakta mıdır?

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Annelerin psikolojik sağlamlıkları ve ebeveynlikteki bilinçli farkındalıklarının çocuklarının sosyal yetkinlik ve davranışlarını yordayıp yordamadığını ortaya koymak amacıyla gerçekleştirilen bu araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha çok sayıdaki değişken arasındaki ilişkiyi ve bu değişkenlerin birlikte değişiminin düzeyini belirlemek amacıyla kullanılmaktadır (Karasar, 2005).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, 2021-2022 yıllarında Türkiye'nin farklı bölgelerinde yaşayan, 3-6 yaş aralığında çocuğu olan ve uygun örnekleme yöntemiyle belirlenen 324 anne oluşturmaktadır. Araştırmanın katılımcılarına ait demografik bilgilerin "yaş, çocuk sayısı, eğitim durumu, çalışma durumu, gelir düzeyi" değişkenlerine ait frekans ve yüzdeleri Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1

Katılımcıların demografik özellikleri

Değişken	Gruplar	n	%
Yaş	18-25 Yaş	2	.6
	26-35 Yaş	203	62.7
	36-45 Yaş	110	34.0
	45+ Yaş	9	2.8
Eğitim Durumu	İlkokul	9	2.8
	Ortaokul	11	3.4
	Lise	64	19.8
	Lisans	184	56.8
	Lisansüstü	50	15.4
Çocuk Sayısı	Tek Çocuk	152	46.9
	2 Çocuk	141	43.5
	3 ve 4+ Çocuk	31	9.6
Çalışma Durumu	Çalışan	191	59.0
	Çalışmayan	124	38.3
Gelir Düzeyi	0-3000	21	6.5
	3001-6000	85	26.2
	6001-9000	92	28.4
	9001-12000	54	16.7
	12001 ve üzeri	72	22.2

Veri Toplama Araçları

Çalışmanın amacı doğrultusunda verilerin toplanabilmesi amacıyla çalışma grubundaki annelere; “Kişisel Bilgi Formu”, “Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği”, “Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği” ve “Çocuklarda Sosyal Yetkinlik ve Davranış (Ebeveyn) Ölçeği” uygulanmıştır. Ölçme araçlarına ait detaylara aşağıda yer verilmiştir. Çalışma grubundaki annelerin demografik özellikleri hakkında bilgi edinmek amacıyla oluşturulan kişisel bilgi formunda; yaş, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, çocuk sayısı, çalışma durumu ile ilgili sorular yer almaktadır.

Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği, anne ve babaların çocuklarına ve ebeveynliklerine yönelik farkındalık düzeylerini ölçmek için McCaffrey ve diğerleri (2017) tarafından geliştirilmiş ve Gördesli ve diğerleri (2018) tarafından Türkçe uyarlanmıştır. Ölçek, uyarlanma sürecinde 28 maddeden 24 maddeye düşürülmüştür. 4'lü likert yapıdaki ölçeğin Ebeveyn Öz Yeterliği ve Çocukla Anda Olma olmak üzere iki alt boyutu mevcuttur. Ebeveynlerin aldıkları puanlara göre yüksek puanlar farkındalık düzeyinin yüksek olduğunu, düşük puanlar ise farkındalık düzeyinin düşük olduğunu göstermektedir. Ebeveynlerin alabileceği puan 24 ile 96 arasında değişmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı iki faktörlü yapı ve tek faktörlü yapı için ayrı ayrı incelenmiştir. Ölçeğin ‘çocukla anda olma’ alt ölçeği için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .73, ‘ebeveyn özyeterliliği’ alt ölçeği için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .83 olarak bulunmuştur. Ölçeğin geneli için hesaplanan Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ise .87’dir. Bu araştırmada Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği için Cronbach’s Alfa iç tutarlılık katsayısı .934 olarak hesaplanmıştır.

Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Arslan (2014) tarafından yetişkinlerin psikolojik sağlamlığını ölçmek için geliştirilmiştir. 5’li likert tipinde olan ölçek 21 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınan puanların yüksekliği bireyin psikolojik sağlamlığının yüksekliğine işaret etmektedir. Ölçek; bireysel, ilişkisel, ailesel ve kültürel kaynaklar olmak üzere 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin toplam iç tutarlık katsayısı .94 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin test-tekrar test katsayısı .85 olarak bulunmuştur. Bu araştırmada Psikolojik Sağlamlık Ölçeği için Cronbach’s Alfa iç tutarlılık katsayısı .901 olarak hesaplanmıştır.

Çocuklarda Sosyal Yetkinlik ve Davranış Ebeveyn Ölçeği, La Freinere ve Dumas (1996) tarafından geliştirilmiş; Çorapçı ve diğerleri (2010) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Okul öncesi dönemdeki 3-6 yaş arasındaki çocukların davranış problemleri ile sosyal becerilerini ölçen 6’lı likert türündeki SYDD-30, 30 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin 3 alt boyutu mevcuttur; Sosyal Yetkinlik, Anskiyete/İççe Dönüklük, Kızgınlık/Saldırganlık. Alınan puanların yüksekliği sosyal yetkinlik, içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış davranış problemleri olarak incelenen kaygı, geri çekilme ve öfke agresyon davranışlarının yüksek olduğunu gösterirken puanların düşük olması sosyal yetkinlik, davranış problemlerinin düşük olduğunu gösterir. Ölçek çocukların davranışları

hakkında yeterince bilgi sahibi olan öğretmenleri ve ebeveynleri tarafından doldurulmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı; Sosyal Yetkinlik alt ölçeği için .92 Kızgınlık-Saldırganlık alt ölçeği için .87 ve Anksiyete-İçe Dönüklük alt ölçeği için .91 olarak bulunmuştur. Alt ölçeklerin iç tutarlılık katsayıları .80 ve üstünde olarak hesaplanmıştır. Bu araştırmada Cronbach's Alfa iç tutarlılık katsayısı; Sosyal Yetkinlik boyutu için .755, Anksiyete/İçe Dönüklük boyutu için .692, Kızgınlık/Saldırganlık boyutu için .747 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Toplanması

Araştırmanın etik kurul onayının ardından araştırmanın amacı doğrultusunda belirlenen ölçme araçlarından veri seti hazırlanmıştır. Veri setinin başında yer alan Bilgilendirilmiş Onam Formu ile katılımcılara araştırmacı, araştırmanın amacı, verilerin gizliliği, verilerin hangi amaçla kullanılacağı, gönüllülük esaslı katılım ve verilerin doldurulma şekli ile ilgili bilgiler aktarılmıştır. Veriler elden ve sosyal medya aracılığıyla Google Form üzerinden toplanmıştır.

Verilerin Analizi

Betimsel verilerin analizinde yüzde, frekans, ortalama ve standart sapma kullanılmıştır. Araştırmanın değişkenleri ile ilgili normallik varsayımı kutu-çizgi grafikleri, dal-yaprak grafikleri, Q-Q grafiği ve çarpıklık-basıklığa dair veriler ile değerlendirilmiştir. 338 katılımcı arasından 14 katılımcının verisi uç değer olarak değerlendirilmiş ve analizden çıkarılmıştır. George ve Mallery'nin (2013) belirttiği üzere basıklık ve çarpıklık katsayıları +2 ve -2 arasında ise normal dağılım kabul edilmektedir. Bu bilgiler doğrultusunda araştırmada parametrik testlerin kullanılması uygun bulunmuştur. Parametrik test varsayımlarının karşılanmadığı durumlarda parametrik olmayan testler tercih edilmiştir. Ölçek puanları arasındaki ilişkilerde Pearson Korelasyon Analizi, yordayıcı etkinin analizinde çoklu regresyon analizi kullanılmıştır. Gruplar arası farklarda ise Kruskal Wallis H testi ve Bağımsız Gruplar t-Testi kullanılmıştır. Varyansların homojenliği varsayımı Levene testi ile incelenmiş olup varyansların homojen olmadığı durumlarda t testi ve Welch istatistikleri uygulanmıştır. Veriler SPSS 25 programıyla analiz edilmiştir.

Etik Onay

Araştırmanın yürütülmesi için İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan (13.12.2021 tarihinde E.18405 numaralı olay kararı ile) ilgili etik izin alınmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın ana ve alt amaçlarına yönelik elde edilen verilerin istatistiksel çözümlenmeleri ve bulgularına yer verilmiştir.

Tablo 2*Araştırmada kullanılan ölçme araçlarına yönelik betimleyici istatistikler*

Ölçekler	Min	Maks	\bar{x}	ss	Çarpıklık	Basıklık
SYDÖ Sosyal Yetkinlik	15	40	29.50	4.62	-.194	-.085
SYDÖ Anskiyete/İçe Dönüklük	10	32	16.21	3.88	.884	.851
SYDÖ Kızgınlık/Saldırganlık	11	30	18.57	3.90	.528	.072
Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği	45	96	78.22	10.50	-.305	-.560
Psikolojik Sağlıkla ilgili Ölçeği	37	105	88.60	11.67	-1.090	1.820

Tablo 2’de araştırmada kullanılan ölçme araçlarına yönelik en küçük-en büyük değerler, ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir. Sosyal Yetkinlik ve Davranış Değerlendirme Ölçeği Sosyal Yetkinlik boyutu için aralık 15-40 arasında, ortalama 29.50 ve standart sapma 4.62, çarpıklık -.194 ve basıklık -.085 olarak hesaplanmıştır. Anskiyete/İçe Dönüklük boyutu için aralık 10-32 arasında, ortalama 16.21 ve standart sapma 3.88, çarpıklık .884 ve basıklık .851 olarak hesaplanmıştır. Kızgınlık/Saldırganlık boyutu için aralık 11-30 arasında, ortalama 18.57 ve standart sapma 3.90, çarpıklık .528 ve basıklık .072 olarak hesaplanmıştır. Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği için aralık 45-96 arasında, ortalama 78.22 ve standart sapma 10.50, çarpıklık -.305 ve basıklık -.560 olarak hesaplanmıştır. Psikolojik Sağlıkla ilgili Ölçeği için aralık 37-105 arasında, ortalama 88.60 ve standart sapma 11.67, çarpıklık -1.090 ve basıklık 1.820 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 3*SYDÖ, EBFÖ VE YPSÖ puanlarının yaşa göre incelenmesine yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi sonuçları*

Ölçekler	Gruplar	n	\bar{x}	ss	t	sd	p
SYDÖ Sosyal Yetkinlik	18-35 Yaş	205	29.42	4.45	-.370	322	.711
	36+ Yaş	119	29.62	4.92			
SYDÖ Anskiyete/İçe Dönüklük	18-35 Yaş	205	16.10	3.79	-.672	322	.502
	36+ Yaş	119	16.40	4.05			
SYDÖ Kızgınlık/Saldırganlık	18-35 Yaş	205	18.78	3.90	1.259	322	.209
	36+ Yaş	119	18.21	3.89			
Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği	18-35 Yaş	205	79.56	10.25	3.046	322	.003**
	36+ Yaş	119	75.92	10.58			
Psikolojik Sağlıkla ilgili Ölçeği	18-35 Yaş	205	88.87	11.51	.539	322	.590
	36+ Yaş	119	88.14	11.96			

* $p < .05$; ** $p < .01$; σ Varyanslar Homojen Olmadığında Kullanılan t İstatistiği

Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği ($t(207.833) = -2.489$; $p < .05$) puanlarının yaş değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. 18-35 yaş arası katılımcıların Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği puanlarının 36 yaş ve üstü katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Sosyal Yetkinlik ve Davranış Değerlendirme Ölçeği ve Yetişkin Psikolojik

Sağlamlık Ölçeği puanlarının yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır ($p > .05$).

Tablo 4

SYDÖ, EBFÖ VE YPSÖ puanlarının çalışma durumuna göre incelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar T-Testi sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	\bar{x}	ss	t	sd	p
SYDÖ Sosyal Yetkinlik	Çalışan	191	30.08	4.46	2.676	313	.008**
	Çalışmayan	124	28.66	4.78			
SYDÖ Anskiyete/İçe Dönüklük	Çalışan	191	15.84	4.01	-1.956	313	.051
	Çalışmayan	124	16.71	3.64			
SYDÖ Kızgınlık/Saldırganlık	Çalışan	191	18.35	3.63	-.993	313	.321
	Çalışmayan	124	18.79	4.25			
Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği	Çalışan	191	78.64	10.66	.947	313	.344
	Çalışmayan	124	77.50	10.04			
Psikolojik Sağlamlık Ölçeği	Çalışan	191	87.84	11.92	-1.215	313	.225
	Çalışmayan	124	89.48	11.48			

* $p < .05$; ** $p < .01$; ^aVaryanslar Homojen Olmadığında Kullanılan t İstatistiği

SYDÖ - Sosyal Yetkinlik boyutu ($t(313) = 2.676$; $p < .05$) puanlarının çalışma durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Çalışan katılımcıların çocuklarının Sosyal Yetkinlik boyutu puanlarının çalışmayan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Sosyal Yetkinlik ve Davranış Değerlendirme Ölçeği Anskiyete/İçe Dönüklük, Kızgınlık/Saldırganlık boyutları, Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği ve Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği puanlarının çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p > .05$)

Tablo 5

SYDÖ, EBFÖ Ve YPSÖ puanlarının gelir durumuna göre incelenmesine yönelik Kruskal Wallis H Testi sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	SO	H	sd	p	Fark
SYDÖ Sosyal Yetkinlik	0-3000 ⁽¹⁾	21	123.19	8.080	4	.089	-
	3001-6000 ⁽²⁾	85	164.24				
	6001-9000 ⁽³⁾	92	160.21				
	9001-12000 ⁽⁴⁾	54	151.41				
	12001 ve üzeri ⁽⁵⁾	72	183.17				
SYDÖ Anskiyete/İçe Dönüklük	0-3000 ⁽¹⁾	21	167.67	8.078	4	.089	-
	3001-6000 ⁽²⁾	85	179.98				
	6001-9000 ⁽³⁾	92	160.70				
	9001-12000 ⁽⁴⁾	54	168.18				
	12001 ve üzeri ⁽⁵⁾	72	138.41				
SYDÖ Kızgınlık/Saldırganlık	0-3000 ⁽¹⁾	21	160.40	12.481	4	.014*	4>2
	3001-6000 ⁽²⁾	85	143.11				
	6001-9000 ⁽³⁾	92	158.46				
	9001-12000 ⁽⁴⁾	54	199.81				
	12001 ve üzeri ⁽⁵⁾	72	163.19				
Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği	0-3000 ⁽¹⁾	21	153.64	5.241	4	.263	-

	3001-6000 ⁽²⁾	85	178.31				
	6001-9000 ⁽³⁾	92	165.33				
	9001-12000 ⁽⁴⁾	54	143.04				
	12001 ve üzeri ⁽⁵⁾	72	157.40				
	0-3000 ⁽¹⁾	21	150.81				-
Psikolojik Sağlıkla ilgili Ölçeği	3001-6000 ⁽²⁾	85	188.76	9.788	4	.044*	
	6001-9000 ⁽³⁾	92	159.09				
	9001-12000 ⁽⁴⁾	54	152.48				
	12001 ve üzeri ⁽⁵⁾	72	146.78				

*p<.05; **p<.01

SYDÖ-Kızgınlık/Saldırıcılık boyutu ($H(4)=12.481$; $p<.05$), Psikolojik Sağlıkla ilgili Ölçeği ($H(4)=9.788$; $p<.05$) puanlarının gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar gösterdiği bulunmuştur. 9001-12.000 TL arası gelire sahip katılımcıların çocuklarının Kızgınlık/Saldırıcılık boyutu puanlarının 3001-6000 TL gelir düzeyi olan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. 3001-6000 TL arası gelire sahip katılımcıların çocuklarının Kızgınlık/Saldırıcılık boyutu puanlarının 12.001 TL ve üstü gelire sahip katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Psikolojik Sağlıkla ilgili Ölçeği açısından test sonucu anlamlı olduğu belirlense de ikili karşılaştırmalar testi sonuçlarının anlamlı olmadığı görülmüştür. Sosyal Yetkinlik ve Davranış Değerlendirme Ölçeği Anskiyete/İçe Dönüklük, Sosyal Yetkinlik boyutları ve Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği puanlarının ise gelir düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>.05$)

Tablo 6

SYDÖ, EBFÖ VE YPSÖ puanlarının çocuk sayısına göre incelenmesine yönelik ANOVA sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	\bar{x}	ss	F	sd	p	Fark
SYDÖ Sosyal Yetkinlik	Tek Çocuk	152	29.65	4.14	5.895	2	.336	-
	2 Çocuk	141	29.13	5.00		321		
	3 + Çocuk	31	30.39	5.08				
SYDÖ Anskiyete/İçe Dönüklük	Tek Çocuk	152	16.07	3.89	.893	2	.429	-
	2 Çocuk	141	16.18	3.96		321		
	3 + Çocuk	31	17.06	3.51				
SYDÖ Kızgınlık/Saldırıcılık	Tek Çocuk	152	18.94	3.85	14.763	2	.003**	1>2
	2 Çocuk	141	18.66	3.89		321		1>3
	3 + Çocuk	31	16.32	3.58				
Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği	Tek Çocuk	152	79.22	10.42	.778	2	.268	-
	2 Çocuk	141	77.38	10.82		321		
	3 + Çocuk	31	77.10	9.24				
Psikolojik Sağlıkla ilgili Ölçeği	Tek Çocuk	152	86.43	12.71	6.295	2	.001**	3>1
	2 Çocuk	141	89.81	10.70		321		3>2
	3 + Çocuk	31	93.77	7.74				

*p<.05; **p<.01

SYDÖ - Kızgınlık/Saldırıcılık boyutu ($F(2-321)=14.763$; $p<.01$) ve Psikolojik Sağlıkla ilgili Ölçeği ($F(2-321)=6.295$; $p<.01$) puanlarının çocuk sayısı değişkenine göre anlamlı farklılıklar görülmüştür. Tek çocuğa sahip katılımcıların çocuklarının Kızgınlık/Saldırıcılık boyutu puanlarının 2 çocuk ve 3 ve üstü çocuğa sahip katılımcıların çocuklarından daha yüksek olduğu

görülmüştür. 2 çocuk ve 3 ve üstü çocuğa sahip katılımcıların Psikolojik Sağlıkla Ölçeği puanlarının tek çocuğa sahip katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Sosyal Yetkinlik ve Davranış Değerlendirme Ölçeği Anskiyete/İçe Dönüklük, Sosyal Yetkinlik boyutu puanlarının ve Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği çocuk sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p > .05$)

Tablo 7

SYDÖ, EBFÖ VE YPSÖ puanlarının eğitim durumuna göre incelenmesine yönelik Kruskal Wallis H sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	SO	H	sd	p	Fark
SYDÖ Sosyal Yetkinlik	İlk/Ortaokul ⁽¹⁾	20	135.35	5.895	3	.117	-
	Lise ⁽²⁾	64	152.95				
	Lisans ⁽³⁾	184	157.29				
	Lisansüstü ⁽⁴⁾	50	185.69				
SYDÖ Anskiyete/İçe Dönüklük	İlk/Ortaokul ⁽¹⁾	20	212.23	14.763	3	.002**	1>4
	Lise ⁽²⁾	64	176.92				2>4
	Lisans ⁽³⁾	184	156.00				
	Lisansüstü ⁽⁴⁾	50	128.99				
SYDÖ Kızgınlık/Saldırganlık	İlk/Ortaokul ⁽¹⁾	20	151.20	.893	3	.827	-
	Lise ⁽²⁾	64	152.52				
	Lisans ⁽³⁾	184	160.85				
	Lisansüstü ⁽⁴⁾	50	166.79				
Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği	İlk/Ortaokul ⁽¹⁾	20	168.70	.778	3	.855	-
	Lise ⁽²⁾	64	156.77				
	Lisans ⁽³⁾	184	157.20				
	Lisansüstü ⁽⁴⁾	50	167.77				
Psikolojik Sağlıkla Ölçeği	İlk/Ortaokul ⁽¹⁾	20	145.75	6.295	3	.098	-
	Lise ⁽²⁾	64	183.52				
	Lisans ⁽³⁾	184	151.55				
	Lisansüstü ⁽⁴⁾	50	163.51				

* $p < .05$; ** $p < .01$

SYDÖ - Anskiyete/İçe Dönüklük boyutu ($H_{(3)} = 5.895$; $p < .01$) puanlarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir. İlk/orta okul ve lise düzeyinde eğitim gören katılımcıların çocuklarının Anskiyete/İçe Dönüklük boyutu puanlarının lisansüstü düzeyde eğitim gören sahip katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Sosyal Yetkinlik ve Davranış Değerlendirme Ölçeği Sosyal Yetkinlik, Kızgınlık/Saldırganlık boyutu ile Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği Psikolojik Sağlıkla Ölçeği değerlerinin eğitim durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur ($p > .05$)

Tablo 8

Araştırmada kullanılan ölçek puanları arasındaki ilişkilerin incelenmesine yönelik Pearson korelasyon analizi sonuçları

Ölçekler	1	2	3	4	5
SYDÖ Sosyal Yetkinlik ⁽¹⁾	1				
SYDÖ Anskiyete/İçe Dönüklük ⁽²⁾	-.157**	1			
SYDÖ Kızgınlık/Saldırganlık ⁽³⁾	-.272**	.395**	1		
Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği ⁽⁴⁾	.491**	-.203**	-.227**	1	
Psikolojik Sağlıkla ilgili Ölçeği ⁽⁵⁾	.215**	-.093	-.188**	.401**	1

* $p < .05$; ** $p < .01$

SYDÖ - Sosyal Yetkinlik boyutu puanları ile Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği ($r = .491$; $p < .01$) ve Psikolojik Sağlıkla ilgili Ölçeği ($r = .215$; $p < .01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. SYDÖ Anskiyete/İçe Dönüklük boyutu puanları ile Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği ($r = -.203$; $p < .01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. SYDÖ Kızgınlık/Saldırganlık boyutu puanları ile Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği ($r = -.227$; $p < .01$) ve Psikolojik Sağlıkla ilgili Ölçeği ($r = -.188$; $p < .01$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Diğer değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür ($p > .05$)

Tablo 9

Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği ve Yetişkin Psikolojik Sağlıkla ilgili Ölçeği puanlarının SYDÖ yetkinlik boyutu puanları üzerindeki yordayıcı etkisine ilişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi sonuçları

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standart Hata B	Beta	t	p
Sosyal Yetkinlik	Sabit	12.606	1.687		7.474	.000
	EBFÖ	.216	.021	.491	10.104	.000**

R = .491 R² = .241 Sd: 1/ 322 F: 102.086 p = .000**

** $p < .01$, * $p < .05$

Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği ve Yetişkin Psikolojik Sağlıkla ilgili Ölçeği puanlarının SYDÖ Yetkinlik boyutu puanları üzerindeki yordayıcı etkisini belirlemek amacıyla 'Stepwise' yöntemli kullanılmıştır. Kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($F(1, 322) = 102.086$, $p < .01$). Model, SYDÖ Yetkinlik boyutu puan varyansının %24.1'ini açıklamaktadır. Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği ($\beta = .491$, $t = 10.104$, $p < .01$) puanlarının SYDÖ Yetkinlik boyutu puanlarını istatistiksel olarak anlamlı şekilde yordadığı belirlenmiştir. Yetişkin Psikolojik Sağlıkla ilgili Ölçeği puanlarının ise SYDÖ Yetkinlik boyutu puanlarını istatistiksel olarak anlamlı şekilde yordamadığı görülmüştür.

Tablo 10

Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği ve Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği Puanlarının Anksiyete/İçe Dönüklük Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standart Hata B	Beta	t	p
Anksiyete/İçe Dönüklük	Sabit	22.087	1.593		13.865	.000
	EBFÖ	-.075	.020	-.203	-3.720	.000**

R= .203 R²= .041 Sd:1/ 322 F: 13.841 p=.000**

**p <.01. *p <.05

Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği ve Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği puanlarının SYDÖ Anksiyete/İçe Dönüklük boyutu puanları üzerindeki yordayıcı etkisini belirlemek amacıyla 'Stepwise' yöntemli kullanılmıştır. Kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (F(1. 322)= 13.841, p<.01). Model, SYDÖ Anksiyete/İçe Dönüklük boyutu puan varyansının %4.1'ini açıklamaktadır. Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği ($\beta = -.203$, $t = -3.720$, $p < .01$) puanlarının SYDÖ Anksiyete/İçe Dönüklük boyutu puanlarını istatistiksel olarak anlamlı şekilde yordadığı belirlenmiştir. Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği puanlarının ise SYDÖ Yetkinlik boyutu puanlarını istatistiksel olarak anlamlı şekilde yordamadığı görülmüştür.

Tablo 11

Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği ve Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği Puanlarının SYDÖ Kızgınlık/Saldırđanlık Puanları Üzerindeki Yordayıcı Etkisine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standart Hata B	Beta	t	p
Kızgınlık/ Saldırđanlık	Sabit	25.173	1.591		15.827	.000
	EBFÖ	-.084	.020	-.227	-4.190	.000**

R= .227 R²= .052 Sd:1/ 322 F: 17.556 p=.000**

**p <.01. *p <.05

Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği ve Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği puanlarının SYDÖ Kızgınlık/Saldırđanlık boyutu puanları üzerindeki yordayıcı etkisini belirlemek amacıyla 'Stepwise' yöntemli kullanılmıştır. Kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (F(1. 322)= 17.556, p<.01). Model, SYDÖ Kızgınlık/Saldırđanlık boyutu puan varyansının %4.1'ini açıklamaktadır. Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği ($\beta = -.227$, $t = -4.190$, $p < .01$) puanlarının SYDÖ Kızgınlık/Saldırđanlık boyutu puanlarını istatistiksel olarak anlamlı şekilde yordadığı belirlenmiştir. Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği puanlarının ise SYDÖ Kızgınlık/Saldırđanlık boyutu puanlarını istatistiksel olarak anlamlı şekilde yordamadığı görülmüştür.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırma kapsamında, ilk olarak annelerin ebeveynliklerinde bilinçli farkındalık düzeylerinin, psikolojik dayanıklılık düzeylerinin ve çocuklarının sosyal yetkinliklerinin çeşitli değişkenlere (yaş, çalışma durumu, gelir düzeyi, eğitim düzeyi, çocuk sayısı) göre farklılaşp farklılaşmadığına yönelik sonuçlar; ardından annelerin psikolojik sağlamlıkları ve ebeveynlikte bilinçli farkındalıklarının çocuklarının sosyal yetkinlik ve davranışlarını yordama düzeylerine ilişkin sonuçlar ele alınarak alan yazındaki çalışmaların bulgularıyla birlikte tartışılmıştır.

Bu çalışmada, yaş değişkenine göre, 36 yaş üstündeki annelerin bilinçli farkındalık düzeylerinin 18-35 yaş arasındaki annelere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ancak çocukların sosyal yetkinlik ve davranışları ve annelerin psikolojik sağlamlıkları yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Annelerin ebeveynlikteki bilinçli farkındalığı ile yaş arasındaki ilişkiye yönelik farklı çalışmalar incelendiğinde anlamlı ilişkilerin tespit edilmediği bulunmuştur (Günaydın, 2021; McCaffrey vd., 2017). Balcı (2022) ise araştırmasında, ölçeğin öz yeterlilik alt boyutu ile ilişki bulamazken çocuk ile anda olma alt boyutunda anlamlı ilişkiler bulmuştur. Alan yazındaki çalışmaların kiminde annenin yaşı ile çocuklarının sosyal yetkinlikleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı yönünde sonuçları mevcut iken (Tunçeli ve Akman, 2014; Çubukçu, 2019; Eke, 2018) kiminde ise ilişkili olduğu yönünde sonuçlar mevcuttur (Atamaca vd., 2020; Saitoğlu, 2020). Yaş faktörü göz önünde bulundurulduğunda annenin genç olmasının enerjik olmasında etkili olabileceği, ileri yaşlarda olmasının ise tecrübe ve olgunluk yönünden farklılık sağlayabileceği düşünülebilir. Bu bakımdan annenin genç veya yaşının ileride olması çocuğun sosyal becerilerinde birbirlerine üstünlük sağlayabilecek bir farklılık oluşturmadığı araştırmanın bulgularından yola çıkılarak öngörülebilir. Annenin yaşı ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkide ise literatürde benzer sonuçlara rastlanmakla birlikte (Deniz vd., 2020; Ernas, 2017; Kurt ve Aslan, 2020), yaş arttıkça psikolojik sağlamlığın arttığı sonucuna ulaşan araştırmalar da mevcuttur (Aydın ve Egemberdiyeva, 2018; Kimter, 2020). Araştırmanın sonuçları ve literatürden elde edilenler incelendiğinde, annelerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin yaşlarından ziyade bireysel, ailesel ve çevresel faktörlere bağlı olarak değişiklik gösterdiği düşünülebilir.

Araştırmanın diğer sonucu olarak annelerin çalışma durumları ile çocuklarının sosyal yetkinlik düzeylerinin ilişkili olduğu görülmüştür. Çalışan annelerin çocuklarının sosyal yetkinlik puanları daha yüksekken anskiyete/içer dönüklük ile kızgınlık/saldırganlık alt boyutlarında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ayrıca ebeveynlikte bilinçli farkındalık ve psikolojik sağlamlık ile çalışma durumu arasında da anlamlı farklılık görülmemiştir. Alan yazın incelendiğinde annenin çalışma durumu ile çocuğun sosyal yetkinliklerini inceleyen kimi araştırmalarda anlamlı ilişki tespit edilirken (Baran vd., 2005; Eke, 2018; Şentürk, 2007; Türkoğlu, 2013), kimilerinde ise ilişki

bulunmamıştır (Özbey; 2009; Özyürek ve Şahin, 2015; Yaşar-Ekici, 2015). Örneğin, Eke (2018) çocukların sosyal davranışlarının annelerinin ebeveynlik tutumları ile ilişkili olup olmadığını incelediği çalışmasında annelerin çalışmalarının, çocuklarının sosyal becerileri ile olumlu yönde ilişkili olduğu; çalışan annelerin çocuklarının daha çok sosyal beceri sergilediği görülmüştür. Alan yazından da yola çıkarak çalışan annelerin çocuklarının genellikle okul öncesi eğitime dahil olması söz konusu olduğu için sosyal yetkinlik düzeyleri yüksek olabilir (Akbaş, 2005; Kapıkıran vd., 2008). Alan yazında psikolojik sağlamlık ile çalışma durumu ilişkisini inceleyen araştırmalarda da mevcut çalışmayı destekler nitelikte sonuçlarla karşılaşmıştır. Bektaş ve Özben (2016) ve Varıcıer (2019), çalışma durumunun kişilerin psikolojik sağlamlığına yönelik bir etkiye bulunmadığını belirtmişlerdir. Kişinin bir işte çalışıyor olmasından ziyade işin kişiye etkilerinin psikolojik sağlamlıkla ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Ebeveynlikte bilinçli farkındalığın çalışma durumuna göre nasıl değişkenlik gösterdiğine dair bir çalışmaya rastlanmamakla birlikte ebeveynlikte bilinçli farkındalığın alt boyutu olan ebeveyn öz yeterliliği ele alındığında; Elder ve diğerlerinin (1995) düşük gelir ve düzensiz çalışma hayatının ebeveynlerin ruh hallerine ve ebeveynlik tutumlarına etkilerini incelediği çalışmalarında istikrarsız çalışma durumunun ebeveynin öz yeterliliğini olumsuz yönde etkilediği görülmüştür.

Araştırmada, gelir düzeyi değişkeni ile çocukların kızgınlık/saldırganlık davranışları ve annelerin psikolojik sağlamlığı arasında anlamlı ilişki saptanırken Sosyal Yetkinlik ve Davranış Değerlendirme Ölçeği anskiyete/içe dönüklük, sosyal yetkinlik boyutları ve Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği puanlarının gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur. Akçınar ve Baydar (2018) ailenin sosyo-ekonomik gelir düzeyinin, çocuğun dışsallaştırma problemlerini yani kızgınlık/saldırganlık davranışlarını anne davranışları aracılığıyla etkilediğini savunmuştur. Bu bağlamda, düşük gelir düzeyinin ebeveynlerin davranışlarına olumsuz yansımalarla bulunacağını vurgulamışlardır. Diğer bir boyutuyla ebeveynlerin çocuklarını maddi imkanların kısıtlılığından dolayı eğitim kurumlarına gönderememeleri de çocukta sosyal ve davranışsal problemleri açığa çıkaran farklı bir etken olabilmektedir (Becker ve Thomes, 1986). Araştırmaların sonuçlarından yola çıkarak mevcut çalışmada ilişkili bulunan, çocukların kızgınlık/saldırganlık davranışlarının engellenmişlik duygusu ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Gelir düzeyinin düşük olmasından kaynaklı olarak çocuğa sunulan imkanların kısıtlı olması veya çocuğun ihtiyaçlarının karşılanmasında zorluk yaşanması aile içi ilişkilerde çatışmayı, beraberinde de çocukta kızgınlık/saldırganlığın nedenlerinden olan engellenmişlik duygusunu tetikleyebileceği öngörülmektedir. Boyraz ve Sayger (2011) araştırmalarında annelerin gelir düzeyi arttıkça psikolojik sağlamlık düzeylerinin arttığı yönünde bulgulara ulaşmıştır. Aynı şekilde, gelir düzeyi ile psikolojik sağlamlığın pozitif yönde ilişkili olduğu farklı araştırma sonuçlarında da mevcuttur. (Bahadır, 2009; Ha vd., 2008; Varıcıer, 2019). Psikolojik sağlamlığın ailesel koruyucu faktörlerine bakıldığında ekonomik

düzeyin iyi olmasının koruyucu faktörlerden sayılması bu bulguları destekler niteliktedir. Sosyoekonomik düzeyi daha düşük olan kişilerin bilinçli farkındalıklarının düşük olduğunu ortaya koyan çalışmalar (Kocaarslan, 2016) bulunmakla birlikte kimi çalışmalarda ise bu araştırmanın bulgularını destekler nitelikte kişilerin bilinçli farkındalıkları ile gelir düzeyi arasında anlamlı farklılaşma görülmemiştir (Tuncer, 2017; Yıkılmaz ve Güdül, 2015).

Annelerin sahip olduğu çocuk sayısına göre psikolojik sağlamlıkları ve çocuklarının kırgınlık/saldırganlık davranışlarının anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bu doğrultuda tek çocuğa sahip annelerin çocuklarında iki ve üstü çocuğa sahip annelerin çocuklarına göre kırgınlık/saldırganlık davranışlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmanın bir diğer sonucunda iki ve üstü çocuğa sahip annelerin psikolojik sağlamlıklarının tek çocuklu annelerden daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Alan yazın incelemesinde kardeş sayısının artmasının sosyal yetkinliğe olumlu etkilerinin olduğu çalışmalar görülmüştür (Eke, 2018; Köse, 2019). Eke (2018) kardeş sayısının fazla olması liderlik ve iş birliği gibi sosyal yetkinlik becerilerinde anlamlı farklılık oluşturduğunu bulmuştur. Diğer yönden kardeş sayısının sosyal yetkinlik ve alt boyutları ile anlamlı bir ilişkisinin olmadığı sonucuna ulaşan çalışmalar da mevcuttur (Ebil, 2022; Orçan ve Deniz, 2004; Özbey, 2009; Sarı, 2007; Pirpir ve Tatlı, 2015; Uzmen, 2001). Mevcut araştırmanın bulguları ve alan yazındaki çalışmaların sonuçlarına göre çocukların kardeşe sahip olması sosyal becerilerini deneyimleme imkanı vermesi açısından sosyal yetkinliklerine katkı sağlar nitelikte olduğu söylenebilir. Ayrıca tek çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının isteklerini aşırı derecede karşılaması da çocuklarda engellenmeye yönelik hassasiyet oluşturabilir. Bu durumda istekleri karşılanmayan çocuğun kırgınlık/ saldırganlık davranışları sergileme eğiliminin arttığı düşünülebilir. Ebeveynlikte bilinçli farkındalığın çocuk sayısı bağlamında anlamlı farklılık göstermediği mevcut çalışmalarla benzerlik göstermiştir. Balcı (2022), Subaşı ve Çelik (2019) ve Polat ve Ayaz'ın (2021) anneler ile yaptığı araştırmaları sonucunda benzer bulgulara ulaşılmış ve çocuk sayısı ile ebeveynlikteki bilinçli farkındalık arasında anlamlı ilişki tespit edilmemiştir. Farklı bulgularla araştırmanın sonuçlarından değişiklik gösteren Engin'in (2019) çalışmasında 2 çocuğu olan annelerin tek veya 3 çocuğu olan annelere göre bilinçli farkındalıklarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Kurt ve Aslan (2020) araştırmalarında çocuk sayısı ile psikolojik sağlamlık arasında pozitif ilişki saptamış; tek çocuklu anneler ile 3 çocuklu annelerin psikolojik sağlamlıkları karşılaştırıldığında 3 çocuğu olan annelerin psikolojik sağlamlıklarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Çalışmanın sonuçlarına bakıldığında çocuk sayısının artmasının annelerin psikolojik sağlamlıkları üzerinde pozitif bir etki oluşturduğu bulunmuştur. Kardeşlerin birbiriyle olan etkileşiminin annenin yükünü hafiflettiği düşünülebilir. Bu durumun annenin psikolojik sağlamlığı için risk unsuru oluşturacak fazla iş yükünü (Aydın ve Ersoy-Özcan, 2021) paylaşma niteliğinde olduğu varsayılabilir. Ayrıca çok çocuklu annelerin daha çok kırsalda olması şehir

hayatının getirdiği olumsuz şartlar ve stres unsurlarından etkilenmemesini desteklemesi bakımından psikolojik sağlamlıklarının daha yüksek olabileceği öngörülebilir.

Çocukların anksiyete/içer dönüklük davranış puanlarının eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı; ilk/ortaokul ve lise düzeyinde eğitim gören annelerin çocuklarının anksiyete/içer dönüklük boyutu puanlarının lisansüstü düzeyde eğitime sahip annelerin çocuklarından daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca Sosyal Yetkinlik ve Davranış Değerlendirme Ölçeği Sosyal Yetkinlik, Kızgınlık/Saldırganlık boyutu ile Ebeveynlikte Bilinçli Farkındalık Ölçeği, Psikolojik Sağlamlık Ölçeği puanlarının eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir. Alan yazın incelendiğinde annelerin eğitim seviyesinin çocuklarının sosyal yetkinliklerini olumlu yönde etkilediğini ortaya koyan birçok çalışma bulunmaktadır (Aral vd., 2006; Eke, 2018; Uygun ve Kozikoğlu, 2019). Uygun ve Kozikoğlu (2019) okul öncesi dönem çocuklarının sosyal yetkinliklerini incelediği çalışmada annenin eğitim düzeyi arttıkça çocukların sosyal yetkinlik düzeyinin arttığı, okur-yazar olmayan annenin çocuklarında ise kızgınlık/saldırganlık ve anksiyete/içer dönüklük düzeyinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Mevcut çalışmada sosyal yetkinlik ile annenin eğitim seviyesi doğrudan ilişkili bulunmasa da içselleştirilmiş davranış problemlerini daha az sergilemesi yönüyle sosyal anlamda çocuğun daha başarılı olduğu sonucuna varılabilir. Annenin eğitim düzeyi arttıkça çocuğun gelişimi ve davranışlarına yönelik daha sağlıklı yaklaşımlarda bulunabildiği düşünülebilir. Ebeveynlikte bilinçli farkındalık ile annenin eğitim seviyesini inceleyen çalışmaların çoğunda ebeveyn bilinçli farkındalığı ve alt boyutları ile annenin eğitim seviyesi arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur (Balat vd., 2014; Çattık ve Aksoy, 2018; Izzo vd., 2010; Moutan ve Roskom, 2015; Ogelman ve Topaloğlu, 2014; Özdemir, 2012; Topaloğlu, 2013). Azınlıkta da olsa annenin eğitim durumunun bilinçli farkındalıkla ebeveynlikte etkili olduğu çalışmaların da olduğu görülmüştür (Parent vd., 2016; Polat ve Ayaz, 2021). Araştırmanın sonucunda annenin eğitim düzeyi ile ebeveynlikte bilinçli farkındalık arasında anlamlı düzeyde ilişki çıkmamasının annelerin günümüzün şartlarında kendisini ve ebeveynlik becerilerini geliştirmek için okul sınırlarının dışında farklı birçok imkan bulabilmeleriyle ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Kaba ve Keklik (2016), Ernas (2017) ve Kimter'in (2020) çalışmalarında da psikolojik sağlamlık ile eğitim düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Varıcıer (2019) bu durum için, yaptığı çalışmadaki katılımcıların çoğunun lisans ve lisansüstü öğrencilerinden oluşmasının etkili olabileceğini savunmuştur. Aynı durumun mevcut çalışma için de geçerli olmasının araştırma sonuçlarında etkili olabileceği düşünülmektedir. Psikolojik sağlamlığın koruyucu faktörleri göz önünde bulundurulduğunda sosyal çevrede yer alma, entelektüel kapasite, sosyal beceriler ve öz yeterlilik; eğitim hayatının kişiye katabileceği özellikler olduğu göz önünde bulundurulduğunda sonuçların aksine eğitim seviyesinin yükselmesinin psikolojik sağlamlığı artırıcı bir etkiye bulunacağı öngörülmektedir. Bu durum, bireylerin gördükleri eğitim haricinde yaşam

deneyimleriyle ve bireysel özellikleriyle psikolojik sağlamlıklarını artırabilecekleri ihtimaline işaret etmektedir.

Analizler doğrultusunda, ebeveynlikte bilinçli farkındalığın, çocukların sosyal yetkinlik ve davranışlarının alt boyutu olan sosyal yetkinlik, kızgınlık/saldırganlık ve anksiyete/içer dönüklük davranışlarını anlamlı şekilde yordadığı belirlenmiştir. Ebeveynlikte bilinçli farkındalık ve çocukların sosyal yetkinlik ve davranışlarını ele alan araştırmalar incelendiğinde ebeveynlikte bilinçli farkındalık ile çocukların sosyal yetkinlikleri ve davranışları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu yönüyle mevcut çalışmanın sonuçlarını destekler nitelikte verilerin olduğu söylenebilir. Örneğin, Geurtzen ve diğerlerinin (2015) ebeveynlikte bilinçli farkındalık ve çocuklarının sosyal yetkinlik ve davranışları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada farkındalıklı ebeveynlik ile çocukların içselleştirme problemlerinden olan anksiyete ve depresyon davranışları ilişkili bulunmuştur. Kendi ebeveynliğini ve işlevlerini yargılamadan kabul eden ebeveynlerin çocuklarında daha az depresyon ve anksiyete belirtisi görülmüştür. Işık (2020), ebeveynlere yönelik uyguladığı bilinçli farkındalıklı aile eğitim programında ebeveynlerin bilinçli farkındalıkları yükseldikçe çocuklarının içselleştirme ve dışsallaştırma davranış problemlerinin azaldığını görmüştür. Çalışma, ebeveynlerle yapılan eğitim programlarının hem anne çocuk ilişkisini güçlendirmede hem de çocukların davranış problemlerini azaltmada etkili olduğunu ortaya koymuştur. Bunun yanında, Parent ve diğerleri (2010) ebeveynlikte bilinçli farkındalık ve olumlu ebeveynlik tutumlarının çocuğun içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca bilinçli farkındalığı yüksek ebeveynlerin çocuklarına karşı daha fazla pozitif bir tutum ile yaklaştığı, ebeveynliklerinde daha çok tutarlı ve daha az tepkisel davrandıkları görülmektedir (Duncan vd., 2015; Gambrel ve Piercy, 2015). Bu bağlamda, ebeveynlikteki bilinçli farkındalığa yönelik programların doğrudan annelerin duygularını sağlıklı şekilde yönetebilmesini, dolaylı yoldan da çocukların kendi duygu ve davranışlarını yönetme becerilerini desteklediği söylenebilir. Townshend ve diğerlerinin (2016) 1232 makaleyi incelediği meta-analiz çalışmasında bilinçli farkındalıklı ebeveynlik programlarının ebeveyn stresini azalttığı, ebeveynlerin çocuklarına yönelik duygusal farkındalığını artırdığı ve beraberinde çocukların dışsallaştırma problemlerine ilişkin semptomlarını azalttığı sonucuna ulaşılmıştır. Ebeveynlikte bilinçli farkındalık değişkeninin alt boyutlarından biri olan ebeveyn öz yeterliliği ile çocukların sosyal yetkinlik ve davranışları arasındaki ilişkinin incelendiği araştırma bulguları annenin ebeveynlik öz yeterliliğinin yüksek olmasının etkin ebeveynlik becerilerini kullanabilmesini, çocuğa karşı duyarlı yaklaşabilmesini, olası olumsuz durumlarda olumsuz duygularını kontrol edebilmesini ve kendinde baş etme gücünü bulmasını sağladığını ortaya koymaktadır (Aksoy ve Diken, 2009; Topaloğlu, 2013). Ebeveynlik stresini tolere edebilmekte etkili olan ebeveyn öz yeterliliği, anne çocuk arasındaki ilişkide koruyucu etki oluşturmaktadır (Anthony vd., 2005). Kendi ebeveynliğini yeterli gören anne, çocuğu ile yaşadığı stresli

durumlarda daha duyarlı ve yapıcı davranabilmektedir. Annenin çocuğuna karşı yapıcı tutumu ise çocuğa kazandırılmak istenen davranışların ve olumlu iletişimin etkin bir parçasıdır (Ogelman ve Topaloğlu, 2014). Bu yönüyle çocuğun annesinden gördüğü çözüm odaklı yaklaşım, yapıcı tutum, güçlü iletişim çocuğun sosyal beceri kazanımında destekleyici rol oynamaktadır.

Araştırmada, çocukların kızgınlık/saldırganlık davranışları ile annelerin psikolojik sağlamlığı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Ancak annelerin psikolojik sağlamlığının çocukların sosyal yetkinlik ve davranışlarının alt boyutu olan anskiyete/içe dönüklük davranışları arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Alan yazında, annelerin psikolojik sağlamlığı ve çocuklarının sosyal yetkinliklerinin incelendiği araştırmaların kısıtlı olduğu görülmüş olsa da mevcut çalışmaların sonuçları annenin psikolojik sağlamlığı ile çocuklarının sosyal yetkinlikleri arasında pozitif ilişkiye işaret etmektedir. Psikolojik sağlamlık ile ilişkili olan psikolojik iyi oluş kavramının sosyal becerilere yönelik etkisi incelendiğinde, kişinin psikolojik iyi oluşunun yüksek olmasının başka insanlarla sağlıklı ilişkiler kurabilmesini ve ilişkilerini devam ettirebilmesini sağlayacak sosyal yönünü güçlendirdiği görülmüştür. Sosyal yönü güçlü olan ebeveynlerin çocuklarının da gözlem yoluyla sosyal becerileri artırabileceği ve bu becerileri kullanarak sosyal yetkinliğe ulaşabileceği düşünülmektedir. Diğer bir yönüyle, psikolojik iyi oluşu düşük olan ebeveynin çocuğu ile ilişkisinin sağlıklı ve güvenilir olmamasının çocukta sosyal, duygusal ve davranışsal olumsuzluklar oluşturabileceği ön görülebilir (Keskin ve Olcay, 2009). Parent ve diğerlerinin (2010) ebeveynin depresif belirtilerinin çocuğun dışsallaştırma problemleri ile ilişkili olduğunu gösteren çalışmaları annenin sağlıklı ruh halinde olmasının çocukların davranış problemlerinde etkili olduğunu destekler niteliktedir.

Araştırmanın sonucunda bilinçli farkındalık ve psikolojik sağlamlıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Bilinçli farkındalığın psikolojik iyi oluş (Brown ve Ryan, 2003; Hamarta vd., 2013), duygu düzenleme (Karacaoğlu ve Şahin, 2016), stresle başa çıkma (Brown ve Ryan, 2007; Ülev, 2014), yaşam doyumu (Schutte ve Malouff, 2011; Yıkılmaz ve Güdül, 2015) gibi birçok pozitif kavram ile ilişkili olmasından yola çıkılarak psikolojik sağlamlıkla da ilişkili olduğu düşünülmüştür. Alan yazında, bilinçli farkındalık ve psikolojik iyi oluşun pozitif yönde ilişkili olduğunu destekleyen farklı çalışmalar mevcuttur (Bowlin ve Baer, 2012). Ebeveynlikte bilinçli farkındalığın alt boyutu olan ebeveyn öz-yeterliliği ile psikolojik sağlamlığın aynı doğrultuda artıp azaldığını da Kurt ve Aslan (2020), Kim ve Lee (2014) ve Speight (2009) yaptıkları çalışmalarda ortaya koymuşlardır. Ebeveynlikte bilinçli farkındalığın alt boyutu olan ebeveyn öz-yeterliliğinin (Arslan, 2015) psikolojik sağlamlığın koruyucu faktörlerinden olması dolayısıyla ebeveynlikte bilinçli farkındalık ve psikolojik sağlamlık arasında anlamlı ilişkinin elde edilmesi alan yazını destekler niteliktedir. Duncan ve diğerleri (2009) ebeveynlikteki bilinçli farkındalığın anne çocuk ilişkisine yansımalarını incelediği çalışmada

annelerin iyi oluşlarına yönelik önemli bulgular elde etmiştir. Bilinçli farkındalığı yüksek olan annelerin psikolojik iyi oluşu daha yüksek bulunurken psikolojik rahatsızlıklara yönelik semptomların daha düşük düzeyde olduğu görülmüştür. Bu araştırmanın bulguları psikolojik iyi oluş ile yakından ilişkili olan psikolojik sağlamlığın ebeveynlikte bilinçli farkındalık ile de ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Ebeveynlikte bilinçli farkındalık, ebeveynliğin getirdiği rol ve sorumlulukları kabul etmeyi gerektirir. Annenin bu sorumluluğu üstlenirken kendisini yeterli hissetmesi ebeveynlik sürecinde karşılaşacağı zorluklarla mücadele etmesinde ve üstesinden gelmesinde yardımcı olmaktadır (Bandura, 1997). Anne çocuk ilişkisinde çocuk ile sürekli iç içe olmanın verdiği duygusal ve fiziksel yıpranmışlık annenin çocuğuna karşı olumlu tepkiler vermesini ya da içinde bulunduğu anın oluşturduğu olumsuz duygularından sıyrılıp çocuğuna odaklanmasını engelleyici bir unsur olabilir. Ancak çocuğa sağlıklı yaklaşımın önemi düşünüldüğünde, annenin zorlu durumlarla ve bu durumların sonucu olan zorlu duygularla baş edebilme gücü kritik role sahiptir. Araştırmanın sonucundan da yola çıkarak annenin karşılaştığı durumları tolere etme gücü arttıkça bilinçli farkındalıklı ebeveynlik becerilerini kullanma potansiyelinin de artacağı ve pozitif anne çocuk ilişkisi sağlanabileceği düşünülmektedir. Böylelikle, bilinçli farkındalıklı ebeveynlikte sorunlara değil sorunun kaynağına ve çözümüne odaklanmak mümkün olabilecektir (Atalay, 2021). Bu da mevcut sorunlarda annenin daha hızlı çözüm bulmasına ve daha uygun tepkiler vermesini kolaylaştıracaktır (Küçük, 2020). Diğer taraftan sonuçlardan elde edilen karşılıklı ilişki göz önünde bulundurulduğunda bilinçli farkındalığın temel prensiplerinden olan koşulsuz kabul, uyumu kolaylaştırıcı bir etken olurken anda olma ise kişinin psikolojik iyi oluşuna katkıda bulunmaktadır (Hamarta vd., 2013). Anın getirdiklerine odaklanmak ve kabul etmek duruma karşı daha çok esneklik, daha az tepkisellik sağlamaktadır (Kabat-Zinn, 2003).

Ebeveynlikte bilinçli farkındalık ülkemizde hala yeni bir kavram sayılır. Ebeveyn çocuk ilişkisindeki öneminin anlaşılmasıyla daha çok ele alınmaya başlansa da alan yazındaki kaynaklar sınırlıdır. Bu konunun ele alındığı farklı çalışmalarla alan yazına katkı sağlanabilir. Özellikle ebeveynlikte bilinçli farkındalığın alt boyutlarından biri olan “çocuk ile anda olmak” kavramı ile ilişkilendirilmiş çalışmaların yapılması faydalı olabilir. Diğer bir yönden çocuk ile ilişkisi göz önünde bulundurulduğunda araştırmanın çalışma grubunu oluşturan annelerin yanında babanın da çocuğun sosyal gelişimi üzerinde etkisi büyüktür (Ogelman ve Topaloğlu, 2014). Mevcut çalışmada yalnızca annelerin ebeveynlikteki bilinçli farkındalığı ve psikolojik sağlamlıkları ele alındığı için farklı çalışmalarda babaların ya da anne ve babaların birlikte değerlendirilmesi alan yazına katkı sağlayacaktır. Bu çalışmada annelerden kendi ebeveynliklerindeki bilinçli farkındalıklarını, psikolojik sağlamlıklarını ve çocuklarının sosyal yetkinlik ve davranışlarını değerlendirmeleri istenmiştir. Bunu yaparken katılımcıların tarafsız ve gerçekçi bir yaklaşımda oldukları kabul edilmiş olsa da kendi kendini değerlendirmelerin yapıldığı çalışmaların

sonuçlarında yanlılar olabilir. Ebeveynler özellikle çocuklarının davranışları konusunda iyimser olanı kendi davranışlarında da olanı değil de hedeflediklerini seçebilmektedir. Bu sebeple çocukların davranışlarının öğretmenleri tarafından değerlendirildiği araştırmaların yürütülmesi daha tarafsız değerlendirmeler sağlayabilir. Alan yazın incelendiğinde uluslararası çalışmalarda bilinçli farkındalık müdahalelerinin birçok pozitif kavramı geliştirilmek için kullanıldığı görülmüştür (Deniz vd., 2017). Türkiye’de ise ebeveynlikteki bilinçli farkındalığı konu alan çalışmalar kısıtlı olmakla birlikte genellikle nicel çalışmalardır. Bu bağlamda bilinçli farkındalığı artıracak programlar ile ebeveynlere ulaşılması ve bu programların etkililiğinin deneysel çalışmalarla sınanması önerilebilir. Araştırmanın sonuçları da ele alındığında annelerin bilinçli farkındalığı ile psikolojik sağlamlığı arasındaki pozitif ilişki göz önünde bulundurularak annelere yönelik psikolojik sağlamlığı artıracak programların gerçekleştirilmesinin dolaylı olarak çocukların sosyal yetkinliklerini artırmada ve davranış problemlerini azaltmada etkili olacağı düşünülmektedir. Ebeveynlere yönelik eğitimler çocukların duygusal ve davranışsal problemleri aşmasında etkilidir (Wyatt-Kaminski vd., 2008). Program edinimleriyle annelerin kullandığı ebeveynlik stratejilerini geliştirmeleri, olumsuz yöntemler yerine olumlu alternatifler üretebilmeleri, problemler karşısında tepkilerini kontrol etmeleri mümkündür. Olumlu ebeveyn tutumlarını artıran annenin çocuğunda davranış problemlerinin azalması, sosyal becerilerinin artması araştırma sonuçlarına göre beklenebilecek bir sonuçtur. Annenin ebeveynlikte bilinçli farkındalığını artırmayı hedef alan eğitim programları ile sosyal olarak yetkin çocukların yetiştirilmesine katkı sağlanırken davranış problemlerine yönelik de önleyici bir etki oluşturulması beklenmektedir.

KAYNAKÇA

- Akbaş, S. (2005). *Okul öncesi eğitime devam eden 6 yaş çocukların sosyal problem çözme becerilerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi] Hacettepe Üniversitesi.
- Akçınar, B., & Baydar, N. (2018). Erken çocuklukta anne davranışlarının dışsallaştırma davranış problemleri ile ilişkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(66), 454-470. <https://doi.org/10.17755/esosder.325593>
- Aksoy, V., & Diken, I. H. (2009). Annelerin ebeveynlik öz yeterlik algıları ile gelişimi risk altında olan bebeklerin gelişimleri arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalara bir bakış. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 10(01), 59-70. https://doi.org/10.1501/Ozlegt_0000000133
- Anthony, L. G., Anthony, B. J., Glanville, D. N., Naiman, D. Q., Waanders, C., & Shaffer, S. (2005). The relationship between parenting stress, parenting behaviour and preschoolers' social competence and behaviour problems in the classroom. *Infant and Child Development*, 14, 133-154. <https://doi.org/10.1002/icd.385>
- Aral, N., Gursoy, F., Bicakci, M. Y., & Korukcu, O. (2006). An investigation of the social behaviors of children who attend pre-school. *Research on Education*, 15-23, Harback, ATINER, Athens, Greece.
- Arıcı-Özcan, N., Yakut, A. N., & Islamoğlu, M. (2019). Annelerin annelerinden algıladıkları ret ile iyi oluşları arasındaki ilişkide ebeveyn bilinçli farkındalığının aracı rolü. *Kadem Kadın Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 237-261. <https://doi.org/10.21798/kadem.2020558049>
- Arslan, G. (2014). Ergenlerde psikolojik sağlamlık: Bireysel koruyucu faktörlerin rolü. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(44), 73-82.
- Arslan, G. (2015). Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin (YPSÖ) psikometrik özellikleri: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(2), 344-357. <https://doi.org/10.12984/eed.45159>
- Atalay, Z. (2021). *Mindfulness-bilinçli farkındalık: Farkındalıkla anda kalabilme sanatı*. İnkılap Yayınevi.
- Aydın, M., & Egemberdiyeva, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi. *Türkiye Eğitim Dergisi*, 3(1), 37-53.
- Aydın, A., & Ersoy-Özcan, B. (2021). Covid-19 pandemi sürecinde sağlık çalışanlarında belirsizliğe tahammülsüzlük, ruminatif düşünme biçimi ve psikolojik sağlamlık düzeyleri. *Cukurova Medical Journal*, 46(3), 1191-1200. <https://doi.org/10.17826/cumj.925771>
- Bahadır, E. (2009). *Sağlıkla ilgili fakültelerde eğitime başlayan öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi] Hacettepe Üniversitesi.
- Balat, G. U., Sezer, T., & Tunçeli, H. (2014). Okul öncesi eğitim kurumuna devam eden çocukların annelerinin öz yeterlilik ve öfke düzeylerinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29, 47-63.
- Balcı, Ş. (2022). *Annelerin evlilikte ve ebeveynlikte bilinçli farkındalık düzeyi ile okul öncesi dönem çocukların psikolojik sağlamlık düzeyleri ilişkisi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi] Gazi Üniversitesi.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman and Company.
- Becker, G. S., & Tomes, N., (1986). Human capital and the rise and fall of families. *Journal of Labor Economics*, 4, 1-39
- Bektaş, M., & Özben, Ş. (2016). Evli bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin bazı sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(1), 215-240. <https://doi.org/10.18026/cbusos.16929>

- Bilge, Y., & Sezgin, E. (2020). Anne ve çocuk duygu düzenleme arasındaki ilişkide annenin kişilik özelliklerinin ve bağlanma stillerinin aracı rolü. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 21(3), 310-318. doi: 10.5455/apd.65836
- Bowlin, S. L., & Baer, R. A. (2012). Relationships between mindfulness, self-control and psychological functioning. *Personality and Individual Differences Journal*, 52(3), 411-5. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.10.050>
- Boyraz, G. & Sayger, T.V. (2011). Psychological well-being among fathers of children with and without disabilities: The Role of family cohesion, adaptability and paternal self-efficacy. *American Journal of Men's Health*, 5(4), 286-296. <https://doi.org/10.1177/1557988310372538>
- Bögels, S. M., Helleman, J., van Deursen, S., Römer, M., & van der Meulen, R. (2014). Mindful parenting in mental health care: Effects on parental and child psychopathology, parental stress, parenting, coparenting and marital functioning. *Mindfulness*, 5(5), 536-551. <https://doi.org/10.1007/s12671-013-0209-7>
- Brown K.W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present, mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4), 822-848. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.4.822>
- Brown, K. M., Ryan, R. M. & Creswell, C. D. (2007). Mindfulness: Theoretical foundations and evidence for its salutary effects. *Psychological Inquiry*, 18(4), 211-237. <http://dx.doi.org/10.1080/10478400701598298>
- Çattık, M., & Aksoy, V. (2018). Gelişimsel yetersizliği olan çocukların ebeveynlerinin sosyal destek, öz yeterlik ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 43(195), 65-77. <http://dx.doi.org/10.15390/EB.2018.7246>
- Çorapçı, F., Aksan, N., Yalçın, D. A., & Yağmurlu, B. (2010). Okul öncesi dönemde duygusal, davranışsal ve sosyal uyum taraması: Sosyal Yetkinlik ve Davranış Değerlendirme-30 Ölçeği. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 17(2), 63-74.
- Çubukçu, A. (2019). 48-72 aylık çocukların prososyal davranışları ile annelerinin prososyal davranışları ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi] Uludağ Üniversitesi.
- Deniz, M. E., Erus, S. M., & Büyükcebeci, A. (2017). Bilinçli farkındalık ile psikolojik iyi oluş ilişkisinde duygusal zekanın aracılık rolü. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 7(47), 17-31.
- Deniz, S., Çimen, M., & Yüksel, O. (2020). Psikolojik sağlamlığın iş stresine etkisi: hastane çalışanlarına yönelik bir araştırma. *Sakarya Üniversitesi İşletme Bilimi Dergisi (JOBS)*, 8(2), 351-370. <https://doi.org/10.22139/jobs.741576>
- Derman, M. T., & Başal, H. A. (2013). Okul öncesi çocuklarında gözlenen davranış problemleri ile ailelerinin anne-baba tutumları arasındaki ilişki. *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1), 115-144.
- Duncan, L. G., Coatsworth, J. D., & Greenberg, M. T. (2009). A model of mindful parenting: implications for parent-child relationships and prevention research. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 12(3), 255-270.
- Duncan, L. G., Coatsworth, J. D., Gayles, J. G., Geier, M. H., & Greenberg, M. T. (2015). Can mindful parenting be observed? Relations between observational ratings of mother-youth interactions and mothers' self-report of mindful parenting. *Journal of Family Psychology*, 29(2), 276. <https://doi.org/10.1007/s10567-009-0046-3>

- Eke, K. (2018). *4-6 yaş sosyal davranış ölçeğinin geliştirilmesi ve çocukların sosyal davranışları ile ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi] Gazi Üniversitesi.
- Elder Jr, G. H., Eccles, J. S., Ardel, M. & Lord, S. (1995). Inner-city parents under economic pressure: perspectives on the strategies of parenting. *Journal of Marriage and the Family*, 57(3), 771-784. <https://doi.org/10.2307/353931>
- Ernas, Ş. (2017). *Özerklik ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi] İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Fox, N. A., & Calkins, S. D. (2003). The development of self-control of emotion: Intrinsic and extrinsic influences. *Motivation and emotion*, 27(1), 7-26. <https://doi.org/10.1023/A:1023622324898>
- Gambrel, L. E., & Piercy, F. P. (2015). Mindfulness-based relationship education for couples expecting their first child—Part 1: A randomized mixed-methods program evaluation. *Journal of marital and family therapy*, 41(1), 5-24. <https://doi.org/10.1111/jmft.12065>
- Geurtzen, N., Scholte, R. H., Engels, R. C., Tak, Y. R., & van Zundert, R. M. (2015). Association between mindful parenting and adolescents' internalizing problems: Non-judgmental acceptance of parenting as core element. *Journal of Child and Family Studies*, 24(4), 1117-1128. <http://dx.doi.org/10.1007/s10826-014-9920-9>
- Gözübüyük, A., & Özbey, S. (2020). Okul öncesi dönem çocuklarının motivasyon düzeyleri ile baba-çocuk ilişkisi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (Özel Sayı), 23-37. <https://doi.org/10.21733/ibad.763103>
- Günaydın, E. (2021). *12-17 yaş çocuğu olan annelerin ebeveynlikte bilinçli farkındalık düzeyi ve dijital ebeveynlik tutumu ile çocuklarında internet bağımlılığı arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi] Üsküdar Üniversitesi.
- Gür, Ç., Koçak, N., Demircan, A., Uslu, B. B., Şirin, N., & Şafak, M. (2015). Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 48-60 ay çocukların sosyal yetkinlik ve davranış değerlendirme durumlarının incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 40(180). <http://dx.doi.org/10.15390/EB.2015.4563>
- Ha, J-H., Hong, J., Seltzer, M. M., & Greenberg, J. S. (2008). Age and gender differences in the well-being of midlife and aging parents with children with mental health or developmental problems: Report of a national study. *Journal of Health and Social Behaviors*, 49(3), 301-316. <https://doi.org/10.1177/002214650804900305>
- Hamarta, E., Ozyesil, Z., Deniz, M., & Dilmac, B. (2013). The prediction level of mindfulness and locus of control on subjective well-being. *International Journal of Academic Research*, 5(52), 145-150. <http://dx.doi.org/10.7813/2075-4124.2013/5-2/B.22>
- Hastings, P. D., Nuselovici, J. N., Utendale, W. T., Coutya, J., McShane, K. E., & Sullivan, C. (2008). Applying the polyvagal theory to children's emotion regulation: Social context, socialization, and adjustment. *Biological psychology*, 79(3), 299-306. DOI: [10.1016/j.biopsycho.2008.07.005](https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2008.07.005)
- Işık, E. (2020). *Bilinçli farkındalık aile eğitim programının ebeveynlerin bilinçli farkındalıkları, yetkinlik alguları ve iletişim düzeyleri ile çocukların davranış sorunları üzerindeki etkisinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Doktora Tezi] Hacettepe Üniversitesi.
- Kaba, İ., & Keklik, İ. (2016). Öğrencilerin üniversiteye uyumlarında psikolojik dayanıklılık ve psikolojik belirtiler. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 98-113.

- Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: past, present, and future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(2), 144-156. <https://doi.org/10.1093/clipsy.bpg016>
- Kapıkıran, N. A., İvrendi, A. V., & Adak, A. (2006). Okul öncesi çocuklarında sosyal beceri: durum saptaması. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(19), 19-27.
- Karacaoğlan, B., & Şahin, N. H. (2016). Bilgece farkındalık ve duygu düzenleme becerisinin iş tatminine etkisi. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 8(4), 421-444.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Nobel Yayınları.
- Kaya, M. (1997). Ailede anne-baba tutumlarının çocuğun kişilik ve benlik gelişimindeki rolü. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 9(9), 193-204.
- Keskin, G., & Olcay, Ç. A. M. (2009). Bağlanma süreci: Ruh sağlığı açısından literatürün gözden geçirilmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 23(2), 145-158.
- Kim, D. J., & Lee, J. S. (2014). Influence of ego-resilience and self-efficacy on satisfaction in major of nursing student. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 20(2), 244-254. <https://doi.org/10.5977/jkasne.2014.20.2.244>
- Kimter, N. (2020). Covid-19 günlerinde bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, (Özel Sayı), 574-605. <https://doi.org/10.21733/ibad.805481>
- Kocaarslan, B. (2016). *Profesyonel müzik eğitiminde bilinçli farkındalık, öğrenme stratejileri ve öğrenme stilleri* [Yayımlanmamış Doktora Tezi] Marmara Üniversitesi.
- Kurt, Ş. H., & Aslan, D. (2020). Okul öncesi dönem çocuğu olan annelerin öz-yeterlik, psikolojik sağlamlık ve ebeveyn tutumlarının incelenmesi. *Kadem Kadın Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 211-240. <https://doi.org/10.21798/kadem.2021266729>
- Kuzucu, Y. (2011). Değişen babalık rolü ve çocuk gelişimine etkisi [The changing role of fathers and its impact on child development]. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(35), 79-89.
- Küçük, M. (2020). *Yetişkinlerin öz şefkat, bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluş özelliklerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi] İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- McCaffrey, S., Reitman, D., & Black, R. (2017). Mindfulness in parenting questionnaire (MIPQ): Development and validation of a measure of mindful parenting. *Mindfulness*, 8(1), 232-246. <https://doi.org/10.1007/s12671-016-0596-7>
- Ogelman, H. G., & Topaloğlu, Z. Ç. (2014). 4-5 yaş çocuklarının sosyal yetkinlik, saldırganlık, kaygı düzeyleri ile annesinin ebeveyn özyeterliliği algısı arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(1), 241-271. <https://doi.org/10.17240/aibuefd.2014.14.1-5000091511>
- Orçan, M., & Deniz, E. (2004). Anaokuluna devam eden altı yaş çocuklarının sosyal uyumlarının incelenmesi. Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi I. Uluslararası Okul Öncesi Eğitimi Kongresi kongre kitabı. 2, 310-321.
- Özbey, S. (2009). *Anaokulu ve anasınıflı davranış ölçeği'nin (PKBS-2) geçerlik güvenirlik çalışması ve destekleyici eğitim programının etkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özdemir, A. D. (2012). *Bazı değişkenler açısından okul öncesi dönemdeki çocukların sosyal becerilerinin ve ailelerinin ebeveynliğe yönelik tutumları* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi] Selçuk Üniversitesi.
- Özyürek, A., & Şahin, F. T. (2015). Anne-çocuk ilişkisinin ve baba tutumlarının çocukların ahlaki ve sosyal kural anlayışları üzerine etkisi. *Eğitim ve Bilim*, 40(177), 161-174. <http://dx.doi.org/10.15390/EB.2015.3672>

- Parent, J., Garai, E., Forehand, R., Roland, E., Potts, J., Haker, K., Champion, J. E., & Compas, B. E. (2010). Parent mindfulness and child outcome: the roles of parent depressive symptoms and parenting. *Mindfulness*, 1(4), 254-264. <https://doi.org/10.1007/s12671-010-0034-1>
- Pirpir, D. A., & Tatlı, S. (2015). Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden çocukların öğretmenleriyle olan ilişkilerinin sosyal beceri düzeylerine etkisinin incelenmesi. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 31, 429-441. <http://dx.doi.org/10.9761/JASSS2646>
- Polat, Ö., & Ayaz, C. Ö. (2021). Okul öncesi dönem çocuklarının liderlik becerilerinin yordayıcısı olarak ebeveynlerinin bilinçli farkındalık düzeyleri. *Uluslararası Karamanoğlu Mehmetbey Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 113-128. <https://doi.org/10.47770/ukmead.982016>
- Saitoğlu, R. (2020). *Okul öncesi çocukların sosyal becerileri ile problem davranışlar ve akran ilişkilerinin sosyo-demografik değişkenlere göre incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi] Çağ Üniversitesi.
- Sarı, E. (2007). *Anasınıfına devam eden 5-6 yaş grubu çocukların, annelerinin çocuk yetiştirme tutumlarının, çocuğun sosyal uyum ve becerilerine etkisi* [Yayımlanmamış Doktora Tezi] Gazi Üniversitesi.
- Schutte, N. S., & Malouff, J. M. (2011). Emotional intelligence mediates the relationship between mindfulness and subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 50(7), 1116-1119. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.01.037>
- Speight, N. P. (2009). *The relationship between self-efficacy, resilience and academic achievement among African-American urban adolescent students* [Doctoral Dissertation] Howard University.
- Spence, S. H., Rapee, R., McDonald, C., & Ingram, M. (2001). The structure of anxiety symptoms among preschoolers. *Behaviour Research and Therapy*, 39(11), 1293-1316. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(00\)00098-x](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(00)00098-x)
- Şentürk, S. (2007). *5-6 yaş çocukların çalışan ve çalışmayan annelerinin çocuk yetiştirme tutumları ile bu çocukların sosyal-duygusal uyum düzeylerinin karşılaştırılması* [Yayımlanmamış Doktora Tezi] Marmara Üniversitesi.
- Topaloğlu, Z. Ç. (2013). *4-5 Yaş çocuklarının sosyal yetkinlik, saldırganlık, kaygı düzeyleri ile anne-babalarının ebeveyn özyeterliği algısı arasındaki ilişkilerin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi] Pamukkale Üniversitesi.
- Townshend, K., Jordan, Z., Stephenson, M., & Tsey, K. (2016). The effectiveness of mindful parenting programs in promoting parents' and children's wellbeing: a systematic review. *JBI Database System Rev Implement Rep.*, 14(3), 139-180. <https://doi.org/10.11124/jbisrir-2016-2314>
- Tuncer, N. (2017). *Bir grup üniversite öğrencisinin belirlenen sosyal anksiyete düzeylerine göre bilinçli farkındalık ve yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi] Işık Üniversitesi.
- Tunçeli, H. İ., & Akman, B. (2014). Anaokullarına devam eden 6 yaş çocuklarının sosyal becerilerinin okul olgunluklarına etkilerinin incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3(4), 333-341.
- Türkoğlu, D. (2013). *Okul öncesi çocuğu olan babaların, babalık rollerini algılamaları ile eşlerinden gördükleri desteğin çocuklarının sosyal beceri düzeylerine etkisinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi] Gazi Üniversitesi.
- Uygun, N., & Kozikoğlu, İ. (2019). Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden çocukların sosyal yetkinlik davranışlarının incelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 20(1), 305-321. <https://doi.org/10.12984/egeefd.526276>

- Uzmen, F. S. (2001). *Okul öncesi eğitim kurumuna devam eden altı yaş çocuklarının prososyal davranışlarının resimli çocuk kitapları ile desteklenmesi* [Yayımlanmamış Doktora Tezi] Hacettepe Üniversitesi.
- Ülev, E. (2014). *Üniversite öğrencilerinde bilinçli farkındalık düzeyi ile stresle başa çıkma tarzının depresyon, kaygı ve stres belirtileriyle ilişkisi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi] Hacettepe Üniversitesi.
- Varıcıer, Ş. E. (2019). *Yetişkin psikolojik sağlamlığı üzerine bir inceleme: algılanan ebeveyn tutumu, kontrol odağı, algılanan sosyal destek ve stresle başa çıkma stilleri* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi] İbn Haldun Üniversitesi.
- Wyatt-Kaminski, J., Valle, L. A., Filene, J. H., & Boyle, C. L. (2008). A meta-analytic review of components associated with parent training program effectiveness. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 36(4), 567-589. <https://doi.org/10.1007/s10802-007-9201-9>
- Yaşar-Ekici, F. (2015). Okul öncesi eğitime devam eden çocukların sosyal becerileri ile aile özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*. 7(02), 223-259.
- Yıkılmaz, M., & GÜDÜL, M. D. (2015). Üniversite öğrencilerinde yaşamda anlam, bilinçli farkındalık, algılanan sosyoekonomik düzey ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(2), 297-315. <https://doi.org/10.12984/eed.09530>

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Early childhood years are a period in which the child shows great development in all areas (cognitive, physical, social, psychomotor and language). While children acquire new positive/negative behaviors, skills and attitudes, they also show significant social emotional development (Derman & Başal, 2013). Social competence skills that are started to be developed in childhood have a positive effect on the child's school success and establishing healthy relationships with his/her family and environment in the future (Fox & Calkins 2003). Inadequate social competence may lead to behavioral problems such as internalization and externalization problems (Spence et al., 2001). In this context, it is seen that social competence has a critical importance both in childhood and in later processes in order to exist in society. The relationship between parent and child is of critical importance in this period when the child is most dependent on his/her caregiver in terms of meeting his/her emotional and physiological needs. The mother, who is the person with whom the child shares the most experiences in early childhood, is at the center of the child's life (Akçınar & Baydar, 2018). It is possible to encounter difficult experiences as well as pleasant moments in parenting (Atalay, 2021). The psychological resilience of the mother, with whom the child spends relatively more time, in the face of these difficult experiences is an important factor for her to approach the events constructively (Kurt & Aslan, 2020).

The relationship between parent and child is of critical importance in this period when the child is most dependent on his/her caregiver in terms of meeting his/her emotional and physiological needs. The mother, who is the person with whom the child shares the most experiences in early childhood, is at the center of the child's life (Akçınar & Baydar, 2018). It is possible to encounter difficult experiences as well as pleasant moments in parenting (Atalay, 2021). The psychological resilience of the mother, with whom the child spends relatively more time, is an important factor in the child's constructive approach to these difficult experiences (Kurt & Aslan, 2020). In this context, it is thought that the mother's psychological resilience infrastructure and her ability to approach her child with this attitude and skill will contribute to the child in both behavioral and emotional dimensions. In this direction, it is thought that revealing the relationship between the mother's mindfulness and psychological resilience and the child's social competence will contribute to the studies and practices in the field.

Method

In this study, which was conducted to reveal whether mothers' psychological resilience and mindfulness in parenting predict their children's social competence and behaviors, the relational screening model, one of the quantitative research methods, was used.

The study group of the research consists of 324 mothers with children between the ages of 3-6. As data collection tools, "Personal Information Form" was used for the demographic information of the mothers, "Social Competence and Behaviour Evaluation Scale" was used to evaluate the social competence of the children, "The Mindfulness in Parenting Questionnaire" was used to evaluate the parental mindfulness of the mothers and "Psychological Resilience Scale" was used to evaluate their psychological resilience.

Results

According to the findings obtained, it was observed that the social competencies and behaviours of the children differed significantly according to the working status of the mothers, income level, parenting attitude of the mothers' own parents, the number of children, and education level. As another result of the study, it was found that there is a significant relationship between the social competencies of children and mothers' mindfulness and psychological resilience in parenting. In addition, it was determined that the mindfulness of the parents predicted the social competencies of their children. Finally, it was determined that there was a statistically significant relationship between children's anger/aggression behaviours and mothers' mindfulness in parenting and psychological resilience.

Discussion & Conclusion

Mindfulness in parenting is still a new concept in Turkey. Although it has started to be addressed more with the understanding of its importance in parent-child relationship, the resources in the literature are limited. Different studies addressing this issue can contribute to the literature. In particular, it may be useful to conduct studies associated with the concept of "being present with the child", which is one of the sub-dimensions of mindfulness in parenting. On the other hand, considering the relationship with the child, fathers as well as mothers, who constitute the study group of the research, have a great impact on the social development of the child (Ogelman & Topaloğlu, 2014).

Since only mothers' mindfulness and psychological resilience in parenting were addressed in the current study, evaluating fathers or mothers and fathers together in different studies will contribute to the literature. In this study, mothers were asked to evaluate their own mindfulness in parenting, their psychological resilience, and their children's social competence and behaviors. Although it was accepted that the participants had an unbiased and realistic approach in doing so, the results of studies in which self-evaluations are made may be inaccurate. Parents, especially those who are optimistic about their children's behaviors, may choose what they aim for rather than what they are optimistic about in their own behaviors. For this reason, conducting studies in which children's behaviors are evaluated by their teachers may provide more objective

evaluations. In Turkey, studies on mindfulness in parenting are limited in number and are generally quantitative studies. In this context, it may be recommended to reach parents with programs that will increase mindfulness and to test the effectiveness of these programs with experimental studies.

Considering the positive relationship between mothers' mindfulness and psychological resilience, it is thought that implementing programs to increase psychological resilience for mothers will indirectly be effective in increasing children's social competencies and reducing behavioral problems. Trainings for parents are effective in helping children overcome emotional and behavioral problems (Wyatt-Kaminski et al., 2008). Through program acquisitions, it is possible for mothers to improve the parenting strategies they use, to produce positive alternatives instead of negative methods, and to control their reactions to problems. According to the results of the research, it can be expected that mothers who increase their positive parental attitudes will decrease behavioral problems in their children and increase their social skills. Training programs that aim to increase the conscious awareness of the mother in parenting are expected to contribute to the upbringing of socially competent children and to have a preventive effect on behavioral problems.