

BİRLİKTE EBEVEYNLİĞE GEÇİŞ PROGRAMI'NIN EBEVEYNLERİN BİRLİKTE EBEVEYNLIK İLİŞKİSİ, ROMANTİK İLİŞKİ KALİTESİ, DEPRESYON VE KAYGI DÜZEYLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Yalçın ÖZDEMİR¹
Ayşe Gül SEYHAN²
Mehmet ŞAKİROĞLU³
Ali Serdar SAĞKAL⁴
Gökhan AKSU⁵
Aylin YILMAZ HİĞDE⁶

Öz

Bu çalışmada, Birlikte Ebeveynliğe Geçiş Programı'nın (BEGEP) evli, bir arada yaşayan ve ilk bebeklerini bekleyen çiftlerin birlikte ebeveynlik ilişkileri üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırmada, deneysel desen kullanılmış, deney ve kontrol gruplarından öntest, sontest ve izleme ölçümleri alınmıştır. Araştırma, Türkiye'nin batısında bir ilin merkez ilçesinde yaşayan toplam 35 çiftin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların yaş ve evlilik süresi (yıl) ortalamaları sırasıyla 30.19 ve 2.62'dir. BEGEP, ebeveynlik dönemindeki çiftlerin birlikte ebeveynlik ilişkisini kurmalarını ve geliştirmelerini amaçlayan kanıt temelli bir müdahale programı olarak geliştirilmiş ve toplam 5 oturumdan oluşmuştur. Verilerin analizi için Tekrarlayan Ölçümler için ANOVA testi kullanılmıştır. Araştırma bulguları, BEGEP'in çiftlerin birlikte ebeveynlik düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisi olduğunu göstermiştir. Bununla birlikte, BEGEP'in katılımcıların romantik ilişki kalitesi, depresyon ve kaygı düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı belirlenmiştir. Sonuç olarak, BEGEP'in etkililiği deneysel yöntemle sınanmış ve çiftlerin birlikte ebeveynliği üzerinde olumlu bir etkisi olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda, Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığının, Sağlık Bakanlığının ve belediyelerin bünyelerinde aile eğitimi alanında çalışan uzmanlara, BEGEP'in uygulamasını yapması ve birlikte ebeveynlik kavramının tanıtılması ve yaygınlaştırılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Birlikte ebeveynlik, birlikte ebeveynliğe geçiş programı, romantik ilişki kalitesi, depresyon, kaygı.

*Bu araştırma 118K047 numaralı TÜBİTAK projesi kapsamında gerçekleştirilmiştir.

¹ Prof. Dr., Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, E-posta: yalcin.ozdemir@adu.edu.tr, ORCID: 0000-0003-2698-0900

² Doktora Öğrencisi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, E-posta: ayseegulseyhan@gmail.com, ORCID: 0000-0003-3111-9285

³ Doç. Dr., Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, E-posta: mehmet.sakiroglu@adu.edu.tr, ORCID: 0000-0001-8990-621X

⁴ Doç. Dr., Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, E-posta: aliserdarsagkal@gmail.com, ORCID: 0000-0002-2597-8115

⁵ Doç. Dr., Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Ölçme ve Değerlendirme Anabilim Dalı, E-posta: gokhanaksu@adu.edu.tr, ORCID: 0000-0003-2563-6112

⁶ Dr., Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, E-posta: aylinhigde@gmail.com, ORCID: 0000-0001-9220-6847

ÖZDEMİR, Y., SEYHAN, G. A., ŞAKİROĞLU, M., SAĞKAL, A. S., AKSU, G., HİĞDE, A. Y. (2024). Birlikte Ebeveynliğe Geçiş Programı'nın Ebeveynlerin Birlikte Ebeveynlik İlişkisi, Romantik İlişki Kalitesi, Depresyon ve Kaygı Düzeyleri Üzerindeki Etkisi. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 24(65), 663-697. DOI:10.21560/spcd.vi. 1458891

THE EFFECTS OF TRANSITION TO COPARENTING PROGRAM ON PARENT'S COPARENTING RELATIONSHIP, ROMANTIC RELATIONSHIP QUALITY, ANXIETY AND DEPRESSION LEVELS

Abstract

In this study, the effect of the Transition to Coparenting Program (BEGEP) on the coparenting relationships of married, cohabiting couples who were expecting their first baby was examined. In the study, experimental design was used, and pretest, posttest and follow-up measurements were taken from the control and experimental groups. The study was conducted with the participation of 35 couples living in the central district of a province in western Türkiye. The mean age and duration of marriage (years) of the participants were 30.19 and 2.62, respectively. BEGEP was developed as an evidence-based intervention program aiming to help coparenting couples establish and improve their coparenting relationship and consisted of a total of 5 modules. Repeated Measures ANOVA test was used to analyze the data. The results of the study showed that the intervention program had a significant effect on the coparenting levels of the couples. On the other hand, it was determined that the BEGEP did not have a significant effect on the participants' romantic relationship quality, depression and anxiety levels. In conclusion, the efficacy of the BEGEP was tested empirically and it was found to have a positive effect on couples' coparenting. In this regard, it is recommended that experts working in the field of family education within the Ministry of Family and Social Services, the Ministry of Health, and municipalities implement BEGEP and introduce and disseminate the concept of coparenting.

Key Words: *Coparenting, transition to coparenting program, romantic relationship quality, depression, anxiety.*

GİRİŞ

Birlikte ebeveynlik, günümüzde aile dinamiklerini anlamak ve çocukların sağlıklı gelişimini desteklemek için giderek daha fazla önem kazanan bir kavram haline gelmiştir. Bu kavram, anne babaların ve/veya çocuğun bakımından sorumlu yetişkinlerin ebeveynlik rollerini paylaşması, aileye liderlik yapma sorumluluğunu ortaklaşa yürütmeleri ve ebeveynlik rollerinde birbirlerini desteklemeleri olarak tanımlanan çok boyutlu bir yapıdan oluşmaktadır. (McHale ve Lindahl, 2011). Birlikte ebeveynlik ile ilgili yapılan ilk çalışmalar daha çok boşanmış ebeveynlerin birlikte ebeveynliği konusunda yürütüldüğü; 1990'lı yıllardan sonra ise çalışmaların çekirdek aileler, büyükanne ve büyükbabaların çocuğun yetiştirilme sürecine dahil olduğu aileler gibi farklı aile yapılarında da birlikte ebeveynlik ilişkisine odaklanıldığı görülmektedir (Choi ve diğerleri, 2019; Farr ve Patterson, 2013; Markham ve Coleman, 2012; Salman-Engin ve diğerleri, 2018).

Birlikte ebeveynliğin kuramsal temelleri Bronfenbrenner'in ekolojik sistem kuramına ve Minuchin'in yapısal aile sistemleri kuramlarına dayanmaktadır (Özdemir ve Sağkal, 2020). Ekolojik sistemler kuramı, çocuğun gelişimini anlamak için çevrenin etkisini farklı düzeylerde ele almaktadır (Bronfenbrenner, 1979). Bu sistem içerisinde bulunan ikinci düzey etkileşimlerde anne babanın kendi aralarındaki etkileşimi de mevcuttur. Ekolojik sistem kuramı çocuğun gelişimini anlamak ve desteklemek için bu etkileşimlerin anlaşılmasının önemini vurgulamaktadır (Bronfenbrenner, 1979). Aile sistemleri kuramına göre ise çekirdek aile, ailedeki ikili etkileşimleri içeren küçük alt sistemlerin daha büyük bir sistem oluşturması olarak tanımlanmaktadır (Minuchin, 1974). Bu kuram, aile içindeki etkileşimlerin hem ailenin dinamiğini hem de her bir ferdini doğrudan etkilediğini belirtmektedir. Birlikte ebeveynlik ilişkisi de Minuchin'in kuramında ifade edilen anne-baba alt sisteminde kurulan ilişkiyi ifade etmektedir (McHale, 2007). Feinberg (2003) tarafından yukarıda belirtilen kuramsal temellere dayandırılarak ebeveyn özellikleri, evlilik ilişkisi, çocuğun özellikleri ve çocuğun uyumunun, birlikte ebeveynliği etkileyen faktörler olarak tanımlandığı sistemik bir ekolojik model geliştirilmiştir.

Feinberg'in (2003) modeline göre, birlikte ebeveynlik dört boyuttan oluşmaktadır. Birinci boyut, ebeveynlik anlaşmasıdır ve eşlerin çocuk

yetiştirme konusunda ortak fikirlerinin olmasını kapsamaktadır. Çocuğun yetiştirilme süreçlerinde ortak bir karara varılamadığı durumlarda ise birlikte ebeveynlik çatışması görülme olasılığı artmaktadır (Don ve diğerleri, 2013). İkinci boyut olan birlikte ebeveynlik desteği, eşlerin birbirilerinin ebeveynliklerini onaylamalarını ve takdir etmelerini içermektedir (Schoppe-Sullivan ve diğerleri, 2016). Ebeveynlik desteğinin olmadığı, eşlerin birbirlerini yıkıcı bir şekilde eleştirdiği ya da suçladığı durumlar ise birlikte ebeveynliğin küçümsenmesi olarak kavramsallaştırılmaktadır (Merrifield ve Gamble, 2013). Üçüncü boyut olan iş bölümü, eşlerin çocuk yetiştirmeyle ilgili sorumlulukları algılamaları ve bu bağlamda sorumluluk paylaşımı yapmalarını içermektedir (Van Egeren ve Hawkins, 2004). Son boyut ise aile dinamiklerinin ortak yönetimidir. Bu boyut, aile kurallarının belirlenmesinde, çocukla ilgili kararların alınmasında ebeveynlerin ortak roller üstlenmesini içermektedir (Petren ve Puhlman, 2021). Feinberg (2003) tarafından, birlikte ebeveynliğin kapsamı tanımlanırken birlikte ebeveynlik ilişkisinin eşlerin romantik, duygusal ve cinsel ilişkisi, finansal durumu ve yasal süreçler gibi çocuk yetiştirme ile doğrudan ilgisi olmayan yönleri içermediği öne sürülmüştür.

Birlikte ebeveynliğin bir kavram olarak ortaya çıkmasındaki en temel etken ebeveynliğin ortaklaşa yürütüldüğü bir sistemin çocuğun gelişimi üzerindeki etkisinin anlaşılmasıdır. Bu bağlamda alanyazındaki ampirik araştırmalarda (Kopystynska ve diğerleri, 2020; McHale ve diğerleri, 2023; Schoppe-Sullivan ve diğerleri, 2023; Warmuth ve diğerleri, 2020), olumlu birlikte ebeveynlik ilişkisi ile çocuğun uyumu arasında pozitif yönde; olumsuz birlikte ebeveynlik ilişkisi ile çocuğun uyumu arasında ise negatif yönde ilişkiler olduğuna dair bulgulara ulaşılmıştır. Öte yandan, eşler arasındaki etkili bir birlikte ebeveynlik ilişkisi, çocuğun yetiştirilmesiyle ilgili eşler arasındaki anlaşmayı, iş birliğini ve karşılıklı desteği içermektedir (McHale ve Fivaz-Depeursinge, 2010). Babanın çocuğun yetiştirilme süreçlerindeki aktif katılımı, çocuğun sağlıklı gelişimi için önemlidir (Uludağlı, 2017). Fagan ve Palkovitz'in (2011) çalışmasında, birlikte ebeveynlik desteğinin baba katılımını arttırdığı belirtilmiştir. Bu bağlamda ise birlikte ebeveynlik ilişkisi, görev ve sorumlulukların paylaşılmasıyla daha eşitlikçi bir yaklaşım sunmaktadır (Ranta ve diğerleri, 2022).

Ebeveyn olmak, bireyin hayatındaki en büyük ve köklü değişimlerden biridir. Bebeğin dünyaya gelmesi anne ve babalar için farklı duyguları, görev ve sorumlulukları da beraberinde getirir. Ebeveynlerin yaşadığı değişim süreci, “ebeveynliğe geçiş dönemi” olarak adlandırılmaktadır (Cowan ve Cowan, 2003). Dönemin ne zaman başladığı veya bittiği konusunda farklı görüşler olsa da genellikle ilk kez anne veya baba olan bireyler için gebelikle başlayıp doğumdan birkaç ay sonra sona erdiği kabul edilmektedir (Adamsons, 2013). Ebeveyn olmak, birçok toplumda mutlulukla karşılanan ve kutlanan bir olay olmasının yanı sıra, ebeveynliğe geçiş dönemi potansiyel stres faktörleriyle karakterize olduğu görülmektedir (Çelik ve Atasever, 2020; Parfitt ve Ayers, 2014). Bu stres faktörleri, doğum öncesi ve doğum sonrası olarak iki ana grupta incelendiğinde, doğum öncesi stres faktörleri arasında anne adayının bedenindeki ve hormonlarındaki değişikliklere uyum sağlaması, bebekle ilgili hazırlıkların yapılması, aile bütçesinin çocuğun ihtiyaçlarına göre yeniden planlanması gibi aile dinamiği içerisinde yeniden düzenleme ve uyum sağlamayı gerektiren süreçler yer almaktadır (Feinberg, 2002; Deave ve diğerleri, 2008). Doğum sonrası dönem ise, eşlerin birbirlerine ve kendilerine zaman ayıramaması, bebek bakımıyla ilgili sorumluluklar, ev işlerinde yeniden düzenleme, uykusuzluk, iş-yaşam dengesinin yeniden düzenlenmesi, romantik ilişkilerinden alınan doyumun azalması gibi yine ebeveynlerin uyum sağlaması, yeni düzenlemeler yapması gereken değişimleri içermektedir (Leonhardt ve diğerleri, 2022; Spiteri ve diğerleri, 2023; Trillingsgaard ve diğerleri, 2014). Sonuç olarak hem doğum öncesi hem de doğum sonrası dönemde ebeveynler için zorlayıcı ve stres faktörü olarak nitelendirilen yaşam olayları görülmektedir.

Sağlıklı bir birlikte ebeveynlik ilişkisi, ebeveynler için ebeveynliğe geçiş döneminde koruyucu bir faktördür (Durtschi ve diğerleri, 2017). Feinberg ve diğerlerinin (2016) doğum öncesi dönemde birlikte ebeveynlik odaklı müdahale programının ebeveynlerin ruh sağlığına etkisini araştırdıkları çalışmasında, müdahale programının ebeveynlerin depresyon ve kaygı düzeylerini azalttığı sonucuna ulaşılmıştır. Birlikte ebeveynliğin boyutlarından olan ebeveynlik desteğinin sağlanması ebeveynler için bu dönemin daha sağlıklı geçmesine katkı sağlamaktadır (Schoppe-Sullivan ve diğerleri, 2016). Ayrıca, birlikte ebeveynlik anlaşması, çiftlerin çocuklarıyla ilgili ortak hedeflere sahip

olmalarını ve etkili iletişim yoluyla empatik bir yaklaşım sergilemelerini teşvik eder (Don ve diğerleri, 2013). Ebeveynliğe geçiş dönemi, evlilik ilişkisinden alınan doyumun azalmasıyla karakterize olmuş bir dönemdir (Parfitt ve Ayers, 2014). Aynı zamanda evlilik çatışmalarının artabileceği bir zaman dilimidir (Parfitt ve Ayers, 2014). Durtschi ve diğerlerinin (2017) çalışmasında, destekleyici birlikte ebeveynliğin eşlerde evlilik ilişkisi kalitesini önemli ölçüde yordadığı belirtilmiştir. Başka bir açıdan ise birlikte ebeveynlik anlaşmasının güçlü olması eşler arasındaki çatışmaların yapıcı bir şekilde çözülmesini sağlayarak evlilik ilişkisini de olumlu etkilemektedir (Özdemir ve Sağkal, 2020). Ebeveynliğe geçiş sürecinde, ebeveynler yeni roller ve sorumluluklar üstlenmektedir. Birlikte ebeveynlik ilişkisi çiftlerde iş bölümünün adaletli bir şekilde yapılmasını sağlayarak, ebeveynlerin ruhsal ve fiziksel sağlığını olumlu etkilemektedir (Bai ve diğerleri, 2022). Bu nedenlerle, etkili birlikte ebeveynlik ilişkisinin ebeveynlerin ruh sağlığına ve çiftlerin evlilik ilişkisine olumlu katkılar sunarak, her geçiş dönemi gibi zorlu ve stres faktörleri barındıran ebeveynliğe geçiş döneminde, koruyucu bir faktör olduğu görülmektedir.

Ebeveynliğe geçiş döneminin başlangıcı olan doğum öncesi döneme bakıldığında, ebeveyn adaylarında zihinsel olarak bireysel ebeveynlik uygulamaları ve çocuk yetiştirme süreçleri şekillenmeye başlamaktadır (Altenburger ve diğerleri, 2014). Bu nedenle, çiftler arasında çocuğun bakımıyla ilgili rol ve sorumlulukların paylaşımı hakkında fikirler ortaya atılmaya ve uzlaşma arayışı içine girilmeye başlanmaktadır (Dew ve Wilcox, 2011). Anne baba adayları arasında da birlikte ebeveynlik ilişkisinin temelleri bu dönemde atılmaktadır (Feinberg, 2002; Altenburger ve diğerleri, 2014). Doğum öncesi beklentilerin ve deneyimlerin ebeveynlik kalitesini etkilediğini gösteren çalışma bulguları, doğum öncesi dönemde birlikte ebeveynlik müdahale programlarının önemini vurgulamaktadır (Feinberg ve Kan, 2008; Feinberg ve diğerleri, 2016). Feinberg (2002) tarafından da birlikte ebeveynlik becerilerinin geliştirilmesi ve güçlendirilmesi için en uygun zamanın doğum öncesi dönemde olduğu belirtilmiştir.

Uluslararası alanyazına bakıldığında, doğum öncesi ve/veya doğum sonrası dönemleri içeren çeşitli birlikte ebeveynlik müdahale programları olduğu görülmektedir (Eira Nunes, 2021; Feinberg ve Kan, 2008; Le ve diğerleri, 2022;

Tomfohr-Madsen ve diğeri, 2020). Bu programların incelendiği deneysel çalışmalarda, müdahale programlarının çiftlerin birlikte ebeveynlik ilişkisi geliştirmelerinde etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Eira Nunes, 2021; Feinberg ve Kan, 2008; Le ve diğeri, 2022; Tomfohr-Madsen ve diğeri, 2020). Ancak ulusal alanyazın incelendiğinde, kanıt temelli birlikte ebeveynlik müdahale programlarının geliştirilmediği, etkililik çalışmaları yapılmadığı görölmektedir. Bu bağlamda, Birlikte Ebeveynliğe Geçiş Programı (BEGEP), Türkiye'ye özgü ve Türk kültürüne uygun olarak geliştirilmiş, ilk erken müdahale programı olma niteliği taşımaktadır. Programın odak noktası, ebeveynlerin birlikte ebeveynlik davranışlarını koordine etme, birbirlerini destekleme yolları ve çocuk yetiştirme konusundaki çatışmayı yönetme yollarını güçlendirmektir. Program, anne babaların genel olarak ebeveynlik deneyimleriyle ilgili bilgi vererek, iletişim becerilerini geliştirerek ve eşlerin birbirlerine yönelik beklentilerini tartışmaya açarak, geçiş sürecinin zorluklarını en aza indirmeyi ve birlikte ebeveynlik desteğini artırmayı hedeflemektedir. Mevcut çalışmada ise hazırlanan ve uygulanan programın ilk çocuklarını bekleyen çiftlerin birlikte ebeveynlik ilişkisi, romantik ilişki kalitesi, depresyon ve kaygı düzeyleri üzerindeki etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çiftler öntest puanlarına göre eşleştirilip, eşleşen çiftler gruplara rastgele atanmıştır. Bu sebeple, gruplar arasında öntest uygulamasından elde edilen puanlar karşılaştırılmamıştır. Formun ÜstüBu bilgiler ışığında araştırmanın alt problemleri şunlardır:

- Deney grubu katılımcılarının birlikte ebeveynlik öntest ve sontest puanları arasında anlamlı fark var mıdır?
- Deney ve kontrol grubu katılımcılarının birlikte ebeveynlik son test puanları arasında anlamlı fark var mıdır?
- Deney grubu katılımcılarının romantik ilişki kalitesi öntest ve sontest puanları arasında anlamlı fark var mıdır?
- Deney ve kontrol grubu katılımcılarının romantik ilişki kalitesi sontest puanları arasında anlamlı fark var mıdır?
- Deney grubu katılımcılarının depresyon düzeyi ön test ve son test puanları arasında anlamlı fark var mıdır?

- Deney ve kontrol grubu katılımcılarının depresyon düzeyi son test puanları arasında anlamlı fark var mıdır?
- Deney grubu katılımcılarının kaygı düzeyi öntest ve son test puanları arasında anlamlı fark var mıdır?
- Deney ve kontrol grubu katılımcılarının kaygı düzeyi son test puanları arasında anlamlı fark var mıdır?

YÖNTEM

Araştırmanın deseni

Bu çalışmada, araştırma ekibi tarafından geliştirilen Birlikte Ebeveynliğe Geçiş Programı'nın (BEGEP) etkililiği deneysel olarak sınanmıştır. Bu amaç doğrultusunda, öntest-son test-kontrol gruplu gerçek deneysel desende yürütülmüştür. Öntest-son test-izleme ve kontrol gruplu desenler, iç güvenilirliği sağlamak için kullanılan en etkili desenlerden biri olarak kabul edilmektedir (Büyüköztürk, 2001). Gerçek deneysel desenler ise katılımcıların deney ve kontrol gruplarına yansız atandığı çalışmaları temsil etmektedir (Gribbons ve Herman, 2019). Çalışmada kullanılan 2x3'lük karışık (split-plot) desenin birinci faktörü bağımsız işlem gruplarını (deney ve kontrol); ikinci faktörü ise bağımlı değişkenlere ilişkin tekrarlı ölçümleri (öntest-son test-izleme) ifade etmektedir. Çalışmaya kontrol grubunun dahil edilmesinin amacı deneysel işlemin etkililiğinin gruplar arası karşılaştırma ile de sınanması ve bu bağlamda iç geçerliliğin sağlanmasıdır. Çalışmanın bağımlı değişkenleri evli ve bir arada yaşayan, ilk bebeklerini bekleyen çiftlerin birlikte ebeveynlik, romantik ilişki kaliteleri, depresyon ve kaygı düzeyleridir. Çalışmanın bağımsız değişkeni ise Birlikte Ebeveynliğe Geçiş Programı'dır. Araştırmada kullanılan desen Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Araştırma Deseni

Öntest	Gruplar	İşlem	Sontest	İzleme
BEÖ-DÖV* KSE** ARİKÖ***	Deney	BEGEP (5 oturum)	BEÖ-DÖV* KSE** ARİKÖ***	BEÖ**** KSE** ARİKÖ***
	Kontrol	-	BEÖ-DÖV* KSE** ARİKÖ***	BEÖ**** KSE** ARİKÖ***

*BEÖ-DÖV: Birlikte Ebeveynlik Ölçeği-Doğum Öncesi Versiyonu

**KSE: Kısa Semptom Envanteri

***ARİKÖ: Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği

****BEÖ: Birlikte Ebeveynlik Ölçeği

Çalışma grubu

Çalışma Türkiye'nin batısında bulunan bir ilde gerçekleştirilmiştir ($N = 40$ çift, 80 katılımcı). Araştırmada katılımcıları dahil etmede izlenen ölçütler şunlardır: (i) Çiftlerin evli ve bir arada yaşıyor olmaları, (ii) ilk bebeklerini bekliyor olmaları, (iii) anne adayının gebeliğinin 12. ile 30. hafta arasında olması. Ölçütler çerçevesinde eğitime gönüllü olarak katılmak isteyen çiftlerden bir katılımcı havuzu oluşturulmuştur. Katılımcı havuzundaki çiftlere öntest uygulanmıştır. Çiftlerden, öntest puanları açısından birbirine yakın puanlara sahip olanlar ikiye bölünmüş ve eşleştirilmiştir. Daha sonra eşleştirilmiş puanlara sahip çiftlerden birisi deney grubuna; diğeri kontrol grubuna olacak şekilde rastgele atanmıştır. Deney ve kontrol gruplarında yer alan katılımcılara yönelik sosyo-demografik veriler Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Katılımcılara İlişkin Sosyo-Demografik Veriler

		Deney Grubu (n=30)		Kontrol Grubu (n= 40)	
		f	%	f	%
Çalışma durumu					
Kadın	Çalışıyor	10	65	12	60
	Çalışmıyor	5	35	8	40
Erkek	Çalışıyor	15	100	20	100
	Çalışmıyor	-	-	-	-
Öğrenim durumu					
Kadın	İlkokul	-	-	-	-
	Ortaokul	-	-	-	-
	Lise	1	6.7	2	10
	Yüksekokul	3	20	1	5
	Lisans	8	53.3	14	70
	Lisansüstü	3	20	3	15
	Erkek	İlkokul	-	-	1
Erkek	Ortaokul	1	6.7	1	5
	Lise	-	-	-	-
	Yüksekokul	2	13.3	4	20
	Lisans	7	46.7	13	65
	Lisansüstü	5	33.3	1	5

Araştırmada, 15 çift deney grubunda, 20 çift ise kontrol grubunda yer almıştır. Deney grubuna bakıldığında kadınların yaş ortalamasının 29.33 (ss = 3.24); erkeklerin yaş ortalamasının 32.60 (ss = 4.01) olduğu görülmektedir. Kontrol grubuna bakıldığında ise kadınların yaş ortalamasının 28.90 (ss = 4.14); erkeklerin yaş ortalamasının 31.75 (ss = 5.11) olduğu görülmektedir. Evlilik süresi deney grubunda ortalama 2.60 (ss = 1.50), kontrol grubunda ise ortalama 2.55 (ss = 1.32) olduğu görülmektedir. Anne adaylarının gebelik hafta ortalaması deney grubunda 25.80 (ss = 6.24), kontrol grubunda ise 22.10'dur (ss = 8.76). Tablo 2'de görüldüğü gibi her iki gruptaki katılımcıların çoğunluğu bir işte çalıştığını belirtmiştir.

Ölçme araçları

Demografik Bilgi Formu (DBF). Bu çalışmada, katılımcı grubun demografik özelliklerini belirlemek için araştırma ekibi tarafından Demografik Bilgi Formu (DBF) geliştirilmiştir. Bu form, yaş, cinsiyet, iş durumu, eğitim seviyesi, evlilik süresini, anne adayının gebelik haftasını içermektedir.

Birlikte Ebeveynlik Ölçeği (BEÖ). Bu çalışmada, katılımcı çiftlerin doğum sonrası birlikte ebeveynlik deneyimlerini değerlendirmek amacıyla Birlikte Ebeveynlik Ölçeği (BEÖ) kullanılmıştır. Ölçek, Özdemir ve diğerleri (2021) tarafından geliştirilmiştir ve 0-18 yaş arası çocukları bulunan evli ve bir arada yaşayan çiftlerin birlikte ebeveynlik uyumlarını ölçmek amacıyla tasarlanmıştır. BEÖ, 46 maddeden oluşmakta ve 4'lü Likert tipindedir (1= Bize hiç uygun değil; 4= Bize tamamen uygun). Ölçek altı alt boyuttan oluşmaktadır. Birlikte ebeveynlik desteği alt boyutunda faktör yüklerinin .54 ile .80, birlikte ebeveynliğin küçümsenmesi alt boyutunda .58 ile .79, birlikte ebeveynlik iş bölümü alt boyutunda .71 ile .78, aile ilişkilerinin ortak yönetimi alt boyutunda .57 ile .77, birlikte ebeveynlik çatışması alt boyutunda .57 ile .72 ve birlikte ebeveynlik anlaşması alt boyutunda .56 ile .78 arasında olduğu belirtilmiştir. Ortak varyans katsayılarının .45 ile .83 arasında değiştiği ifade edilmiştir (Özdemir ve diğerleri, 2021). BEÖ için yapılan geçerlik analizlerinde $\chi^2(981) = 3266.875, p < .001, \chi^2/sd = 3.33, CFI = .91, TLI = .91, RMSEA = .06$ CI [.06, .06] değerleri elde edilmiştir. Bu değerler altı faktörlü olan hipotez modelin veri seti ile uyumlu olduğunu göstermektedir. Güvenirlik analizlerinde ise alt boyutlar için Cronbach Alfa katsayıları .87 ile .95 arasında, toplam puan için ise .97 olarak rapor edilmiştir (Özdemir ve diğerleri, 2021). Bu çalışmada elde edilen verilerin güvenirlik analizinde Cronbach Alfa katsayılarının .81 ile .85 arasında, toplam puan için ise .83 olduğu bulunmuştur.

Birlikte Ebeveynlik Ölçeği-Doğum Öncesi Versiyonu (BEÖ-DÖV). Bu çalışmada, anne baba adaylarının birlikte ebeveynlik algılarını değerlendirmek için Birlikte Ebeveynlik Ölçeği'nin (BEÖ) doğum öncesi versiyonu kullanılmıştır. BEÖ-DÖV, Özdemir ve diğerleri tarafından (2024) geliştirilmiş olup, toplamda 6 boyuttan ve 24 maddeden oluşmaktadır. Birlikte ebeveynlik desteği alt boyutunda faktör yüklerinin .74 ile .93, birlikte ebeveynliğin küçümsenmesi alt boyutunda .57 ile .67, birlikte ebeveynlik

iş bölümü alt boyutunda .67 ile .82, aile ilişkilerinin ortak yönetimi alt boyutunda .56 ile .80, birlikte ebeveynlik çatışması alt boyutunda .65 ile .82 ve birlikte ebeveynlik anlaşması alt boyutunda .61 ile .88 arasında olduğu belirtilmiştir. Ortak varyans katsayılarının .51 ile .87 arasında değiştiği ifade edilmiştir (Özdemir ve diğerleri, 2024). Katılımcılar, ölçekteki maddelere 4'lü Likert derecelendirme anahtarıyla yanıt vermişlerdir (1 = Bize hiç uygun değil; 4 = Bize tamamen uygun). BEÖ-DÖV için her bir alt boyutun puanı ve toplam puan hesaplanabilmektedir. Araştırmacılar, BEÖ-DÖV'nun yapı geçerliliğine ve ölçüt-bağıntılı geçerliliğe sahip olduğunu rapor etmişlerdir ($\chi^2(183) = 352.531$, $p < .001$, $\chi^2/sd = 1.93$, CFI = .90, TLI = .89, RMSEA = .07 CI [.06, .09]). BEÖ-DÖV'nun güvenilirlik katsayılarının alt boyutlar için .64 ile .91 arasında değiştiği, toplam puan için ise .90 olduğu belirtilmiştir (Özdemir ve diğerleri, 2024). Bu çalışmada elde edilen verilerin güvenilirlik analizinde Cronbach Alfa katsayılarının .88 ile .89 arasında, toplam puan için ise .89 olduğu bulunmuştur.

Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği (ARİKÖ). Bu ölçek, araştırmada bağımlı değişken olarak katılımcıların romantik ilişki doyumlarını ölçmek için kullanılmıştır. Ölçek, Fletcher ve diğerleri (2000) tarafından geliştirilmiş olup, Türkçeye uyarlaması Sağkal ve Özdemir (2018) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçekte toplam altı madde bulunmakta olup, bu maddeler 7'li Likert ölçeği üzerinde yanıtlanmıştır (1 = Hiç; 7 = Çok). Tek boyutlu faktör yapısına sahip olan ölçeğin yapı geçerliliğine ve ölçüt-bağıntılı geçerliğe sahip olduğu raporlanmıştır ($\chi^2/sd = 2.55$, CFI = .99, NFI = .98, RMSEA = .07). Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı ise .86 olarak belirtilmiştir (Sağkal ve Özdemir, 2018). Bu çalışmada elde edilen verilerin güvenilirlik analizinde Cronbach Alfa katsayılarının .59 ile .70 arasında, toplam puan için ise .68 olduğu bulunmuştur. Hair ve diğerleri tarafından (2010) .40 ile .60 arası Cronbach Alfa katsayısı oldukça güvenilir olarak değerlendirilmektedir.

Kısa Semptom Envanteri (KSE) (Depresyon ve Kaygı). Araştırmada, depresyon ve kaygı bağımlı değişkenlerini ölçmek amacıyla Kısa Semptom Envanteri kullanılmıştır. Bu ölçek, Derogatis (1992) tarafından geliştirilmiş olup, 53 maddeden oluşmaktadır. Maddeler, katılımcılar tarafından 4'lü Likert derecelendirme anahtarı üzerinde yanıtlanmıştır. Ölçeğin Türkçeye

uyarlaması Şahin ve Durak (1994) tarafından yapılmıştır. Bu çalışmada, Kısa Semptom Envanteri'nin depresyon ve kaygı alt boyutları kullanılmıştır. Ölçeğin depresyon ve kaygı alt boyutları için yapılan güvenirlik analizlerinde Cronbach alfa katsayısı .82 olarak belirtilmiştir. Bu çalışmada elde edilen verilerin güvenirlik analizinde depresyon alt boyutu Cronbach Alfa katsayılarının .73 ile .80 arasında, toplam puan için ise .79 olduğu; kaygı alt boyutu Cronbach Alfa katsayılarının .77 ile .82 arasında, toplam puan için ise .81 olduğu belirlenmiştir.

Birlikte Ebeveynliğe Geçiş Programı (BEGEP)

Birlikte Ebeveynliğe Geçiş Programı (BEGEP), alanyazındaki kuramsal açıklamalar ve ampirik bulgular doğrultusunda geliştirilmiştir. Kuramsal açıklamalar dikkate alındığında müdahale programının temel özelliklerini şu şekilde özetleyebilmek mümkündür: Birlikte ebeveynlik programı ilk çocuklarını bekleyen aday anne babaların birlikte ebeveynlik becerilerini geliştirmeye yönelik bir erken müdahale programı olarak tasarlanmıştır. Bunun nedeni, aday anne babaların değişime daha açık olmaları ve ebeveynliğe geçiş sürecinin bu eğitimler için en uygun zaman dilimi olmasıdır (Feinberg, 2002). BEGEP, beceri temelli bir psiko-eğitim programı olarak yapılandırılmıştır. Uygulamalar, didaktik öğretim, alıştırma, davranışsal prova, rol oynama vb. teknikleri içermektedir. Evli çiftlerin birlikte programa katılabilme, oturumlarda sürekliliği sağlama ve pandemi süreci gibi güçlükler de dikkate alınarak program maksimum beş oturum ile sınırlandırılmıştır. Her bir oturum 120-180 dakikalık süreyi kapsamaktadır. BEGEP'in oturumları, 1. Oturum "Ebeveynliğe Geçiş", 2. Oturum "Çocuk Yetiştirmede Takım Olabilme", 3. Oturum "Birlikte Ebeveynlik Becerilerini İnşa Etme-1", 4. Oturum "Birlikte Ebeveynlik Becerilerini Evlilik İlişkisi Üzerinden İnşa Etme-2", 5. Oturum ise "Birlikte Ebeveynliğe Olumlu Geçiş" başlıklarından oluşmaktadır. Uygulama öncesinde bu oturumların içeriğini kapsayan Birlikte Ebeveynliğe Geçiş Programı Uygulayıcı ve Katılımcı Kılavuz Kitapları hazırlanmıştır. Asıl uygulamalar öncesinde dört çiftten oluşan bir grupta BEGEP'in pilot uygulaması gerçekleştirilmiştir. Pilot uygulamalardan elde edilen geribildirimler doğrultusunda program revize edilmiş ve son hali verilmiştir. Programın odak noktası, ebeveynlerin birlikte ebeveynlik davranışlarını koordine etme,

birbirlerini destekleme yolları ve çocuk yetiştirme konusundaki çatışmayı yönetme yollarını güçlendirmektir. Program, anne babaların genel olarak ebeveynlik deneyimleriyle ilgili bilgi vererek, iletişim becerilerini geliştirerek ve eşlerin birbirlerine yönelik beklentilerini tartışmaya açarak, geçiş sürecinin zorluklarını en aza indirmeyi ve birlikte ebeveynlik desteğini artırmayı hedeflemektedir. Bu programın odağı temelde birlikte ebeveynlik ilişkilerini geliştirmeye yöneliktir, ancak program: ebeveyn-çocuk bağı, bebek uykusu ve beslenmesi gibi konuları sınırlı düzeyde de olsa içermektedir. Bu bağlamda oturumların içeriğinin ebeveynliğe geçiş döneminin ardından ortaya çıkma olasılığı yüksek olan risklere yanıt verme özelliği de taşıdığı düşünülmektedir.

Verilerin analizi

Deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların birlikte ebeveynlik düzeyleri, evlilik ilişki kalitesi, depresyon ve kaygı düzeylerinin BEGEP'ten önce, hemen sonra ve altı ay sonra anlamlı bir şekilde değişip değişmediğini saptamak amacıyla veriler üzerinde Tekrarlı Ölçümler için Varyans Analizi (ANOVA) testi uygulanmıştır. Tekrarlı ölçümler için ANOVA deneysel çalışmalarda zamana göre grup içi etkinin ölçülmesi amacıyla uygulanmaktadır (Field, 2009). İstatistiksel analizlerde IBM SPSS 25.0 paket programından yararlanılmıştır.

Tekrarlı Ölçümler için ANOVA uygulanmadan önce, analizin varsayımları kontrol edilmiştir. İlk olarak değişkenlere ilişkin verilerin normal dağılımda olup olmadığı kontrol edilmiştir. Alanyazında çarpıklık değerleri -1.5 ile +1.5 arasında olması halinde normal dağılımın sağlandığı kabul edilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Buna göre birlikte ebeveynlik düzeylerinde öntestten elde edilen verilerin çarpıklık değerinin .085, sontestten elde edilen verilerin çarpıklık değerinin -.426, izleme testinden elde edilen verilerin çarpıklık değerinin ise -.156 olduğu tespit edilmiştir. Romantik ilişki kalitesi değişkenine ilişkin verilerin normal dağılımına ilişkin için öncelikle öntest, sontest ve izleme ölçümlerinin çarpıklık değerlerine bakılmış, +1,5 ile -1,5 arasında olmadığı gözlemlenmiştir (öntest=-3.36, sontest=-3.97, izleme= -1.97). Ancak ardından Q-Q grafiği incelendiğinde, aşırı bir sapma gözlemlenmediği ve Tekrarlı Ölçümler için ANOVA analizinin normal dağılımdan aşırı sapmadığı sürece, normal dağılıma dirençli olduğu ifade edildiği için analize devam edilmiştir (Stevens, 1996). Depresyon

düzeyi değişkeni için elde edilen verilerin normal dağılıma uygunluğunun değerlendirildiğinde, öntestten elde edilen verilerin çarpıklık değerinin 1.214, sontestten elde edilen verilerin çarpıklık değerinin .870, izleme testinden elde edilen verilerin çarpıklık değerinin ise 1.314 olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda normalliğin sağlandığı söylenebilmektedir. Kaygı düzeyi hakkında elde edilen verilerin normal dağılımda olup olmadığının belirlenmesi için öntest, sontest ve izleme ölçümlerinin çarpıklık değerlerine bakılmış, +1,5 ile -1,5 arasında olduğu gözlemlenmiştir (öntest=1.353, sontest=1.134, izleme=1.227). Normallik varsayımını sağladığı söylenebilmektedir.

Diğer bir varsayım olan küresellik ise Mauchly Küresellik Testi ile değerlendirilmiştir. Küresellik varsayımı sağlanmadığı durumlarda, analizler için tek değişkenli yaklaşım tercih edilmiş ve epsilon değeri .75 'ten küçükse Greenhouse- Geisser düzeltmesi yapılırken epsilon değeri .75'ten büyükse Huynh- Feldt düzeltmesi yapıldıktan sonra elde edilen değerler raporlanmıştır (Field, 2009). Mauchly Küresellik testi sonuçlarında, öntest, sontest ve izleme uygulamaları sonucunda elde edilen tekrarlı ölçüm değerlerinin küresellik varsayımını sağlamadığına ulaşılmıştır ($W = .905$ $p < .05$). Buna göre bu ölçekten alınan ölçümlere ilişkin grup içi etki incelenirken Huynh- Feldt düzeltmesi dikkate alınarak elde edilen F-değerleri rapor edilmiştir. Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeğinden (ARİKÖ) farklı zamanlardaki tekrarlı ölçümlerin küresellik varsayımını sağlanmamıştır ($W = .488$, $p < .05$). Bu nedenle, ölçekten alınan ölçümlerde grup içi etki incelenirken Greenhouse-Geisser düzeltmesi kullanılarak elde edilen F-değerleri rapor edilmiştir. Kısa Semptom Envanteri (KSE) Depresyon alt boyutunda tekrarlı ölçüm değerlerinin küresellik varsayımını sağlanmamıştır ($W = .725$, $p < .05$). Bu nedenle, bu ölçekten alınan ölçümlere ilişkin grup içi etki incelenirken Huynh-Feldt düzeltmesi kullanılarak elde edilen F-değerleri rapor edilmiştir. KSE'nin Kaygı alt boyutundan farklı zamanlardaki tekrarlı ölçümlerin küresellik varsayımını sağlamadığını göstermiştir ($W = .908$, $p < .05$). Bu nedenle, bu ölçekteki ölçümlere ilişkin grup içi etkiyi incelemek için Huynh-Feldt düzeltmesi kullanılarak elde edilen F-değerleri rapor edilmiştir.

İşlem yolu

Bu araştırma, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Rektörlüğü Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan alınan etik kurul izni (26.12.2017 tarih ve 31906847/050.04.04-08/09 nolu karar) ve Aydın İl Sağlık Müdürlüğü'nden alınan yasal izne dayalı olarak yürütülmüştür. Çalışma kapsamında, anne baba adaylarına ulaşmak için Aydın'da Aile Sağlığı Merkezleri'ne, Kadın Doğum ve Çocuk Hastalıkları Hastanesi'ne ile Özel Kadın Doğum Polikliniklerine ziyaretler gerçekleştirilmiştir. Kurumlara programın duyuru afişleri asılmış, broşürleri bırakılmıştır. Poliklinik randevusu için gelen anne baba adaylarına bekleme salonlarında araştırma hakkında bilgi verilmiş; bilgilendirilmiş onamın ışığında bireyler araştırmaya katılıma davet edilmişlerdir. Ayrıca doğum fotoğrafçıları, yerel haber sayfaları ve hamile pilatesi olan spor salonlarıyla görüşmeler yapılarak sosyal medya sayfalarında paylaşımları için duyuru afişleri online olarak gönderilmiştir. Ek olarak Aydın Adnan Menderes Üniversitesi web sayfasına duyuru afişi eklenmiş, akademik ve idari personellerinin kurum e-postalarına üniversite tarafından eğitim hakkında bilgilendirici bir e-posta atılmıştır. Bu duyurular sonucunda afişte yer alan irtibat numaralarına ulaşım sağlayan katılımcı adaylarının bilgileri takip listesine eklenerek ön kayıtları alınmış ve katılımcı havuzu oluşturulmuştur. Hedeflenen katılımcı sayısı olan 40 çifte ulaşılmıştır. Ardından, katılımcı öntest uygulamaları, gizlilik ve gönüllülük ilkeleri doğrultusunda kâğıt-kalem testleriyle gerçekleştirilmiş ve yaklaşık olarak 25-30 dakika sürmüştür. Katılımcı havuzunda yer alan tüm katılımcılara öntest uygulanmıştır. Öntest puanları dikkate alınarak denek çiftler oluşturulmuştur. Denek çiftlerinden biri deney, diğeri kontrol grubuna rastgele atanmıştır. Grupların oluşmasının ardından deney grubundaki katılımcılara BEGEP uygulanırken, kontrol grubu bekleme listesinde yer almış ve bu gruba herhangi bir uygulama yapılmamıştır.

Beş oturumdan oluşan program, her hafta düzenli bir şekilde gerçekleştirilmiş ve 120-180 dakika arasında sürmüştür. Oturum esnasında etkinlikler arasında mola verilmiştir. Oturumlar, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Konferans salonunda gerçekleştirilmiştir. Covid-19 salgınından dolayı, katılımcıların ve proje ekibinin sağlığını korumak amacıyla geniş ve birçok havalandırma yolu bulunan bir salon tercih edilmiştir. Katılımcıların oturma düzeninin aralıklı ama aynı zamanda birbirlerinden kopmayacakları,

rahat iletişim kurabilecekleri bir mesafede olması gözetilmiştir. Oturumlarda didaktik anlatım, çiftler için iletişim alıştırmaları, yazılı çalışma sayfaları, rol oynama, grup tartışması, ödev, süpervizyon ve geri bildirim verme gibi çeşitli teknikler kullanılmıştır. Program, toplam 15 çift ve %100 devam oranıyla deney grubunda başarılı bir biçimde tamamlanmıştır. Kontrol grubunda ise ön test-son test ölçümlerinde herhangi bir katılımcı kaybı yaşanmamıştır. Oturumlar sonucunda deney grubundaki katılımcılara katılım belgesi verilmiştir. Bunun dışında araştırmada, katılımcılara ödeme ya da ödüllendirme yapılmamıştır. Müdahale programının uygulanmasının ardından deney ve kontrol grubuna sontest uygulamaları gerçekleştirilmiştir. Deney ve kontrol grubunda yer alan katılımcılara izleme ölçümleri ise sontest uygulamasından altı ay sonra yapılmıştır. Etik ilke çerçevesinde kontrol grubunda yer alan katılımcılara izleme ölçümleri alındıktan sonra BEGEP uygulanmıştır.

BULGULAR

BEGEP'in birlikte ebeveynlik ilişkilerine etkisine ilişkin bulgular

Araştırmada, BEGEP'in katılımcıların birlikte ebeveynlik ilişkileri üzerindeki etkisinin sınanması amacıyla, deney ve kontrol grubunun zamana göre değişiminin ölçülmesi hedeflenmiş ve bu amaç doğrultusunda, Tekrarlı Ölçümler için İki Faktörlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Birlikte Ebeveynlik Ölçeğinden elde edilen verilere ilişkin betimsel istatistikleri Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3. BEÖ'den Elde Edilen Verilere İlişkin Betimsel İstatistik Tablosu

Gruplar	Öntest			Sontest			İzleme Testi		
	N	\bar{x}	ss	N	\bar{x}	ss	N	\bar{x}	ss
Deney	30	3.01	.17	30	3.94	.07	30	3.72	.17
Kontrol	40	3.01	.13	40	3.03	.41	40	3.03	.27

Tablo 3'te görüldüğü gibi, deney grubundaki katılımcıların Birlikte Ebeveynlik Ölçeğinde öntest ölçümünde ortalama puanları 3.01 iken, sontest ölçümünde 3.94'e yükselmiştir. İzleme testinde ise 3.72'ye düşmüştür. Kontrol grubuna bakıldığında, öntest ölçümünde puanların ortalaması 3.01, sontest ölçümünde 3.03 ve izleme ölçümünde puanların ortalaması 3.03 olarak

bulunmuştur. Elde edilen ortalama puanlar arasındaki farklılığın anlamlılığını test etmek amacıyla, deney ve kontrol gruplarına uygulanan öntest, sontest ve izleme testinden alınan puan ortalamalarına ilişkin tekrarlı ölçümler için ANOVA sonuçları Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4. BEÖ Puanlarının Tekrarlanan Ölçümler için ANOVA Sonuçları

Kaynak	Kareler Toplamı		Kareler		F	p	η ²
		Sd	Ortalaması				
Gruplar içi							
Ölçüm (öntest-sontest-izleme)	8.352	1.902	4.391	83.279	.000	.550	
Grup*Ölçüm	7.870	1.902	4.137	78.464	.000	.536	
Hata	6.820	129.346	.053				

Tablo 4'te görüldüğü üzere, BEGEP'e katılan deney grubu ile katılmayan kontrol grubu arasında Huynh-Feldt düzeltmesi yapıldıktan sonra gruplar arasında ölçüm zamanına bağlı olarak manidar bir farklılık ortaya çıkmıştır ($F=78.464$, $p=.000$). Ayrıca, Eta-kare (η^2) değerine bakıldığında, farklı gruplarda olmanın puanlardaki değişkenliğin %54'ünü açıkladığı görülmektedir. Eta-kare değerleri için yapılan sınıflandırmada, $\eta^2= .01$ küçük, $\eta^2= .06$ orta ve $\eta^2= .14$ ise büyük etki büyüklüğünü ifade eder (Büyüköztürk, 2010). Bu nedenle, birlikte ebeveynlik değişkeni açısından elde edilen Eta-kare değeri, uygulanan deneysel işlemin katılımcıların birlikte ebeveynliği üzerinde büyük bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Bu bulgular ışığında, öntest, sontest ve izleme testlerinden elde edilen puan ortalamaları arasındaki farkın kaynağını belirlemek için çoklu karşılaştırma testlerinden Bonferroni Testi uygulanmış ve Tablo 5'te sunulmuştur.

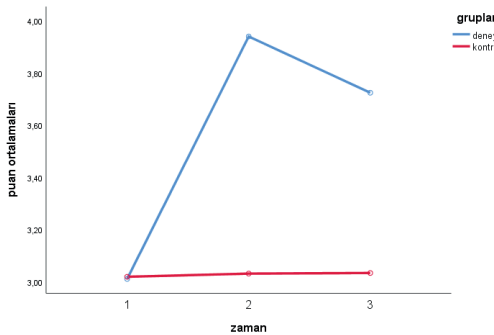
Tablo 5. BEÖ'den Elde Edilen Puan Ortalamalarına İlişkin Bonferroni Test Sonuçları

	(I) Zaman- (J) Zaman	Ortalama Farkları (I-J)	S. E	p	Farklar için %95 Güven Aralığı	
					Alt Sınır	Üst Sınır
Deney Grubu	Sontest-Öntest	.929*	.030	.000	.852	1.006
	İzleme-Öntest	.714*	.042	.000	.607	.820
	Sontest-İzleme	.216*	.032	.000	.134	.297

	Sontest-Öntest	.012	.068	1.000	-.158	.182
Kontrol Grubu	İzleme-Öntest	.014	.045	1.000	-.099	.128
	İzleme-Sontest	.002	.066	1.000	-.163	.168

* $p < .05$

Tablo 5'te görüldüğü üzere, deney grubundaki katılımcıların öntest ve sontest ölçümlerinden elde ettikleri puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak manidardır ($p < .05$). Benzer şekilde, öntest ve izleme ölçümlerinden elde edilen puan ortalamaları arasındaki fark da istatistiksel olarak manidar bulunmuştur ($p < .05$). Deney grubundaki katılımcılar arasında, sontest ve izleme ölçümleri arasında da benzer şekilde puan ortalamaları istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmıştır ($p < .05$). Kontrol grubundaki katılımcıların ise ölçümlerinden elde ettikleri puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p > .05$). Deney ve kontrol gruplarının öntest, sontest ve izleme ölçümlerinden elde ettikleri puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek için Bonferroni Testi uygulanmıştır. Test sonucunda, deney ve kontrol gruplarının öntest, sontest ve izleme ölçümlerinden elde ettikleri puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir (Deney ve Kontrol gruplarının ortalama farkı = -0.530 , $SE = 0.038$, $p = .000$). Bu bulguların görsel olarak incelenmesi için, deney ve kontrol grubunun BEÖ'den elde edilen öntest, sontest ve izleme ölçümlerindeki puan ortalamalarındaki değişimi gösteren çizgi grafiği Şekil 1'de sunulmuştur.



Şekil 1. BEÖ Öntest, Sontest ve İzleme Ölçümleri Puan Ortalamalarındaki Değişimi Gösteren Çizgi Grafiği

Şekil 1'de sunulduğu gibi, öntest aşamasında deney ve kontrol gruplarından BEÖ'de benzer başlangıç puanları elde edilmiştir. Ancak, deneysel müdahalenin ardından deney grubundaki katılımcıların puan ortalamalarında belirgin bir artış gözlenmiştir. Kontrol grubunda ise puan ortalamalarında anlamlı bir değişim olmamıştır; puanlar başlangıç seviyesinde kalmıştır. Altı ay sonra gerçekleştirilen izleme ölçümlerine göre, deney grubundaki puan ortalamalarında düşüş gözlenmiştir. Bununla birlikte, kontrol grubunun puanları yine önceki seviyede sabit kalmıştır ve anlamlı bir değişiklik göstermemiştir.

BEGEP'in çiftlerin romantik ilişki kalitesi üzerindeki etkisine ilişkin bulgular

Araştırmada, BEGEP'in katılımcıların romantik ilişki kalitesine etkisinin belirlenmesi amacıyla Tekrarlı Ölçümler için İki Faktörlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. ARİKÖ'den elde edilen verilere ilişkin betimsel istatistikler Tablo 6'da verilmiştir.

Tablo 6. ARİKÖ'den Elde Edilen Verilere İlişkin Betimsel İstatistik Tablosu

Gruplar	Öntest			Sontest			İzleme Testi		
	N	\bar{x}	ss	N	\bar{x}	ss	N	\bar{x}	ss
Deney	30	40.43	1.81	30	41.60	.86	30	41.00	1.72
Kontrol	40	40.17	3.31	40	40.03	3.35	40	40.18	2.93

Tablo 6'da gösterildiği gibi, deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların ARİKO ölçeğinden aldıkları öntest puan ortalamaları sırasıyla 40.43 ve 40.17'dir. Deney grubunun sontest puan ortalaması 41.60'a yükselirken, kontrol grubunda ise 40.03 olarak kaydedilmiştir. İzleme ölçümlerinde ise deney grubunun puan ortalaması 41.00 iken kontrol grubunun puan ortalaması 40.18'dir. Elde edilen bu ortalama puanlar arasındaki farklılığın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını belirlemek amacıyla uygulanan tekrarlı ölçümler için ANOVA sonuçları Tablo 7'de sunulmuştur.

Tablo 7. ARİKO Puanlarının Tekrarlı Ölçümler için ANOVA Sonuçları

Kaynak	Kareler		Kareler		F	p
	Toplamı	Sd	Ortalaması			
Gruplar içi						
Ölçüm (öntest-sontest-izleme)	8.898	1.323	6.728	.968	.352	
Grup*Ölçüm	14.956	1.323	11.307	1.627	.207	
Hata	624.978	89.942	6.949			

Tablo 7’de görüldüğü üzere katılımcılardan öntest, sontest ve izleme ölçümlerinde elde edilen puan ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (F= 1.627 $p>.05$).

BEGEP’in bireylerin depresyon düzeyleri üzerindeki etkisine ilişkin bulgular

Araştırmada, BEGEP’in katılımcıların depresyon düzeyine etkisinin belirlenmesi amacıyla Tekrarlı Ölçümler için İki Faktörlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Elde edilen verilere ilişkin betimsel istatistikler Tablo 8’de sunulmuştur.

Tablo 8. KSE’den (Depresyon) Elde Edilen Verilere İlişkin Betimsel İstatistik Tablosu

Gruplar	Öntest			Sontest			İzleme Testi		
	N	\bar{x}	ss	N	\bar{x}	ss	N	\bar{x}	ss
Deney	30	5.57	4.22	30	4.93	3.65	30	5.33	6.24
Kontrol	40	5.23	4.43	40	5.60	3.86	40	6.33	5.83

Tablo 8’de gösterildiği gibi, deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların KSE’nin depresyon alt boyutundan öntest uygulamasındaki puan ortalamaları sırasıyla 5.57 ve 5.23 olarak belirlenmiştir. Deney grubunda yapılan sontest uygulamasında puan ortalaması 4.93’e düşerken, kontrol grubunda ise 5.60 olarak kaydedilmiştir. İzleme ölçümlerinde ise deney grubunun puan ortalaması 5.33 iken kontrol grubunun puan ortalaması 6.33 olarak elde edilmiştir. Bu ortalamalar arasındaki farklılığın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını belirlemek için, deney ve kontrol gruplarına uygulanan ön-son-izleme testlerinden elde edilen puan ortalamalarına ilişkin tekrarlı ölçümler için ANOVA sonuçları Tablo 9’da sunulmuştur.

Tablo 9. KSE (Depresyon) Puanlarının Tekrarlanan Ölçümler için ANOVA Sonuçları

Kaynak	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Kısmi Eta Kare
Gruplar içi Ölçüm (öntest-sontest-izleme)	12.725	1.623	7.839	.414	.619	.006
Grup*Ölçüm Hata	16.210 2088.294	1.623 110.387	9.986 18.918	.528	.554	.008

Tablo 9'da görüldüğü gibi katılımcıların öntest, sontest ve izleme ölçümlerinde depresyon puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($F = .528$ $p > .05$).

BEGEP'in bireylerin kaygı düzeyleri üzerindeki etkisine ilişkin bulgular

Araştırmada, deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların kaygı düzeylerinin BEGEP öncesinde, hemen sonrasında ve altı ay sonrasındaki değişimini değerlendirmek amacıyla Tekrarlı Ölçümler için İki Faktörlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Elde edilen verilere ilişkin betimsel istatistikler Tablo 10'da sunulmuştur.

Tablo 10. KSE'den (Kaygı) Elde Edilen Verilere İlişkin Betimsel İstatistik Tablosu

Gruplar	Öntest			Sontest			İzleme Testi		
	N	\bar{x}	ss	N	\bar{x}	ss	N	\bar{x}	ss
Deney	30	4.73	5.47	30	4.37	4.48	30	4.50	5.86
Kontrol	40	4.56	4.72	40	4.90	4.86	40	5.83	5.50

Tablo 10'da görüldüğü gibi, deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların KSE'nin Kaygı alt boyutundan öntest uygulamasındaki puan ortalamaları sırasıyla 4.73 ve 4.56 olarak belirlenmiştir. Deney grubunun sontest uygulamasında puan ortalaması 4.37'ye düşerken, kontrol grubunda ise 4.90 olarak kaydedilmiştir. İzleme ölçümlerinde ise deney grubunun puan ortalaması 4.50 iken kontrol grubunun puan ortalaması 5.83 olarak elde edilmiştir. Bu elde edilen ortalama puanlar arasındaki farklılığın istatistiksel olarak manidar olup olmadığını belirlemek amacıyla, deney ve kontrol

gruplarına uygulanan ön-son-izleme testlerinden alınan puan ortalamalarına ilişkin tekrarlı ölçümler için ANOVA sonuçları Tablo 11’de sunulmuştur.

Tablo 11. *KSE (Kaygı) Puanlarının Tekrarlanan Ölçümler için ANOVA Sonuçları*

Kaynak	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Kısmi Eta Kare
Gruplar içi						
Ölçüm (ön-son-izleme)	12.602	1.908	6.605	.380	.675	.006
Grup*Ölçüm	19.517	1.908	10.229	.589	.549	.009
Hata	2254.550	129.741	17.377			

Tablo 11’de sunulduğu gibi katılımcılardan elde edilen verilerde kaygı puan ortalamalarının farkı öntest, sontest ve izleme testi ölçümlerinde istatistiksel olarak manidar olmadığı saptanmıştır ($F=.589$ $p>.05$). Sonuç olarak, katılımcıların birlikte ebeveynlik düzeyleri, BEGEP öncesi, hemen sonrası ve altı ay sonrası ölçümlerinde puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar belirlenmiştir. Ancak, romantik ilişki kalitesi, depresyon ve kaygı düzeylerine ilişkin öntest, sontest ve izleme ölçümlerinde puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Hem ulusal hem de uluslararası yazın incelendiğinde, çocukların ve ebeveynlerin iyilik hallerini ve uyum davranışlarını artırabilmek için çoğunlukla anne-çocuk olmak üzere bireysel ebeveynliğe yönelik müdahale programlarının geliştirilmiş olduğu görülmektedir (Juffer ve diğerleri, 2008; Sümer ve diğerleri, 2020). Geçmiş çalışmalarda bu tür bireysel ebeveynliği iyileştirici müdahale programlarının çocukların sosyal, duygusal ve bilişsel gelişimlerine önemli katkıları gösterilmiş olsa da dünyada çocukların büyük bir çoğunluğu birden fazla ebeveyn ile büyümektedir. Birden fazla ebeveynin birlikte oluşturdukları dinamiğin, diğer bir ifadeyle birlikte ebeveynliğin, bireysel ebeveynlikten farklı olarak çocuğun gelişiminde önemli bir rol oynadığı bilinmektedir (McHale ve Sirotkin, 2019). Bu nedenle, birlikte ebeveynliği iyileştirici müdahale programlarının önemi son yıllarda daha da çok anlaşılmıştır. Uluslararası alanda son zamanlarda geliştirilmeye başlanan

bu tür müdahale programlarının (Eira Nunes ve diğerleri, 2021; Pinquart ve Teubert, 2010) Türkiye'de ilk örneği mevcut çalışma ile gerçekleştirilmiştir. Bu çalışma, Türkiye'de ilk defa birlikte ebeveynliği güçlendirmeye yönelik bir müdahale programının geliştirilmesi, uygulanması ve etkisinin gösterilmesi açısından ulusal alanyazında önemli bir yere sahip olacaktır. Mevcut çalışma kapsamında, ilk kez anne-baba olacak ebeveyn adaylarının birlikte ebeveynliğini geliştirmeyi ve güçlendirmeyi amaçlayan Birlikte Ebeveynliğe Geçiş Programı (BEGEP) isimli bir müdahale programı geliştirilmiştir. Bu müdahale programının hamilelik döneminde başlayan ebeveynliğe geçiş dönemindeki anne-babaların, birlik olabilmeleri, çocukları ile ilgili verilecek kararlarda ve bakım işlerinde bir takım gibi hareket edebilmelerine yardımcı olunması hedeflenmiştir. Bu hedefler bağlamında araştırmada geliştirilen programın etkililiği incelenmiştir. Çalışma kapsamında BEGEP'in etkisini test etmek amacıyla deney ve kontrol gruplarına rastgele atanmış anne-babalardan toplamda üç farklı zamanda (öntest, sontest, izleme testi) veri toplanmış ve bu veriler karşılaştırılmıştır.

Mevcut çalışmanın bağımlı değişkenlerinden olan birlikte ebeveynliğe yönelik kurulan denenceleri "Deney grubu katılımcılarının birlikte ebeveynlik öntest ve sontest puanları arasında anlamlı fark var mıdır?" ve "Deney ve kontrol grubu katılımcılarının birlikte ebeveynlik son test puanları arasında anlamlı fark var mıdır?" olarak belirlenmiştir. Birlikte ebeveynlik ilişkisinin zaman içerisindeki değişiminde deney ve kontrol grubu arasında farklılıklar görülmüştür. Hamilelik döneminde benzer seviyede olan birlikte ebeveynlik ilişkisi, kontrol grubuna göre, deney grubundaki katılımcılarda müdahale sonrasında anlamlı olarak artmıştır. Bu sonuç araştırmanın denenceleri çerçevesinde beklenen bir sonuçtur. Bu bağlamda mevcut çalışma alanyazındaki çalışmalarla tutarlılık göstermektedir. Örneğin, Eira Nunes ve arkadaşları (2021) tarafından yapılan ve birlikte ebeveynlik programlarının etkililiğinin incelendiği meta analiz çalışmasında 21 çalışmanın sonuçları analiz edilmiş ve birlikte ebeveynlik programlarının birlikte ebeveynlik düzeyi üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Müdahale programından 6 ay sonra yapılan izleme çalışmasında deney grubunun birlikte ebeveynlik puanlarında bir düşüş saptanmıştır. Bu düşüş; izleme testinin doğumdan altı ay sonra yapılmış olması, ebeveynlerin kullandıkları birlikte ebeveynlik

becerilerinin henüz yeterince farkında olmaması, bebeğin doğumuyla birlikte sadece bebeğin temel bakımının sağlanmasına odaklanılmış olması gibi nedenlerden kaynaklanabileceği değerlendirilmektedir. Bu düşünüşe rağmen izleme testinde deney grubunda kontrol grubundan daha yüksek bir birlikte ebeveynlik ilişkisi raporlanmıştır. Bu bulgu, BEGEP'in birlikte ebeveynlik ilişkisi üzerindeki etkililiğine ilişkin ampirik kanıt sunmaktadır.

Araştırmanın diğer bir bağımlı değişkeni olan katılımcıların romantik ilişki kalitesine yönelik denenceleri “Deney grubu katılımcılarının romantik ilişki kalitesi öntest ve sontest puanları arasında anlamlı fark var mıdır?” ve “Deney ve kontrol grubu katılımcılarının romantik ilişki kalitesi sontest puanları arasında anlamlı fark var mıdır?” olarak belirlenmiştir. Bu doğrultuda araştırmanın bulgularında hem deney hem de kontrol grubunda yer alan katılımcıların romantik ilişki kalitelerinin deneysel işlem öncesi, sonrası ve altı ay sonrasında farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Bu araştırmanın denenceleri çerçevesinde beklenmedik bir sonuç olsa da alanyazında benzer sonuca ulaşılan çalışmalar mevcuttur (örn., Takeishi ve diğerleri, 2019; Philipp ve diğerleri, 2020). Alanyazına bakıldığında ampirik çalışmalarda romantik ilişki kalitesi ile birlikte ebeveynlik ilişkisi arasında iki yönlü bir ilişkinin olduğu ifade edilmiştir (Le vd., 2016). Deneysel çalışmalarda ise birlikte ebeveynlik müdahale programlarının romantik ilişki kalitesinin üzerinde etkisi olduğu tespit edilen (Eira Nunes ve diğerleri, 2021) müdahale programları olduğu gibi birlikte ebeveynlik becerilerini kazandırmaya yönelik programların romantik ilişki kalitesine etkisinin gözlemlenemediği çalışmalar da bulunmaktadır. Örneğin Takeishi ve arkadaşlarının (2019) çalışmasında uygulanan birlikte ebeveynlik müdahale programının çiftlerin birlikte ebeveynlik ilişkisine etkisi olduğu tespit edilirken çiftlerin romantik ilişki kalitesi ve ruh sağlığına etkisi bulunmamıştır. Sonuç olarak mevcut çalışmada deney grubunun Algılanan Romantik İlişki Kalitesi ölçeğinden aldığı puan ortalamalarında öntest ve sontest arasında anlamlı bir farklılık olmamasının BEGEP'e bağlı olup olmadığı bilinmemektedir. Bu bağlam değerlendirildiğinde, deneysel işlemin olumlu etkisi her iki ebeveynin de çocuğun bakım sürecine ortaklaşa katılımıyla çocuğun gelişiminin daha sonraki aşamalarında ortaya çıkabileceği düşünülmektedir. Her iki ebeveynin de çocuk bakımına katılması ve birlikte ebeveynlik becerilerini kullanmasının uzun vadede çiftlerin romantik ilişki

kalitesine olumlu bir etkisi olduğunu gösteren ampirik çalışma bulguları da bunu desteklemektedir (Le ve diğerleri, 2016).

Araştırmanın diğer bağımlı değişkenleri olan katılımcıların depresyon ve kaygı düzeylerine ilişkin kurulan denenceleri “Deney grubu katılımcılarının depresyon düzeyi ön test ve son test puanları arasında anlamlı fark var mıdır?“, “Deney ve kontrol grubu katılımcılarının depresyon düzeyi sontest puanları arasında anlamlı fark var mıdır?“, “Deney grubu katılımcılarının kaygı düzeyi öntest ve sontest puanları arasında anlamlı fark var mıdır?” ve “Deney ve kontrol grubu katılımcılarının kaygı düzeyi sontest puanları arasında anlamlı fark var mıdır?” olarak belirlenmiştir. Bu doğrultuda araştırmanın bulgularına göre deney ve kontrol grubunda yer alan katılımcıların depresyon ve kaygı düzeylerinin deneysel işlem öncesi, sonrası ve altı ay sonrasında farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç araştırmanın denenceleri çerçevesinde beklenmedik bir sonuç olsa da alanyazında benzer sonuca ulaşılan çalışmalar bulunmaktadır. Mevcut araştırma ile tutarlı olarak, Feinberg ve Kan’ın (2008) Aile Temelleri müdahale programının (Family Foundation) etkililiğini test ettiği çalışmasında da uygulanan programın ebeveynlerin depresyon ve kaygı seviyelerinde anlamlı bir etkiye sahip olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Her iki cinsiyetteki ebeveynin de doğum öncesindeki kaygı düzeyinin doğum sonrası dönemde düşmüş olması programın etkililiği ile değil de gebeliğin getirdiği normal kaygı düzeyi olarak açıklanmıştır. Philipp ve arkadaşlarının (2020) bir çalışmasında ise ebeveyn adaylarına hitap eden bir birlikte ebeveynlik müdahale programının etkililiği incelenmiştir. Doğum öncesi dönem olan müdahale programı öncesi öntest uygulaması ve doğum sonrası döneme denk gelen zaman diliminde ise sontest uygulaması gerçekleştirmiştir. Araştırmanın sonuçlarında ebeveynlerin depresyon seviyesinin deney ve kontrol grubunun her iki zaman diliminde de farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Mevcut çalışmada da bağımlı değişkenlerden ebeveynlerin ruh sağlığı kapsamında depresyon ve kaygı düzeylerinde öntest ve sontestten alınan puan ortalamalarında anlamlı bir farklılık çıkmaması hakkında birkaç olası neden belirlenmiştir. İlk olarak, birçok kültürde olduğu gibi Türk kültüründe de çocuk sahibi olmak, toplumsal bir statü sahibi olma, neslin devamını sağlama gibi nedenlerden dolayı önemli görülmektedir (Günay ve Bener, 2013). Bireylerin de ebeveynliğe

atfettikleri anlam, kişiden kişiye değişmesiyle birlikte büyük ölçüde toplumsal normlardan etkilenmektedir (Kağıtçıbaşı ve Ataca, 2015). Bu sebeple, bireyler için ebeveyn olmanın değeri önemini sürdürmektedir. Bu bağlamda ebeveyn olmanın getirdiği bazı stres faktörleri, bu süreçte bireyleri olumsuz etkileyebilmektedir ancak aynı zamanda ebeveyn olmanın toplumun hala büyük bir kısmında gerekli, önemli ve değerli olarak görülmesi, ebeveynliğe geçiş sürecinde bireylerin bu stres faktörleriyle baş edebilmelerinde kaynak oluşturmaktadır. Diğer bir neden ise uygulanan deneysel müdahalenin odak noktasının ebeveynlik becerileri olması ve bireysel gelişimlerinden ziyade çift olarak gelişimlerine odaklanılması katılımcıların bireysel ruh sağlığı üzerindeki etkilerinin sınırlı kalmasında etkili olduğu söylenebilir.

Araştırmada mevcut koşullar doğrultusunda ölçüm, örneklem ve araştırma modeli açısından bazı sınırlılıklar bulunmaktadır. Bu sınırlılıklar gelecek çalışmalara da ışık olması açısından ifade edilmiş ve gelecek çalışmalar için önerilere yer verilmiştir. İlk olarak, araştırma sadece Aydın il merkezinde yürütülmüştür. Ayrıca, çalışmanın başında heterojen bir çalışma grubu hedeflense de katılımcıların daha homojen bir grup oluşturdukları görülmektedir. Katılımcıların birçoğu üniversite mezunu ve bir işte çalışmaktadır. Araştırmada elde edilen sonuçlar bu grup özelinde değerlendirilebilmektedir. Dolayısıyla BEGEP'in düşük sosyo-ekonomik düzeyde ve dezavantajlı gruplarda etkisi bilinmemektedir. Bu sebeple, gelecek çalışmalarda farklı gruplara (örn., klinik tanı almış anne-babalar, düşük sosyo-ekonomik statüye sahip anne-babalar vb.) BEGEP'in uygulanması önerilmektedir. Bu bağlamda BEGEP'in katılımcıların romantik ilişki kalitesi, depresyon ve kaygı düzeylerine etkisinin farklı gruplardan elde edilen sonuçları hakkında bilgi verilebilir. Diğer bir sınırlılık ise örneklem büyüklüğünün az olmasıdır. Psiko-eğitim programlarının uygulanması için yeterli ve uygun bir katılımcı sayısı olmasına rağmen etkililiğinin sınırlı olduğu çalışmaların daha büyük bir örnekleme sahip olması programın dış geçerliliği açısından daha fazla bilgi verecektir. Gelecek çalışmalarda daha büyük bir örneklem büyüklüğü ile, romantik ilişki kalitesi, depresyon ve kaygı düzeyi gibi etkinin saptanamadığı değişkenler tekrar değerlendirilebilir. Diğer bir sınırlılık ise izleme ölçümü doğumdan altı ay sonrasında uygulanmıştır. Anne babalar henüz bebekle uyum sürecinde olduğu için odak noktalarında

bebeğin bakımı ve ihtiyaçlarının karşılanması olabilir. Bu sebeple romantik ilişki kalitesi, depresyon ve kaygı düzeylerindeki etki sonraki dönemlerde daha belirgin olabilir. Bu sebeplerle, gelecek çalışmalarda hem daha fazla hem de daha uzun vadeli izleme ölçümlerinin yapılması önerilmektedir. Uluslararası alanyazında, birlikte ebeveynliğin çocuğun uyumu üzerindeki etkisini ele alan birçok çalışma mevcuttur (McHale ve diğerleri, 2023). Ancak ülkemizde henüz bu konuda bir çalışma yürütülmemiştir. Bu sebeplerle, BEGEP uygulandıktan sonra çocuğun uyumuna ve ebeveynlere etkisinin incelendiği boylamsal bir çalışma yürütülmesi önerilmektedir. Son olarak Aydın il merkezinde BEGEP'e katılacak gönüllü katılımcıları bulmanın güç olması göz önünde bulundurularak araştırmaya bir plasebo grubu dâhil edilmemiştir. Bu da müdahale etkisinin test edilmesinin önüne geçmiştir. Gelecek çalışmalarda araştırmaya deney ve kontrol gruplarının yanında plasebo grubunun da eklenmesi önerilmektedir.

Sonuç olarak, mevcut çalışmada, deneysel araştırma sonuçları, BEGEP'in anne ve babaların birlikte ebeveynlik ilişkilerini geliştirdiğini göstermiştir. Etkinliği mevcut çalışma ile gösterilmiş bu müdahale programının saha uygulamalarında yaygınlaşması ile programın ebeveynliğe geçiş sürecindeki anne ve babalara yardımcı olması beklenmektedir. Bu bağlamda, uygulayıcılara yönelik öneriler yer verilmiştir. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı bünyesindeki Aile Eğitimi ve Danışmanlık hizmetine ve Aile ve Boşanma Süreci Danışmanlığı hizmetine, Sağlık Bakanlığı tarafından düzenlenen ve hastanelerin kadın doğum birimlerinde bulunan gebe okullarının eğitim programlarına, belediyelerin bünyesinde yer alan Sosyal Hizmetler biriminin aile eğitimi programlarına BEGEP, katılımcıların özelliklerine uygun olarak uyarlanabilir. Sahada çalışan aile danışmanlarına ise ailelerle çalışma süreçlerinde ebeveynlerin birlikte ebeveynlik ilişkisinin de ele alınması, grup çalışmalarında BEGEP'i grubun ihtiyacına göre uyarlanıp uygulanması önerilmektedir. Ebeveynliğin ortaklaşa yürütüldüğü bir aile, çocuğun bütün gelişim dönemleri için önemlidir ve çocuğun sağlıklı gelişimini destekler (Mchale ve Lindahl, 2011). Bu bağlamda, BEGEP çocukların gelişim dönemlerine göre uyarlanarak uygulanabilir. Her iki ebeveynin de çocuk yetiştirme süreçlerine aktif katılmasının, çocuğun akademik gelişimine olumlu bir etkisi olduğu hakkında araştırma bulguları bulunmaktadır (Dopkins vd, 2003). Okullarda, psikolojik danışmanların

velilere yönelik hazırladığı seminerlerin ve konferansların içeriğine birlikte ebeveynlik konusu dahil edilebilir. Birlikte ebeveynlik saha uygulamalarında giderek yaygınlaşan bir olgudur. Özel Aile Danışmanlığı Merkezleri Birlikte Ebeveynlik Terapisi (Coparenting Therapy) kapsamında, programda bulunan etkinlikleri danışanın ihtiyaçlarına göre uyarlayıp kullanabilir.

KAYNAKÇA

- Adamsons, K. (2013). Predictors of relationship quality during the transition to parenthood. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 31(2), 160-171.
- Altenburger, L. E. (2022). Similarities and differences between coparenting and parental gatekeeping: implications for father involvement research. *Journal of Family Studies*, 1-25.
- Bai, X., Chen, M., He, R., and Xu, T. (2022). Toward an integrative framework of intergenerational coparenting within family systems: A scoping review. *Journal of Family Theory and Review*. 1-40.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard university press.
- Büyüköztürk, Ş. (2001). *Deneysel Desenler, Öntest-Sontest Kontrol Grubu Desen ve Veri Analizi*. 1. Baskı. Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş. (2010). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Choi, J. K., Parra, G., and Jiang, Q. (2019). The longitudinal and bidirectional relationships between cooperative coparenting and child behavioral problems in low-income, unmarried families. *Journal of Family Psychology*, 33(2), 203-214.
- Cowan, P. A., and Cowan, C. P. (2003). Normative family transitions, normal family processes, and healthy child development. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity* (pp. 424-459). The Guilford Press.
- Çelik, A. S., ve Atasever, İ. (2020). Gebelerde Algılanan Stres Düzeylerinin Ve Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 23(2), 267-276.
- Deave, T., Johnson, D., and Ingram, J. (2008). Transition to parenthood: the needs of parents in pregnancy and early parenthood. *BMC pregnancy and childbirth*, 8(1), 1-11.
- Derogatis, L. R. (1982). *Brief Symptom Inventory (BSI)*. APA PsycTests.
- Dew, J., and Wilcox, W. B. (2011). If momma ain't happy: Explaining declines in marital satisfaction among new mothers. *Journal of marriage and family*, 73(1), 1-12.
- Don, B. P., Biehle, S. N., and Mickelson, K. D. (2013). Feeling like part of a team: Perceived parenting agreement among first-time parents. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(8), 1121-1137.
- Dopkins Stright, A., and Neitzel, C. (2003). Beyond parenting: Coparenting and children's classroom adjustment. *International Journal of Behavioral Development*, 27(1), 31-40.
- Durtschi, J. A., Soloski, K. L., and Kimmes, J. (2017). The dyadic effects of supportive coparenting and parental stress on relationship quality across the transition to parenthood. *Journal of Marital and Family Therapy*, 43(2), 308-321.
- Eira Nunes, C., de Roten, Y., El Ghaziri, N., Favez, N., and Darwiche, J. (2021). Co-parenting programs: A systematic review and meta-analysis. *Family Relations*, 70(3), 759-776.

- Fagan, J. and Palkovitz, R. (2011). Coparenting and relationship quality effects on father engagement: Variations by residence, romance. *Journal of Marriage and Family*, 73, 637-653. doi:10.1111/j.1741- 3737.2011.00834.x
- Farr, R. H., and Patterson, C. J. (2013). Coparenting among lesbian, gay, and heterosexual couples: Associations with adopted children's outcomes. *Child development*, 84(4), 1226-1240.
- Feinberg, M. E. (2002). Coparenting and the transition to parenthood: A framework for prevention. *Clinical child and family psychology review*, 5(3), 173-195.
- Feinberg, M. E. (2003). The internal structure and ecological context of coparenting: A framework for research and intervention. *Parenting: science and practice*, 3(2), 95-131
- Feinberg, M. E., Jones, D. E., Roettger, M. E., Hostetler, M. L., Sakuma, K. L., Paul, I. M., and Ehrenthal, D. B. (2016). Preventive effects on birth outcomes: Buffering impact of maternal stress, depression, and anxiety. *Maternal and Child Health Journal*, 20(1), 56-65.
- Feinberg, M. E., and Kan, M. L. (2008). Establishing family foundations: intervention effects on coparenting, parent/infant well-being, and parent-child relations. *Journal of Family Psychology*, 22(2), 253
- Fletcher, G. J., Simpson, J. A., and Thomas, G. (2000). The measurement of perceived relationship quality components: A confirmatory factor analytic approach. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(3), 340-354.
- Günay, G., ve Bener, Ö. (2013). Gençlerin evlilik ve aile yaşamına ilişkin tutumları. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(1), 1-16.
- Hair, J.F., Black, W.C., Babin, B.J., and Anderson, R.E. (2010). *Multivariate Data Analysis*. Seventh Edition. Prentice Hall, Upper Saddle River, New Jersey
- Juffer, F., Bakermans-Kranenburg, M. J. and Van IJzendoorn, M. H. (2008). *Promoting Positive Parenting: An Attachment-Based Intervention*. London, UK: Erlbaum.
- Kagıtcıbaşı, C., ve Ataca, B. (2015). Value of children, family change, and implications for the care of the elderly. *Cross-Cultural Research*, 49(4), 374-392.
- Le, Y., Hatch, S. G., Goodman, Z. T., and Doss, B. D. (2022). Does coparenting improve during the OurRelationship program? Explorations within a low-income sample during the COVID-19 pandemic. *Journal of Family Psychology*. 36(6), 1030–1035.
- Le, Y., McDaniel, B. T., Leavitt, C. E., and Feinberg, M. E. (2016). Longitudinal associations between relationship quality and coparenting across the transition to parenthood: A dyadic perspective. *Journal of Family Psychology*, 30(8), 918.
- Leonhardt, N. D., Rosen, N. O., Dawson, S. J., Kim, J. J., Johnson, M. D., and Impett, E. A. (2022). Relationship satisfaction and commitment in the transition to parenthood: A couple-centered approach. *Journal of Marriage and Family*, 84(1), 80-100.
- Markham, M. S., and Coleman, M. (2012). The good, the bad, and the ugly: Divorced mothers' experiences with coparenting. *Family Relations*, 61(4), 586-600.

- McHale, J. P. (2007). When infants grow up in multiperson relationship systems. *Infant mental health journal*, 28(4), 370-392.
- McHale, J. P., Stover, C., Dube, C., Sirotkin, Y., Lewis, S., and McKay, K. (2023). Randomized controlled trial of a prenatal focused coparenting consultation for unmarried black fathers and mothers: One-year infant and family outcomes. *Infant mental health journal*, 44(1), 27-42.
- McHale, J. P., and Fivaz-Depeursinge, E. (2010). Principles of effective co-parenting and its assessment in infancy and early childhood. *Parenthood and mental health: A bridge between infant and adult psychiatry*, 357-371.
- McHale, J. P., and Lindahl, K. M. (2011). *Coparenting: A conceptual and clinical examination of family systems*. American Psychological Association.
- McHale, J. P., and Sirotkin, Y. S. (2019). Coparenting in diverse family systems. In *Handbook of parenting* (pp. 137-166). Routledge.
- Merrifield, K. A., and Gamble, W. C. (2013). Associations among marital qualities, supportive and undermining coparenting, and parenting self-efficacy: Testing spillover and stress-buffering processes. *Journal of Family Issues*, 34(4), 510-533.
- Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy*. Harvard U. Press
- Özdemir, Y., Sağkal, A. S., Salman-Engin, S., Şakiroğlu, M., Çevik, A. Ç. (2021). Birlikte Ebeveynlik Ölçeği: Ölçek Geliştirme, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 24(47), 40-58.
- Özdemir, Y., Sağkal, A. S., Seyhan, A. G. ve Yılmaz Hiğde, A. (2024). Birlikte Ebeveynlik Ölçeği- Doğum Öncesi Versiyonu (BEÖ-DÖV): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*. <https://doi.org/10.51460/baebd.1376834>
- Özdemir, Y., ve Sağkal, A. S. (2020) Ebeveynlik dansı: Birlikte ebeveynliğe ilişkin kuramsal ve ampirik bir derleme. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 11(2), 428-444.
- Parfitt, Y., and Ayers, S. (2014). Transition to parenthood and mental health in first-time parents. *Infant Mental Health Journal*, 35(3), 263-273.
- Petren, R. E., and Puhlman, D. J. (2021). Routines and coparenting as interrelated family management systems. *Journal of Family Theory and Review*, 13(2), 164-180.
- Philipp, A. C., Lee, J. K., Stamm, T. A., Wininger, M., Datler, W., and Kapusta, N. D. (2020). Coparenting Intervention for Expectant Parents Affects Relationship Quality: A Pilot Study. *The Tohoku journal of experimental medicine*, 252(1), 33-43.
- Ranta, M., Böök, M. L., Paloniemi, S., and Rönkä, A. (2022). "Equally, but in our own way": First-time parents' prenatal expectations of coparenting. *Journal of Family Studies*, 1-21.
- Sağkal, A. S., ve Özdemir, Y. (2018). Algılanan Romantik İlişki Kalitesi Ölçeği'nin (ARİKÖ) Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (46), 22-40.

- Sahin, N. H., ve Durak, A. (1994). Kisa Semptom Envanteri (Brief Symptom Inventory-BSI): Turk Gencleri Icin Uyarlanmasi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 44-56.
- Salman-Engin, S., Sümer, N., Sağel, E., and McHale, J. (2018). Coparenting in the context of mother-father-infant versus mother-grandmother-infant triangular interactions in Turkey. *Journal of Child and Family Studies*, 27, 3085-3095.
- Schoppe-Sullivan, S. J., Settle, T., Lee, J. K., and Kamp Dush, C. M. (2016). Supportive coparenting relationships as a haven of psychological safety at the transition to parenthood. *Research in human development*, 13(1), 32-48.
- Schoppe-Sullivan, S J., Wang, J., Yang, J., Kim, M., Zhang, Y., and Yoon, S H. (2023). Patterns of coparenting and young children's social-emotional adjustment in low-income families. *Child Development*, 94, 874-888. <https://doi.org/10.1111/cdev.13904>
- Spiteri, G., Borg Xuereb, R., and Kaner, E. (2023). Preparation for Parenthood. In *Perspectives on Midwifery and Parenthood* (pp. 15-26). Cham: Springer International Publishing.
- Stevens, J. (1996). *Applied multivariate statistics for the social science (3rd ed.)*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Sümer N., Metin-Orta, İ., Alsancak-Akbulut, C., Salman-Engin, S., İlden-Koçkar, Z. A., Şahin-Acar, B., Akkol-Solakoğlu, S., Aran, Ö., Işlay, D. S., Kavaklı, B., Memişoğlu-Sanlı, A., Sağel-Çetiner, E., Türe, D., Üstünel, A. Ö. ve Yaşar, B. (2020). Olumlu Ebeveyn Davranışlarını Artırmaya Yönelik Video-Geribildirimli Müdahale Programının Anne Duyarlığı Üzerindeki Etkisinin Türkiyede İncelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 35(85), 117-118. doi: <http://dx.doi.org/10.31828/tpd1300443320190219m000018>
- Tabachnick, B. G., and Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics, 6th edn Boston. Ma: Pearson*.
- Takeishi, Y., Nakamura, Y., Kawajiri, M., Atogami, F., and Yoshizawa, T. (2019). Developing a prenatal couple education program focusing on coparenting for Japanese couples: A quasi-experimental study. *The Tohoku journal of experimental medicine*, 249(1), 9-17.
- Teubert, D., and Pinquart, M. (2010). The association between coparenting and child adjustment: A meta-analysis. *Parenting: Science and Practice*, 10(4), 286-307.
- Tomfohr-Madsen, L. M., Giesbrecht, G. F., Madsen, J. W., MacKinnon, A., Le, Y., and Doss, B. (2020). Improved child mental health following brief relationship enhancement and co-parenting interventions during the transition to parenthood. *International journal of environmental research and public health*, 17(3), 766.
- Trillingsgaard, T., Baucom, K. J., and Heyman, R. E. (2014). Predictors of change in relationship satisfaction during the transition to parenthood. *Family Relations*, 63(5), 667-679.
- Uludağılı, N. P. (2017). Baba katılımında etkili faktörler ve baba katılımının baba, anne ve çocuk açısından yararları. *Türk Psikoloji Yazıları*, 20(39), 70-92.

- Van Egeren, L. A., and Hawkins, D. P. (2004). Coming to terms with coparenting: Implications of definition and measurement. *Journal of Adult Development*, 11(3), 165-178.
- Warmuth, K. A., Cummings, E. M., and Davies, P. T. (2020). Constructive and destructive interparental conflict, problematic parenting practices, and children's symptoms of psychopathology. *Journal of Family Psychology*, 34(3), 301.