

Received: 18 October 2021

Accepted: 18 October 2022

DOI: 10.1002/imhj.22029

WILEY

RESEARCH ARTICLE

“There’s more love between us”: The parental experience of attending Mellow Babies, a targeted, early intervention program for parents and their babies

Ciera Davidson¹ | Aigli Raouna^{1,2} | Ruaridh Malcolm² | Raquib Ibrahim² | Angus MacBeth¹

‘Artık aramızda daha çok sevgi var’: Mellow Bebekler grubuna katılan ebeveynlerin deneyimi, bebekler ve aileleri için, hedefe yönelik, erken müdahale programı

(“There’s more love between us”: The parental experience of attending Mellow Babies, a targeted, early intervention program for parents and their babies)

Ciera Davidson¹ , Aigli Raouna^{1,2}, Ruaridh Malcolm², Raquib Ibrahim², Angus MacBeth¹

Infant Ment Health J. 2023;44:100–116

1-Department of Clinical Psychology, School of Health in Social Science, The University of Edinburgh, Edinburgh, UK

2-Mellow Parenting, Glasgow, UK

Özet

- Ebeveynlik becerileri, psikososyal olumsuzluklar söz konusu olduğunda bebeklerin gelişimini desteklemede yetersiz kalabilmektedir
- Ailelerin bu olumsuzluklarla baş edebilmeleri açısından yapılan ilk girişimler arasında ebeveynlik programları yer almasına rağmen; grup temelli, hedefe yönelik erken müdahale programlarının etkinliğine dair yeterli kanıt bulunmamaktadır
- Ebeveynlik açısından riskli görülen ailelere yönelik uygulanan grup temelli Mellow Bebekler Programı'na dair derlenen ilk veriler umut vaat etmektedir

Özet

Tematik analiz yöntemiyle;

1) ailelerin programı tamamlamasını sağlayan müdahalenin güçlü yönleri

2) müdahale sonrası ebeveynler ve bebekleri tarafından algılanan ve önemli olduğu düşünülen iletişimsel ve davranışsal değişiklikler analiz edildi...

Özet

- Mellow Bebekler Programı'nı İngiltere'de bitiren 68 aile (49 anne ve 19 baba) ile program sonrası görüşülmüş ve veri setinden üç ana tema ve altı alt tema oluşturulmuş
- Ebeveynler; kolaylaştırıcıların kişiler arası becerisini ve müdahale programının çok boyutlu grup temelli yaklaşımını programının faydalı yönleri olarak bildirmiştir

Özet

- Katılımcılar olumlu değişimin altında yatan üç ana mekanizma olduğunu belirtmiştir;
 - 1) grup içerisindeki topluluk bilincinin oluşması (community cultivated)
 - 2) bireylerin yaşadığı zorlukların formülize edilmesi ve yapılandırılması
 - 3) insanlar arasındaki etkileşimlerin tekrardan şekillendirilmesine fırsat tanınması

Duyarlı iletişim konusunda ebeveynlerin desteklenmesi, çocuğun hayatındaki psikososyal olumsuz faktörlerin uzun dönem etkilerini azaltabilmektedir.

McElroy, S., & Hevey, D. (2014). Relationship between adverse early experiences, stressors, psychosocial resources and wellbeing. *Child Abuse and Neglect*, 38(1), 65–75.

Parkes, A., Sweeting, H., & Wight, D. (2016). What shapes 7-year-olds' subjective well-being? Prospective analysis of early childhood and parenting using the growing up in Scotland study. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 51(10), 1417–1428

Potharst, E. S., Zeegers, M., & Bogels, S. M. (2018). Mindful with your toddler group training: feasibility, acceptability, and effects on subjective and objective measures, *Mindfulness*, 12(2), 489–503

Ailelerin ihtiyaçları doğrultusunda yapılan ebeveynlik müdahalelerinin sahip olunan risklerden bağımsız faydalı olduğu gösterilmiş.

‘Meta-analysis of 133 different early intervention programs starting either during pregnancy or in the first 6 months postnatally (of which 2/3 targeted at-risk families) revealed very small to small significant positive effects on **parenting behaviors, parental stress and mental health**, as well as **child developmental outcomes**, which **did not vary by the risk status of the participants**’

Pinquart, M., & Teubert, D. (2010). Effects of parenting education with expectant and new parents: A meta-analysis. *Journal of Family Psychology, 24*(3), 316–327

Mellow Bebekler Programı

- Psikososyal güçlükler yaşıyan 0-18ay grubu çocuğu olan ailelere hedefe yönelik destek vermek
- 5-10 kişilik gruplar
- Toplum temelli bir hizmet anlayışıyla bu program uygulanmış / ücret talep edilmemiş
- Anneler ve babalar ayrı alınmış

Erken Çocukluk Döneminde Karşılaşılan Psikososyal Güçlükler (Psychosocial Adversities During Early Childhood)

- Yoksulluk
- Ev içi şiddet
- Ebeveynlerin zihinsel sağlık problemleri (poor mental health)
- İşsizlik
- Ebeveynlerin düşük eğitim düzeyi
- Tek ebeveyn olması
- Sosyal izolasyon

Mellow Bebekler Programı

- 14 hafta boyunca program devam etmiş
- Haftada bir tam gün uygulanmış
- Katılımı artırmak için; ebeveynlerin yol ve yemek ücreti karşılanmış, programla eş zamanlı çocuk bakımı sağlanmış, çocuklar ve ebeveynler için ücretsiz veya düşük ücretli etkinlik materyalleri verilmiş veya satılmış
- Oturumların en az %70'ine katılan anne çocuk veya baba çocuk çiftleri programı tamamlamış olarak kabul edilmiş (min 10/14)

Mellow Bebekler Programı

- Ailelerle ve çocuklarla çalışan sağlık çalışanları ve sosyal hizmet çalışanları eğitim sonrası kolaylaştırıcı olabiliyor
- Akreditasyon için süpervizyon sürecinden geçiyorlar
- Her grubu 2 veya 3 kolaylaştırıcı (practitioner) ile yapıyorlar (kolaylaştırıcılardan en az biri grupta aynı cinsiyette)
- Müdahale programı iki şeyi amaçlıyor; 1) ebeveyn çocuk ilişkisini güçlendirmek 2) ebeveynin ruh sağlığını geliştirmek /iyileştirmek ve ebeveynin ebeveynliğe dair kendine güvenmesini sağlamak

Mellow Bebekler Programı

- Bağlanma temelli
- Ebeveynin duyarlılığını artıran
- Ebeveyn bebek eş zamanlılığını artıran
- Çocuk gelişimini destekleyen
- Pozitif etkileőime yönelten güçlendirme temelli video geri bildirimler
- Ebeveynlerin ruhsal sağlığına yönelik stratejiler içeren (depresyon ve kaygı bulguları ile baőa çıkabilmek için biliősel davranıőçı stratejiler

Mellow Bebekler Programı

- Çocuk ve ebeveynin iletişimini güçlendirmek
- Ev ödevleri
- Sabahları 'personal groups' (güven, depresyon, benlik algısı vs gibi konuların konuşulduğu oturumlar)
- Öğle arası çocuklarla aktivite zamanı
- Öğleden sonra workshop (ebeveynlik temelli)

- MP biriken kanıtlar;

- Ebeveynlerin ruh sağlığına olan faydası
- Ebeveynlerin iyilik hali
- Ebeveynlerin ebeveynlik ile ilgili kendilerine güvenleri
- Çocuklara dair ıktılar
- Ebeveyn ocuk yakınlaşması

- ocuk koruma sistemine dair olan ihtiyaçta azalma
- Erken ocukluk dönemi davranışsal problemlerde azalma

Raouna, A., Malcolm, R., Ibrahim, R., & MacBeth, A. (2021). Promoting sensitive parenting in 'At-Risk' mothers and fathers: A UK-wide outcome study of mellow babies. *PLoS ONE*, 16(2), e0245226

Puckering, C., McIntosh, E., Hickey, A., & Longford, J. (2010). Mellow babies: A group intervention for infants and mothers experiencing postnatal depression. *Counseling Psychological Review*, 25(1), 28– 40

Levi, D., Ibrahim, R., Malcolm, R., & MacBeth, A. (2019). Mellow babies and mellow toddlers: Effects on maternal mental health of a group-based parenting intervention for at-risk families with young children. *Journal of Affective Disorders*, 246, 820–827.

MacBeth, A., Law, J., McGowan, I., Norrie, J., Thompson, L., & Wilson, P. (2015). Mellow parenting: Systematic review and meta-analysis of an intervention to promote sensitive parenting. *Developmental Medicine and Child Neurology*, 57(12), 1119– 1128

Araştırmanın Amacı

- Mellow Bebekler Programı'na katılımlarına dair ailelerin deneyimleri
- Programın hangi yönü sonuna kadar katılımlarını destekliyor bunu öğrenmek
- Müdahale sonrası kişiler arası (interpersonal), ilişkisel ve davranışsal değişimler ne olduğunu öğrenmek (kendileri açısından ve bebekleri açısından)
- YÖNTEM:MB tamamlayan ailelerle yarı yapılandırılmış bir görüşme yapıldı ve veri seti değerlendirildi (kalitatif)

Araştırmanın Yöntemi

- 15 gruptan ebeveynler davet edildi
- Ebeveynlerin çoğunluğu psikososyal dezavantajlı gruptan
- Market çeki çekilişi yapıldı katılanlar arasından (motive edici)
- 3 kişi data topladı
- Pregrup değerlendirme; demografik veriler ve anket (+Brief Symptom Inventory 18)
- Postgrup değerlendirme; anket ve yarı yapılandırılmış görüşme
 - context before the intervention
 - change for parent and baby following the intervention
 - parent-baby relationship
 - the experience of attending MB
 - future plans

3 ana tema & 6 alt grup tema

- 3 ana tema;

- Ebeveynin yolculuğu
- Bebeğe olan faydası
- Mellow'dan sonraki planlar

- 6 alt grup tema;

- Şüphelikten katılıma
- Kendime dair olanı az da olsa geri kazandım
- Döngüyü kırmak
- Ebeveyn-çocuk arasındaki etkileşimin yeniden şekillenmesi
- Bebeğim çok daha mutlu
- Hayata yalnızca köşesinden katılmak istemiyorum

“You can go to groups and sit quiet, and everybody else talks – with Mellow it’s different, you get a chance to have your say and your opinion matters. You weren’t sitting there feeling silly or embarrassed” [Dad 15]

“Probably at the start of the group I had never, ever seen a future for me, I never – I found it hard to look into the future, I didn’t – it’s hard to explain but I just didn’t see anything, I was so just to just feeling numb but now I’m much more confident and I see a really good future for me and the girls, so it’s just me and my girls. Maybe getting a job in like six months’ time, providing for them, just being safe and happy” [Mum 21]

“Working on ourselves really helped me moving on with my postnatal depression, in terms of speaking about how I was feeling and thinking, actually it’s okay to open up. So in terms of me, even mentally for me moving on, it was a great help” [Mum 36]

“I wasn’t sure about being around him, I didn’t feel I had a connection with him, I didn’t feel there was a bond there with him, I wanted to foster him out at the beginning – but now, I just love him to bits” [Mum 11]

“She was clingy before, she wouldn’t leave me alone and now she’s started to leave me and will do her own stuff. Before she would cling on to me, she wouldn’t move, she wouldn’t leave me alone, she wouldn’t let anybody else pick her up or that but now she lets everybody pick her up, she’ll go and play with other bairns [children]” [Dad 2]

“We looked deeper into our past when we were children, that was difficult for me because there’s stuff happened in my childhood that I would never bring to the front of my memory, but I suppose it was good because it’s stuff that you don’t face and then when you have to, it’s really good to realise that you’ve faced it and you can get over it and you can get on” [Mum 42]
