

[S51]

Mellow Ebeveynlik Programı'nın Etkisini Ebeveynlerin Gözünden Görmek

Damla Mutlu¹, Öykü Özbörü Aşkan², Evrim Şenkal³, Figen Şahin Dağlı⁴, Tolga Dağlı⁵

¹Medstar Topçular Hastanesi, Antalya

²İstanbul Üniversitesi Çocuk Sağlığı Enstitüsü Sosyal Pediatri Ana Bilim Dalı, İstanbul

³İstanbul Medeniyet Üniversitesi Tıp Fakültesi, Göztepe Prof. Dr Süleyman Yalçın Şehir Hastanesi, İstanbul

⁴Gazi Üniversitesi Hastanesi, Ankara

⁵Marmara Üniversitesi Hastanesi

Giriş: Mellow Ebeveynlik Programları, ebeveynin iyilik halini destekleyerek, çocuk ile olan ilişkisini güçlendirmeyi hedefleyen olumlu ebeveynlik programlarıdır. Bu çalışmada Mellow Ebeveynlik Programını tamamlayan annelerin gözünden müdahale sonrası kazanımlarını değerlendirmek hedeflenmiştir.

Materyal-Metod:Çevrimiçi Mellow Ebeveynlik Programını tamamlanmış olan annelere 01 Temmuz-01 Eylül 2023 aralığında google form aracılığıyla sorular yöneltilmiştir. Google form; demografik bilgileri, programa ait beş ayrı temayı; program öncesi, program süreci, program sonrası ebeveynlerin duygu ve düşüncülerini, çocukları ile iletişimlerini ve program sonrası planlarını öğrenmeyi hedefleyen 5 açık uçlu ve 26 likert tipi soruları içermektedir.

Bulgular: Çevirim içi Mellow Ebeveynlik Programını tamamlayan 59 anneye anket gönderildi. Anketi doldurmayı kabul eden 42 anne çalışmaya dahil edildi. Programdan sonra araştırmanın yapıldığı ortalama süre 7,6ay (±3 ay) idi. Çalışmaya katılım gösterenlerin %52,5'ü 0-18 ay bebek grubundan (n=22), %47'si ise 19 ay-6 yaş grubundandı (n=20).

Katılımcıların programa katılım ve devam motivasyonu (Tema-1) temasına dair vurguladığı başlıklar; uygulayıcıların (kolaylaştırıcıların) etkisi, paylaşımlar ve yalnız olmadığını hissetmek idi. Program süreci (Tema-2) ana temasında katılımcılar programı keyif verici, iyi hissettirici ve sakinleştirici olarak tanımladılar. Bebeğimle ilişkim temasında (Tema-3) katılımcılar ebeveynliğe dair iç görülerinin arttığını ve çocukları ile daha çok iletişime geçtiklerini ifade ettiler. Video geri bildirimleri temasında (Tema-4) katılımcılar video geri bildirimlerinin kendi ebeveynliklerinin olumlu yönlerini ve durumlar karşısındaki davranışlarını fark etmelerine yardımcı olduğunu ifade ettiler. Programdan sonra değişiklikler temasında (Tema-5) “ben değiştim” ve “çocuğumla ilişkim değişti” yanıtları en fazla vurgulanan cevaplardı. Katılımcılar program sonunda; stres düzeylerinin azaldığını (%95,2), kendilerine daha çok güvendiklerini (%92,8), bebeklerini daha iyi anladıklarını (%95,2), daha fazla anda kalabildiklerini (%88,1), yeni bir şey öğrenme konusunda motivasyonlarının arttığını (%90,4), sosyalleşmeye ve hayata dair motivasyonlarının arttığını (sırasıyla %85,7;%95.2) belirtti.

Sonuç: Araştırma sonuçlarımız ebeveynler gözünden Mellow Çevrimiçi programının güçlü yönlerini göstermiş olup program sonrasında ebeveynler tarafından algılanan olumlu iletişimsel ve davranışsal değişiklikleri ortaya koymuştur.

Anahtar Kelimeler: Mellow Ebeveynlik Programı, olumlu ebeveynlik, ebeveynlerin görüşü

Parental Experience on Mellow Parenting Program

Damla Mutlu¹, Öykü Özbörü Aşkan², Evrim Şenkal³, Figen Şahin Dağlı⁴, Tolga Dağlı⁵

¹Medstar Topçular Hospital, Antalya

²Istanbul University, Institute of Child Health, Social Pediatrics Department

³Istanbul Medeniyet University, Göztepe Prof Dr Süleyman Yalçın City Hospital

⁴Gazi University Hospital, Ankara

⁵Marmara University Hospital, Ankara

Introduction: Mellow Parenting Programs are positive parenting programs that aim to strengthen the relationship of parent with the child by supporting the well-being of the parent. In this study, we aimed to evaluate the post-intervention gains from the eyes of mothers who completed the Mellow Parenting Program.

Material-Method: Mothers who completed the Online Mellow Parenting Program were asked questions via google form between 01 July -01 September 2023. Google form includes demographic information and five different themes of the program.

Results: A questionnaire was sent to 59 mothers who completed the Online Mellow Parenting Program, and 42 mothers who agreed to fill out the questionnaire were included in the study. The mean duration of the study after the program was 7.6 months (± 3 months).

The topics that the participants emphasized on the theme of participation in the program and motivation to continue (Theme-1) were the effect of practitioners (facilitators), sharing and feeling that they are not alone. The participants described the program as enjoyable, feel-good and calming(Theme-2). In the theme of my relationship with my baby (Theme-3), the participants stated that their insight into parenting increased and they communicated more with their children. In the theme of video feedback (Theme-4), the participants stated that video feedback made them realize the positive aspects of their parenting and their reactions to some situations with their babies, They also realised that they communicated better with their children after the program and they felt a positive change in themselves. “I have changed” and “my relationship with my child has changed” were the most emphasized answers.

Discussion: Our research results showed the strengths of the Mellow Online program in the eyes of parents and revealed the positive communicative and behavioral changes perceived by the parents after the program.

Keywords: Mellow Parenting Program, positive parenting, parental view