



**OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLARIN
BAĞLANMA STİLLERİNDE
FİLİAL TERAPİNİN ETKİSİ**

Yüksek Lisans Tezi

Mehtap AKKURT

Eskişehir 2025

**OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLARIN
BAĞLANMA STİLLERİNDE
FİLİAL TERAPİNİN ETKİSİ**

Mehtap AKKURT

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı

Danışman: Prof. Dr. Bahtiyar ERASLAN ÇAPAN

Anadolu Üniversitesi

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Temmuz 2025

Eskişehir

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI

Mehtap AKKURT'un "Okul Öncesi Çocukların Bağlanma Stillerinde Filial Terapinin Etkisi" başlıklı tezi 07/07/2025 tarihinde aşağıdaki jüri üyeleri tarafından değerlendirilerek "Anadolu Üniversitesi Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliği"nin ilgili maddeleri uyarınca, Eğitim Bilimleri Ana Bilim dalında Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programında Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

	<u>Ünvanı Adı Soyadı</u>	<u>İmza</u>
Üye (Danışman)	: Prof. Dr. Bahtiyar ERASLAN ÇAPAN	
Üye	: Doç. Dr. Elif ÇİMŞİR	
Üye	: Dr. Öğr. Üy. Özge GAMSIZ TUNÇ	
Üye	:	
Üye	:	

Prof. Dr. Nafiz Öncü CAN

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

ÖZET

OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLARIN BAĞLANMA STİLLERİNDE FİLİAL TERAPİNİN ETKİSİ

Mehtap AKKURT

Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı

Anadolu Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Temmuz 2025

Danışman: Prof. Dr. Bahtiyar ERASLAN ÇAPAN

Bu araştırmada güvensiz bağlanma stiline sahip okul öncesi çocukların (4-6 yaş) annelerinin ebeveynlik becerilerini Filial Terapi aracılığıyla geliştirerek çocukların güvenli bağlanma stillerine etkisini incelemek amaçlanmıştır. Araştırma kontrol gruplu yarı deneysel bir çalışmadır. Çalışma, nicel (deneysel) ve nitel (fenomenolojik) verilerin bir arada kullanıldığı karma yöntemle yürütülmüştür. Veriler ön test ve son test olarak çocuklardan Güvenli Yer Senaryoları Testi, Bir Aile Çiz Testi ve annelerinden Çocuk-Anababa İlişki Ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Deney ve kontrol grubundan elde edilen verilerin analizi parametrik testlerle yapılmıştır. Araştırma kapsamında deney grubunda 8 anne ve çocuğu, kontrol grubunda 8 anne ve çocuğu ile çalışmalar yürütülmüştür. Filial Terapi sonrasında deney grubundaki güvensiz bağlanma stiline sahip 8 çocuktan 7'sinin güvenli bağlanma stili geliştirdiği belirlenmiştir. Nicel bulgular, kontrol grubuyla karşılaştırıldığında deney grubunda yer alan annelerin çocuklarının bağlanma göstergelerinde anlamlı düzeyde olumlu yönde değişim olduğunu ortaya koymuştur. Nitel veriler ise annelerin iletişim sorunlarının farkına vardıklarını, çocuklarıyla duygu düzenleme süreçlerinde ilerleme kaydettiklerini ve anne-çocuk arasında kurulan ilişkisel becerilerin geliştiğini göstermektedir. Ayrıca, birden fazla çocuğa sahip annelerin diğer çocuklarıyla iletişimlerinde de olumlu gelişmeler gözlemlenmiştir. Bulgular doğrultusunda çocuklarla ve ebeveynlerle çalışan ruh sağlığı uzmanlarına çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Sözcükler: Okul öncesi çocuklar, Bağlanma stilleri, Filial Terapi

ABSTRACT
THE EFFECT OF FILIAL THERAPY
ON THE ATTACHMENT STYLES OF PRESCHOOL CHILDREN

Mehtap AKKURT

Department of Educational Sciences

Programme in The Guidance and Psychological Counseling

Graduate School of Anadolu University, July 2025

Supervisor: Prof. Dr. Bahtiyar ERASLAN ÇAPAN

This study aimed to examine the effect of enhancing the parenting skills of mothers of preschool children (aged 4–6) with insecure attachment styles through Filial Therapy on the children's development of secure attachment. The research employed a quasi-experimental design with a control group. It was conducted using a mixed-methods approach that combined both quantitative (experimental) and qualitative (phenomenological) data. Data were collected as pre-test and post-test from children using the Safe Place Scenarios Test, Draw a Family Test, and from their mothers using the Child-Parent Relationship Scale. Analysis of the data obtained from the experimental and control groups was done with parametric tests. The study included 8 mother-child pairs in the experimental group and 8 mother-child pairs in the control group. Following the Filial Therapy, it was found that 7 out of 8 children with insecure attachment styles in the experimental group developed a secure attachment style. Quantitative results indicated that, compared to the control group, children of mothers in the experimental group showed a significant positive change in attachment indicators. Qualitative data showed that mothers became aware of their communication problems, made progress in emotional regulation processes with their children, and improved their relational skills with them. Additionally, positive developments have been observed in the communication of mothers with more than one child with their other children. Based on the findings, several recommendations were offered for mental health professionals working with children and parents.

Keywords: Preschool children, Attachment styles, Filial Therapy

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimim boyunca bilgi, rehberlik ve desteğini her zaman hissettiren değerli danışmanım Sayın Prof. Dr. Bahtiyar Eraslan Çapan'a en içten teşekkürlerimi sunuyorum. Bilimsel yaklaşımı, yol gösterici tutumu ve titiz akademik değerlendirmeleriyle bu süreci benim için daha anlamlı ve öğretici kılmıştır.

Anadolu Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programında yüksek lisans derslerime giren kıymetli hocalarıma, her biri alan bilgisiyle yolumu aydınlatmış ve mesleki gelişimime katkı sunmuştur.; aynı zamanda, lisans eğitimim süresince üzerimde emeği olan ve 2001 yılında mezunu olduğum Ankara Üniversitesi Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bölümünün değerli öğretim üyelerine de teşekkür ederim.

Araştırma sürecinde yanımda olan ve çalışma ortamındaki anlayışlarıyla sürecimi kolaylaştıran, görev yaptığım Sincan Gaziosmanpaşa İlkokulu'ndaki kıymetli zümrem Meltem Otay'a, değerli anasınıfı öğretmenleri Hatice Özkart ve Sultan Gezer'e, her türlü destek için Serdar Keser'e, Müdürüm Bayram Yavuz ve Müdür Yardımcım Hakan Çakırlı'ya içten teşekkür ederim.

Bu araştırmanın gerçekleşmesine gönülden katkı sunan, samimi paylaşımları ve iş birliğiyle süreci anlamlı kılan tüm çocuklara ve kıymetli annelerine en içten teşekkürlerimi sunuyorum. Onların katılımı ve güveni, bu çalışmanın en değerli yönünü oluşturmuştur.

Mesleki yolculuğumda oyun terapileriyle tanışmama vesile olan, süpervizyon sürecindeki rehberliğiyle mesleki gelişimime önemli katkılar sunan, aynı zamanda desteğini ve ilgisini her zaman yanımda hissettiğim canım dostum Klinik Psikolog Hünkar Gülveren'e yürekten teşekkür ederim.

Hayat yolculuğumda sevgiyle yanımda olan, beni ben yapan değerleri kazanmamda en büyük paya sahip olan canım annem Elmas Çakmak'a ve babam Hüseyin Çakmak'a; çocukluk anılarımı paylaştığım, dayanışmayı ve paylaşmayı birlikte öğrendiğim sevgili abim Murat Çakmak'a ve biricik kardeşim Melek Selvet İzcar'a gönülden teşekkür ederim.

Bu sürecin en zorlu anlarında bile beni sabırla destekleyen, varlığıyla güç veren hayat arkadaşım Emre Akkurt'a; yaşamıma anlam katan sevgili oğullarım Doğukan ve Çınar'a tüm kalbimle teşekkür ederim. Varlığınız en büyük ilham kaynağım oldu.

07/07/2025

ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ

Bu tezin bana ait, özgün bir çalışma olduğunu; çalışmamın hazırlık, veri toplama, analiz ve bilgilerin sunumu olmak üzere tüm aşamalarında bilimsel etik ilke ve kurallara uygun davrandığımı; bu çalışma kapsamında elde edilen tüm veri ve bilgiler için kaynak gösterdiğimi ve bu kaynaklara kaynakçada yer verdiğimi; bu çalışmamın Anadolu Üniversitesi tarafından kullanılan “Bilimsel İntihal Tespit Programı”yla tarandığını ve hiçbir şekilde “intihal içermediğini” beyan ederim. Herhangi bir zamanda, çalışmamla ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçları kabul ettiğimi bildiririm.

.....

Mehtap AKKURT

ÜRETKEN YAPAY ZEKÂ KULLANIM BEYANI

Bu tezi hazırlarken ChatGPT üretken yapay zekâ programından destek aldığımı beyan ederim. Tezin hazırlığı aşamasında üretken yapay zekâ programından çeviri, akademik dil düzeltmesi, metin editörlüğü ve temalar oluşturma desteği aldım. Üretken yapay zekâ programlarından aldığım bilgilerin doğruluğunu kontrol ettiğimi bildiririm.

Herhangi bir zamanda, çalışmamla ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçları kabul ettiğimi bildiririm.

07/07/2025

.....
Mehtap AKKURT

İÇİNDEKİLER

BAŞLIK SAYFASI.....	i
JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI.....	ii
ÖZET.....	iii
ABSTRACT.....	iv
TEŞEKKÜR.....	v
ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ.....	vi
ÜRETKEN YAPAY ZEKÂ KULLANIM BEYANI.....	vii
İÇİNDEKİLER.....	viii
TABLolar DİZİNİ.....	xii
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	xiv
GÖRSELLER DİZİNİ.....	xv
KISALTMALAR DİZİNİ.....	xvi
1 GİRİŞ.....	1
1.1 Araştırma Problemi.....	5
1.2 Amaç.....	5
1.3 Önem.....	6
1.4 Varsayımlar.....	7
1.5 Sınırlılıklar.....	7
1.6 Tanımlar.....	7
2 ALAN YAZIN.....	9
2.1 Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Özellikleri.....	9
2.2 Bağlanma Kuramları.....	10
2.2.1 Bowlby'nin Bağlanma Kuramı.....	11
2.2.2 Ainsworth'ün Bağlanma Kuramı.....	14
2.3 Filial Terapi (Çocuk Ebeveyn İlişkileri Terapisi).....	16

2.3.1 Filial Terapi ve Bağlanma Kuramı.....	17
2.3.2 Filial Terapi ve Aile Terapisi.....	18
2.3.3 Filial Terapi Süreci.....	18
2.3.4 Filial Terapi Aşamaları.....	19
2.4 Bağlanma ve Filial Terapi İle İlgili Araştırmalar.....	20
2.4.1 Bağlanma ile İlgili Yurt Dışı Araştırmaları.....	20
2.4.2 Bağlanma ile İlgili Yurt İçi Araştırmaları.....	21
2.4.3 Filial Terapi ile İlgili Yurt Dışı Araştırmaları.....	22
2.4.2 Filial Terapi ile İlgili Yurt İçi Araştırmaları.....	24
3 YÖNTEM.....	26
3.1 Araştırma Modeli.....	26
3.2 Katılımcılar.....	26
3.3 Veri Toplama Araçları.....	27
3.3.1 Aile ve Çocuk Bilgi Formu.....	28
3.3.2 Güvenli Yer Senaryoları Testi.....	28
3.3.3 Bir Aile Çiz Testi.....	29
3.3.4 Çocuk Anababa İlişki Ölçeği.....	30
3.3.5 Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu.....	31
3.4 İşlem Basamakları ve Oturum İçerikleri.....	31
3.4.1 Filial Terapi Oturumları.....	32
3.5 Veri Analizi.....	36
3.6 Araştırmacının Rolü.....	38
4 BULGULAR.....	40
4.1 Deney ve Kontrol Grubu Annelerinin Çocuklarının Güvenli Yer Senaryoları Testinden Elde Edilen Ön Test ve Son Test Bulguları.....	40

4.2 Deney ve Kontrol Grubu Annelerinin Çocuklarının Bir Aile Çiz	
Testinden Elde Edilen Ön Test ve Son Test Bulguları.....	42
4.3 Deney ve Kontrol Gruplarının Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Ön Test	
Toplam ve Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular.....	54
4.4 Deney Grubu Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Toplam ve Alt	
Boyutlarının Ön Test ve Son Test Puanlarının Karşılaştırılması.....	56
4.5 Kontrol Grubu Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Toplam ve Alt	
Boyutlarının Ön Test ve Son Test Puanlarının Karşılaştırılması.....	58
4.6 Deney ve Kontrol Gruplarının Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Son Test	
Toplam ve Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	60
4.7 Güvenli Yer Senaryoları Testi, Çocuk Anababa İlişki Ölçeği, Bir	
Aile Çiz Testlerine Göre Genel Bulgular.....	62
4.8 Filial Terapi Uygulamalarının Deney Grubu Annelerin Anne-Çocuk	
İletişiminin Nasıl Etkilendiğine Dair Bulgular.....	64
4.8.1 Annenin Kazanımları / Tema 1: İletişim Kurma Becerileri.....	66
4.8.2 Annenin Kazanımları / Tema 2: Duygusal Farkındalık	
Becerileri.....	67
4.8.3 Annenin Kazanımları / Tema 3: Bireyleşme ve Sorumluluk	
Geliştirme Becerileri.....	67
4.8.4 Annenin Kazanımları / Tema 4: Sınır Koyabilme Becerileri....	68
4.8.5 Annenin Kazanımları / Tema 5: Etkili Davranma Becerileri....	68
4.8.6 Çocuğun Kazanımları / Tema 1: Karar Verme Becerileri.....	68
4.8.7 Çocuğun Kazanımları / Tema 2: Duygusal Farkındalık	
Becerileri.....	69
4.8.8 Çocuğun Kazanımları / Tema 3: Öz Farkındalık Becerileri.....	69
4.8.9 Çocuğun Kazanımları / Tema 4: Etkili Davranma Becerileri...	70

5 SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER.....	71
5.1 Sonuç.....	71
5.2 Tartışma.....	72
5.2.1 Filial Terapinin Çocukların Bağlanma Davranışları	
Üzerindeki Etkisi.....	73
5.2.2 Filial Terapinin Anne–Çocuk İlişkisi Üzerindeki Etkisi.....	76
5.3 Öneriler.....	80
5.3.1 Uygulamacılara Yönelik Öneriler.....	80
5.3.2 Araştırmacılara Yönelik Öneriler.....	81
KAYNAKÇA.....	82
EKLER.....	90
ÖZGEÇMİŞ.....	119

TABLÖLAR DİZİNİ

Sayfa

Tablo 3.2 Katılımcı Annelerin Demografik Bilgileri.....	27
Tablo 4.1.1 Deney ve Kontrol Grubu Çocuklarının Güvenli Yer Senaryoları Testi Ön Test-Son Test Bulguları (Tek Tek Öyküler).....	40
Tablo 4.1.2 Deney ve Kontrol Grubu Çocukların Güvenli Yer Senaryoları Testi Ön Test-Son Test Bulguları (Güvenli Tamamlanan Öykü Toplam Sayıları).....	41
Tablo 4.3.1 Deney ve Kontrol Gruplarının Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Toplam ve Alt Boyutlarının Ön Test Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları.....	54
Tablo 4.3.2 Deney ve Kontrol Gruplarının Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Ön Test Toplam ve Alt Boyut Puanlarının Bağımsız Örneklem t Testi İle Karşılaştırılması.....	55
Tablo 4.4.1 Deney Grubu Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Toplam ve Alt Boyutlarının Ön Test ve Son Test Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları.....	56
Tablo 4.4.2 Deney Grubu Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Toplam ve Alt Boyutlarının Ön Test ve Son Test Puanlarının Bağımlı Örneklem t Testi İle Karşılaştırılması...57	57
Tablo 4.5.1 Kontrol Grubu Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Toplam ve Alt Boyutlarının Ön Test ve Son Test Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları.....	58
Tablo 4.5.2 Kontrol Grubu Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Toplam ve Alt Boyutlarının Ön Test ve Son Test Puanlarının Bağımlı Örneklem t Testi İle Karşılaştırılması..59	59
Tablo 4.6.1 Deney ve Kontrol Gruplarının Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Toplam ve Alt Boyutlarının Son Test Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları.....	60
Tablo 4.6.2 Deney ve Kontrol Gruplarının Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Son Test Toplam ve Alt Boyut Puanlarının Bağımsız Örneklem t Testi İle Karşılaştırılması.....	61

Tablo 4.7.1 Deney Grubu Annelerinin ve Çocuklarının Güvenli Yer Senaryoları Testi, Bir Aile Çiz Testi, Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Ön Test ve Son Test Karşılaştırmaları	62
Tablo 4.7.2 Kontrol Grubu Annelerinin ve Çocuklarının ve Annelerin Güvenli Yer Senaryoları Testi, Bir Aile Çiz Testi, Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Ön Test ve Son Test Karşılaştırmaları	63
Tablo 4.8 Anne/Çocuk Kazanımlarına Dair Temalar ve Alt Temalar.....	65



ŞEKİLLER DİZİNİ

Sayfa

Şekil 3.5.1 Deney ve Kontrol Grubu Annelerinin Çocuk Anababa İlişki Ölçeği

Ön Test Dağılım Bulguları.....37

Şekil 3.5.2 Deney ve Kontrol Grubu Annelerinin Çocuk Anababa İlişki Ölçeği

Son Test Dağılım Bulguları.....37



GÖRSELLER DİZİNİ

	<u>Sayfa</u>
Görsel 4.2.1 DÇ 1 Ön Test.....	42
Görsel 4.2.2 DÇ 1 Son Test.....	43
Görsel 4.2.3 DÇ 7 Ön Test.....	46
Görsel 4.2.4 DÇ 7 Son Test.....	47
Görsel 4.2.5 KÇ 1 Ön Test.....	48
Görsel 4.2.6 KÇ 1 Son Test.....	49
Görsel 4.2.7 KÇ 4 Ön Test.....	51
Görsel 4.2.8 KÇ 4 Son Test.....	51

KISALTMALAR DİZİNİ

GYST	: Güvenli Yer Senaryoları Testi
BAÇT	: Bir Aile Çiz Testi
ÇAiÖ	: Çocuk Anababa İlişki Ölçeği
ÇEİT	: Çocuk Ebeveyn İlişkileri Terapisi
DÇ 1	: Deney Grubu Çocuk 1 (DÇ 2: Deney Grubu Çocuk 2...)
DA 1	: Deney Grubu Anne 1 (DA 2: Deney Grubu Anne 2...)
KÇ 1	: Kontrol Grubu Çocuk 1 (KÇ 2: Kontrol Grubu Çocuk 2...)
KA 1	: Kontrol Grubu Anne 1 (KA 2: Kontrol Grubu Anne 2...)

1 GİRİŞ

Bebekler doğar doğmaz, oluşabilecek tehlikelerden kendilerini koruyacak ve temel ihtiyaçlarını giderecek bir yetiştikine ihtiyaç duyarlar. Söz konusu bu ihtiyaçlar bebek ile ona bakım verecek yetiştik kişi arasında bir bağ kurulmasına yol açar (Yüksel ve Kurtuluş, 2016). Bebeğin dünyaya geldiği andan itibaren oluşan bu psikolojik bağın programlanmış olduğuna dair görüşler de literatürde yer almaktadır (Türköz, 2007). Diğer yandan yine doğumdan itibaren çocuğun ailesi sosyalleşmeye başladığı ilk çevresidir. Bu ilk sosyal çevre ona bazı davranış kalıplarını gözlemleme ve uygulama imkânı verir. Değer yargılarını da öğrendiği ailesi aynı zamanda toplumun en küçük yapısı olarak çocuğa ihtiyaçlarını karşılayabileceği ve kendini tamamlayabileceği bir ortam sunar (Günel, 2007). Aile ortamında gerçekleşen bütün bu sosyal yönlü olayların en önemli eğitimcileri anne babalardır. Küçük yaş çocuklar her ne kadar kendilerinden daha büyük kardeşlerinden de bazı şeyler öğrenseler bile özellikle 0-6 yaş çağlarında sorumlulukları üstlenen anne ve babanın etkili iletişim becerilerine ve iyi bir bakıma ihtiyaçları vardır. İşte bütün bu süreçler boyunca çocuğun bakım aldığı anne ve babasıyla kurduğu etkileşim çocuğun gelişiminde oldukça etkili bir öneme sahiptir (Sayar ve Tüzün, 2006). Çünkü çocuk aile bireyleriyle girdiği etkileşim süreçleri boyunca toplumsal yaşamda etkileşime gireceği kişilere karşı gerçekleştireceği olumlu davranışların da temellerini kazanacak ve psikolojik doyuma erişen çocuk toplumsal kurallara daha kolay uyum sağlayabilecektir.

Bebeklik döneminde temellenen ve bireyin sonraki yaşamında başka bireylerle ilişkilerine de etki eden bu bağ zamanla değişmektedir. Yaşamlarının ilk evrelerinde iyi bakılan bebekler kendisine temel bakım verenlerle güvenli bir bağ kurmuş olsa da sonraki evrelerde bakımın ve ilişkinin niteliğinin değişmesi ile kurulmuş olan bu bağ bozulmuş olabilecektir (Berk, 2013). Bireyin sonraki sosyal ilişkilerine engel olabilecek değişkenlerin tam da okul öncesi dönemde fark edilmesi ve bu değişkenler üzerinde durulması, çocuğun sonraki dönemlerinde ortaya çıkabilecek telafisi zor sorunların önlenmesi açısından son derece önemlidir. Bu sebeple yalnızca bebeklik evresinde değil sonraki dönemlerde de ebeveyn tutumları ve davranışları ile bağlanma arasındaki ilişkinin incelenmesi yüksek derecede önem taşımaktadır.

Araştırmalar bağlanma türlerinin, sosyal-duygusal işlevsellikle ilişkili olduğunu; güvensiz bağlanan bebeklerin, güvenli bağlanan bebeklere oranla daha düşük seviyede sosyal ve duygusal alanda işlevsellik gösterdiklerini ortaya koymuştur. Cassidy (1988),

okul öncesi çağıdaki 6 yaş çocuklarda bağlanma ile kendilik temsili arasındaki ilişkiyi ortaya koyduğu araştırmasında güvenli bağlanan çocukların gerek zayıf gerek güçlü yönlerini araştırmaya ve görmeye daha açık olduklarını; ayrıca kendilerini olumlu bir ışık altında değerlendirdiklerini belirlemiştir. Araştırmada, kukla görüşmesi ve oyuncak ailesi gibi yöntemler kullanılmıştır. Güvenli bağlanan çocukların hikâyelerinde çocuk figürü genelde kabul ve değer gören ve şefkat gösterilen olduğu dikkat çekmiştir. Aynı zamanda güvenli bağlanan çocuklar, güvensiz bağlanan çocuklara oranla kendilik rollerinde esnek bir algı ortaya koymuşlardır. Bu çocuklar mükemmel olamamayı kolayca kabullenmişler ve çevre ilişkilerinde strese karşı daha toleranslı olmuşlardır.

Bağlanma kuramı, bir psikanalist olan John Bowlby tarafından ortaya konmuştur. John Bowlby çocukların duygusal problemlerini, nesne ilişkileri kuramcılarının ve güdülerini temelinde işleyen psikanalitik kuramcılardan ayrıştırarak bir kuram geliştirmiştir (Bretherton, 1992). Bu anlamda Bowlby, bağın oluşmasında yalnızca temel ihtiyaçların giderilmesinin yetmeyeceğini aynı zamanda bebeğin bakım vereni ile kuracak olduğu duygusal bağın da gerekliliğini vurgulamıştır (Dönmez, 1998).

Ijzendoorn (2007), bağlanmanın dört aşamada gerçekleştiğini savunur. Doğumdan sonra altı hafta dolana kadar olan aşama bağlanma öncesi aşama süreci olarak adlandırılır. Bebek bu dönemde bakım verene henüz bağlanmış değildir ama annenin kokusunu ve sesini ayırt edebilmektedir. Altıncı haftadan, 6-8 ay olana kadar olan süre ikinci aşamadır ve bu dönemde bağlanma oluşur. Bebeğe güven duygusu oluşmaya başlar ve yabancı biri ayırt edilebilir. Bundan sonra bebek 24 aylık olana kadar geçen sürede bakım veren ile yabancı kişi ayırt edildiği gibi bakım verenden ayrıldığında bebek kaygı yaşar. Son aşama karşılıklı ilişki oluşturma aşamasıdır ve 18-24 ayın sonrasını kapsar. Bu dönemde bakım verenin geri döneceği bilindiği için ayrılık kaygısına daha az tepki verilir.

Mary Ainsworth, Ganda (Uganda) kadınlarıyla yaptığı deneylerde “güvenli”, “güvensiz” ve “bağlanmayan çocuklar” şeklinde 3 grup bağlanma örüntüsü ortaya koymuştur (Bretherton, 1992). Güvenli bağlanmada anne ve bebek etkileşiminde Ainsworth’un önem verdiği nokta “güven”dir (Bowlby, 2012).

Güvenli ve güvensiz bağlanmanın okul öncesi çağda bulunan çocuklar ve onların geleceği üzerindeki etkileri ele alınan çoğu araştırmada; güvenli bağlanmanın, insan gelişiminde çok olumlu etkiler meydana getirdiği görülmüştür. Güvenli bağlanan çocuklar ileriki yaşamlarında; duygusal olarak gelişmiş bir esnekliğe, sosyal işlevselliğe ve bilişsel

becerilere sahipken güvensiz bağlanan çocuklar ise sözü edilen esneklik, beceri ve işlevsellikte daha zayıf kalmaktadırlar. Güvensiz bağlanma ayrıca sosyal ilişkilerde zorluklar, duygusal katılık, başkalarının zihninden geçenleri anlamada sorunlar, dikkatte bozulmalar ve stres durumlarında risk altında olmak gibi sorunlara yol açmaktadır (Siegel, 2001). Yetişkinlik döneminde ise aynı bulgulara paralel olarak bebeklik döneminde güvenli bağlananların, yapıcı bir bilgi işlem yeteneğine sahip oldukları, bilişsel yeteneğin daha üst seviyede olduğu, kendileri ve yaşadıkları dünya hakkında olumlu görüşlere sahip oldukları, uyuşmayan bilgilerde olumlu tutum gösterdikleri, olumsuz duygu durumlarına güvensiz bağlananlardan daha düşük seviyede bir fizyolojik uyarımla tepki verdikleri görülmüştür. Güvenli bağlanan çocuklar ileriki yaşamlarında keşif ve araştırma deneyimlerinden keyif almaktadırlar (Mikulincer, 1998).

Bağlanma örüntülerinin zaman içinde ve erken çocukluk döneminden itibaren devam etme eğiliminde olması, bağlanmanın olduğu dönemlerde kişilerarası bir farklılık meydana gelmesinden ve bu farklılığın duygusal-bilişsel-sosyal yollardan, hayatın akışına çeşitli yönler kazandırmasından kaynaklanmaktadır. Yoksa bağlanma örüntüleri durağan bir yapıya sahip değildir. Sroufe, Egeland ve Kreutzer (1990), çocukların davranış ve inanç sistemlerini erken bağlanma örüntülerinin ilerleyen gelişim dönemlerindeki kalıcılığının bu örüntüler üzerine kurmalarından kaynaklandığını söylemektedirler. Belsky ve Cassidy (1994) de bebeklik döneminden itibaren başlayan bağlanma deneyimlerinin gelecekteki işlevlerine etki eden yolları “*zihinsel temsillerin etkilenmesi*”, “*zihinsel temsillerin bilişsel işleyişi, dikkat ve bellek süreçlerini etkilemesi*”, “*bilişsel işlevlerin de çocuğun sonraki toplumsal ilişkilerine ve duygusal işlevlerine etki etmesi*” şeklinde açıklar; verdiği örnekte güvensiz bağlanan çocukların sevilmedikleri düşüncesiyle kendilerini diğer arkadaşlarından uzak tuttukları için onlarla problem yaşadıklarını belirtmektedir.

Hazan ve Shaver (1994), bağlanma sistemini harekete geçiren esas ihtiyacın güvenlik aramak olduğu düşüncesiyle, güvenli bağlanma örüntüsünün güvensiz bağlanma örüntüsünden daha kalıcı olmasını ve meydana gelen değişikliklerin daha çok güvenli bağlanma doğrultusunda olması olasılığını yüksek bulmaktadır.

Güvensiz bağlanma stiline sahip okul öncesi çocukların (4-6 yaş) annelerinin ebeveynlik becerilerini Filial Terapi aracılığıyla geliştirerek çocukların güvenli bağlanma stilleri geliştirmelerini sağlamayı amaç edinen bu çalışmaya konu olan Filial Terapi, Bernard

Guerney ve Louise Guerney tarafından 1964 yılında geliştirilmiştir. Ardından Dr. Risë Van Fleet'in farklı ülkelerde yaptığı araştırmalar Filial Terapinin öncü çalışmalarından olmuştur. Filial sözcüğü, Latince evlat anlamına gelmektedir ve ebeveyn-çocuk ilişkisi üzerine odaklanır (Hack, 2005). Filial Terapi gelişimsel ve duygusal bozukluğa sahip çocukların tedavisinde kullanılan aslında yeni bir terapi yöntemidir. Filial Terapinin etkililiği gelişimsel ve duygusal bozukluğu olan çocuklara evde yapılan oyun etkinliklerinin öğrenilmesine ve terapötik değişimde ailelerin verimliliğine bağlıdır (Guerney, 1976). Filial Terapi modelinde asıl amaç, anne ve babaya oyun terapisinin temel becerilerini kazandırmak ve onların terapötik bir ajan haline gelmesini sağlamaktır. Bu şekilde ebeveynler etkili ve yeni beceriler kazanacak ve bu becerileri günlük yaşamlarına entegre edebileceklerdir. Oyun terapisi seansları sonlansa bile yeni anne-baba rolleriyle ileride yaşayabilecekleri problemlerle baş edebileceklerdir.

Literatür tarandığında 4-6 yaş okul öncesi çağıdaki çocukların bağlanma davranış örüntülerini geliştiren çalışmalar olduğu görülmektedir. Filial Terapi ile çocuklarda bağlanma davranışlarını geliştiren ve anneleri de dâhil eden çalışmaların sayısı azdır. Bu çalışmaların ilki Guerney ve ekibi tarafından Filial Terapinin çocuk psikoterapilerindeki etkisi üzerinedir (Landreth ve Bratton, 2006). Kore, Çin, Almanya, İspanya ve İsrail gibi farklı kültürlerdeki anne-babalara Filial Terapi eğitimi verilerek terapinin farklı kültürlerdeki ortak etkisi ortaya konmuştur (Chau ve Landreth, 1997). Ray (2003), anne çocuk ilişkisi üzerine çalışırken Bavin-Hoffman, Jennings ve Landreth (1996), evli çiftler, evlatlık edinmiş ebeveynler, tek ebeveynler, tutuklu ebeveynler gibi farklı ebeveyn gruplarıyla çalışmışlardır. Smith ve Landreth (2003), Filial Terapiyi aile içi şiddete maruz kalmış anneler ve çocuklarına bir müdahale programı olarak uygulamıştır. Costas ve Landreth (1999) da cinsel istismara uğramış çocuklar ve ebeveynlerini incelemiştir. Türkiye'deki kısıtlı yayınlar ise anne çocuk ilişkisi, bakım elemanları, özel çocuklar ve yetenekli çocuklar üzerine yoğunlaşmıştır (Costas ve Landreth 1999).

Okul öncesi dönemde anne babaların çocukları ile olan ilişkilerini ele alan bütün çalışmalarda ebeveyn rollerinin çocuğun gelişimindeki önemine çokça atıflar yapılmıştır. Söz konusu araştırmalar özellikle okul öncesi dönemin çok kritik bir safha olduğuna dikkat çekmişlerdir. Bebek büyüdükçe anne babasıyla olan etkileşimi çeşitlenerek çoğalmakta, bu durum çocuk gelişimini farklı boyutlara taşımaktadır. Bu amaçla bu çalışmada annelere verilecek olan Filial Terapinin okul öncesi dönemdeki çocukların

bağlanma örüntüsüne etkisi incelenmiştir. Araştırmada özellikle güvensiz bağlanan çocukların iletişim ve sosyal becerilerini geliştirmek amacıyla terapiye çocuğu ve anneyi dâhil ederek oyun terapisiyle aile terapisini birleştiren terapötik bir yaklaşım olan Filial Terapi modelinin uygulanması amaçlanmıştır. Bu araştırmadan elde edilecek sonuç ve bulguların, aile danışmanlarına, psikolojik danışmanlara ve uzmanlara önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

1.1 Araştırma Problemi

Bu araştırmada güvensiz bağlanma stiline sahip okul öncesi çocukların (4-6 yaş) annelerinin ebeveynlik becerilerini Filial Terapi aracılığıyla geliştirerek çocukların güvenli bağlanma stillerine etkisini incelemek amaçlanmıştır. Bu çerçevede aşağıdaki alt problemlere cevap aranmıştır:

- 1) Deney ve kontrol grubunda yer alan annelerin çocuklarının ön test ve son test sonrası Güvenli Yer Senaryoları Testi değerlendirmeleri anlamlı bir biçimde farklılaşmakta mıdır?
- 2) Deney ve kontrol grubunda yer alan annelerin çocuklarının ön test ve son test sonrası Bir Aile Çiz Testi değerlendirmeleri anlamlı bir biçimde farklılaşmakta mıdır?
- 3) Deney grubunda yer alan annelerin Çocuk Anababa İlişki Ölçeğinin toplam ve alt ölçeklerinden aldıkları ön test ve son test puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmakta mıdır?
- 4) Kontrol grubunda yer alan annelerin Çocuk Anababa İlişki Ölçeğinin toplam ve alt ölçeklerinden aldıkları ön test ve son test puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmakta mıdır?
- 5) Deney ve kontrol grubunda yer alan annelerin Çocuk Anababa İlişki Ölçeğinin toplam ve alt ölçeklerinden aldıkları son test puan karşılaştırmaları arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmakta mıdır?
- 6) Filial Terapi uygulamalarına katılan annelerin anne-çocuk iletişimi nasıl etkilenmiştir?

1.2 Amaç

Oyun ve aile kavramları 4-6 yaş okul öncesi çocukları için çok önemli işlevlere sahiptir. Bu çalışmada Filial Terapi diğer adıyla Çocuk Ebeveyn İlişkileri Terapisi yoluyla çocukların özellikle anneleriyle olan ilişkilerinin güçlendirilmesi, annelerinin ise

çocuklarını olduğu şekilde kabullenmesi ve onlarla kurdukları empati düzeylerinin artırılması yoluyla çocuklarda görülen güvensiz bağlanma sorunlarının azaltılması amaçlanmıştır. Filial Terapi; anlayış, sevgi, şefkat, sadakat, aidiyet ve güven inşa ederek aile ile çocuk arasındaki ilişkiyi daha güçlü hale getirir (Cavedo ve Guernsey, 1999).

Filial Terapi uygulamalarındaki amaç ebeveynlere yargılayıcı olmayan bir anlayış ve kabul ortamı meydana getirmek, etkili ebeveynlik becerileri öğretilerek evde anne-çocuk ilişkisini geliştirmek, böylece hem çocuk hem de ebeveyn için kişisel gelişimi ve değişimi kolaylaştırarak çocukların güvenli bağlanma yolları geliştirmelerini sağlamaktır. Araştırmanın annelik rolleri yönünden amacı da anne olma becerilerinin niteliğinin artırılması konusunda rehberlik etmektir. Bu sayede anne-çocuk ilişkisi bağlamında hem çocuk hem de anne, davranışlar ve duygular yönünden daha sağlıklı hale gelecek, iletişimsel problemler azalacak, çocuğun özdenetim ve duygu düzenleme becerileri artacaktır. Ayrıca çalışma sonucunda okul öncesi kurumlarda ve ilkokullarda çalışan psikolojik danışmanların ebeveynler ile yürütebileceği Filial Terapi programının ebeveynlerin becerilerini ve çocukların duygusal ve sosyal gelişimleri üzerinde işlevselliğinin bu araştırma ile somutlaştırılması sağlanarak psikolojik danışmanlar tarafından kullanılmasının yaygınlaştırılması da amaçlar arasındadır.

1.3 Önem

Araştırmada uygulanan Filial Terapi; ailede çocuğu merkeze alan ve planlanmış bir eğitim programı doğrultusunda oyun oynamayı öngören bir modeldir. Bu terapi modeli ile ebeveynler ihtiyaç, içerik yansıtma, duygu, koşulsuz kabul, aktif dinleme, sınır koyma vb. birçok beceriyi oynayarak öğrenmektedirler. İlk olarak ebeveynlerle (araştırma kapsamında annelerle) eğitim seansları yapılarak, sonra da annelere çocuklarıyla 30 dakika süren özelleştirilmiş oyun oynatılarak yapılan bu uygulama güvensiz bağlanma stiline sahip çocuk ve annesi yönünden önem taşımaktadır. Okul öncesi çocukların anneleriyle birlikte yer aldıkları bu deneysel çalışmada annelere eğitimler verilmekte, diğer ailelerin de kendi yaşadıklarına benzer yaşantılar geçirdiklerini fark etmekte ve yalnız olmadıklarını anlamalarını sağlamaktadır. Bu durum onlara hem bir rahatlık sağlamakta hem de kendilerini geliştirmelerine imkân tanımaktadır. Özel oyun zamanlarında da öğrendikleri becerileri günlük hayata yansıtarak güvensiz bağlanma stiline sahip çocuklarının gelişiminde önemli becerilere sahip olmaktadır.

Çocuklar, annelerinin ebeveynlik becerileri artması sayesinde anneleriyle oynadıkları oyun aracılığıyla anne-çocuk arasındaki iletişim güçlenecek, iletişim becerileri ve sosyal ilişkiler yönünden gelişme kaydedecekler ve güvenli bağlanma davranışları gelişecektir. Çocukların bağlanma stillerinde annelere, anne-çocuk arasındaki sağlıklı ilişki becerileri öğretilerek aralarında doğal olarak kurulması gereken, geçmişte kurulamayan güvensiz bağların telafi edilmesi sağlanarak çocuklarda güvenli davranış örüntüsünün geliştirilmesi bu çalışmanın en güçlü tarafıdır. Hem dünyada hem de ülkemizde bu tür çalışmalar oldukça kısıtlıdır. Alan yazında son derece kısıtlı olarak yer alan bu çalışmalara bir yenisinin eklenecek olması, elde edilen bulguların hem ebeveynler hem de çocuklardan alınan nicel, nitel ve projektif verilerle desteklenecek olması, sonuçların aile danışmanlarına, psikolojik danışmanlara ve uzmanlara teorik ve pratik yönlerden önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

1.4 Varsayımlar

- 1) Çalışmaya dâhil edilen anne grubunun araştırmada kullanılan ölçme ve veri toplama araçlarına içtenlikle ve objektif olarak cevap verdikleri varsayılmıştır.
- 2) Çalışmaya dâhil edilen anne ve çocuk grubundan elde edilen verilerin benzer özellikteki gruplara genellenebileceği varsayılmaktadır.
- 3) Çalışmaya dâhil edilen çocuk grubunun duygu ve düşüncelerini yansıttığı varsayılmaktadır.
- 4) Annelerin eğitim sürecine düzenli katılım göstereceği varsayılmıştır.

1.5 Sınırlılıklar

- 1) Araştırmada güvensiz bağlanan 4-6 yaş grubundaki 8 çocuk ve annesi yer almıştır.
- 2) Anne eğitimi ve Filial Terapi uygulaması 10 hafta ile sınırlıdır.

1.6 Tanımlar

Güvenli bağlanma: Çocuğun, bakım verenine karşı güven duyduğu ve ihtiyaç anında destek alabileceğine inandığı bağlanma biçimidir (Bowlby, 2012).

Güvensiz Bağlanma: Çocuğun, bakım verenine yönelik güven duygusunun zayıf olduğu, ilişkide kaygı ve belirsizliğin hâkim olduğu bağlanma türüdür (Bowlby, 2012).

Filial Terapi: Ebeveynlerin, uzman rehberliğinde çocuklarıyla özel oyun seansları yaparak ilişkilerini güçlendirmeyi amaçlayan bir terapi yöntemidir (VanFleet ve Guernsey, 2003).

Okul öncesi: Çocukların ilkokuldan önceki dönemi kapsayan, gelişimsel ve eğitsel süreçtir (MEB, 2014).

4-6 yaş çocuk: Bilişsel, sosyal ve duygusal gelişimin hızlandığı, okul öncesi döneme ait çocuk yaş grubudur (MEB, 2014).



2 ALAN YAZIN

Bu bölümde öncelikle okul öncesi dönemdeki çocukların özellikleri anlatılacaktır. Sonrasında çocuklarda bağlanmanın gelişimine ilişkin ve Filial Terapiye ilişkin kuramsal bilgilere yer verilmiştir.

2.1 Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Özellikleri

4-6 yaş arası çocuklar arasında bazı farklılıklar olsa da benzer gelişimsel özellikler gösterirler. Kişinin geçirdiği değişimler fiziksel, zihinsel, sosyal ve duygusal gelişim gibi farklı başlıklar altında incelenebilir. Fiziksel gelişim yönünden bu dönemde büyüme hızı çocukluk dönemine göre daha yavaştır. Erkek çocuklarında kız çocuklarına göre daha fazla kemik ve kas kütlesi vardır. Büyük kasların gelişimi, küçük kasların gelişiminden daha iyidir. Bu nedenle zıplama, koşma gibi ince ve küçük beceriler gerektiren hareketleri yapabilirler (Yavuzer, 2002).

Bilişsel gelişim yönünden mantık kurallarına göre düşünemez ve sonuçlara varamazlar, problemleri anlayışlarıyla çözerler. Nesne korunumu henüz gelişmezken dikkat çekici özelliklere odaklanıp diğer özellikleri görmezden gelebilirler. Korunum, bir nesnenin bazı fiziksel özellikleri veya konumu değişirse, boyutunun, alanının, miktarının, sayısının vb. değişmeyeceği ilkesidir. Bazı durumlarda cansız nesnelere sanki canlıymış gibi davrandıklarını gözlemlenebilir. Ortalama beş ila altı kelimeden oluşan cümleler kurabilirler, hayal ve gerçekliğin bir karışımı olan hikâyeler ve masallar anlatabilirler (Erden ve Akman, 2003).

Sosyal ve duygusal gelişim yönünden incelendiklerinde benmerkezcilik devam eder ancak azalmaktadır. Kendilerini başkasının yerine koyamazlar, onların duygularını ve ihtiyaçlarını anlayamazlar. Özel arkadaşlar edinebilir ve bir grupta oynamaya başlayabilirler. Kendi haklarını savunabilirler ve başkalarının haklarına saygı duymayı öğrenmişlerdir. Uyum sağlama, samimiyet, sorumluluk, iş birliği ve ortaklık becerileri gelişmeye başlamıştır. Görev bilinçleri gelişmiştir ve bunu başarıyla tamamlayabilirler. Yetişkinleri eleştirmekten korkmayarak direndikleri de gözlemlenebilir. Ancak, memnun etmekten ve onaylamaktan hoşlanırlar. 4-6 yaş grubu çocuklar yetişkinlerin sınırlarını anlayabilir ve buna göre hareket edebilirler. Ancak zaman zaman saldırgan ve kaba davranışlar sergileyerek dikkat çekmeye çalışabilirler (Erden ve Akman, 2003).

2.2 Bağlanma Kuramları

Freud, bağlanmanın fizyolojik ihtiyaçlardan kaynaklandığını ileri sürerken bebeğin emme, beslenme gibi ağız yollu eylemlerinden tatmin olduğunu söylemiştir. Bu tatminin annesiyle ilişkili olması da bebeğin bağlanmasında anne en önemli figür olmaktadır. Freud, anne kavramını tüm yaşam boyunca ilk olarak kurulan, değiştirilemez, en güçlü ve eşsiz bir sevgi objesi olarak tanımlar (Freud, 2019). Bağlanma sürecinde bebek pasif bir rol oynasa da oluşacak bağ bebeğin sonraki hayatında çok önemlidir. Çünkü bebeğin annesiyle kurduğu güvenlik hissi, sonraki duygusal ilişkilerin sağlıklı olmasını sağlayacaktır (Miller, 1993).

Bağlanma ile ilgili kuramsal görüşler Bowlby'nin görüşleriyle şekillenmekle birlikte psikanalitik, öğrenme, bilişsel kuramlar da değinmişlerdir. Bu kuramların görüşlerine kısaca değinildikten sonra Bowlby'nin görüşlerine yer verilecektir. Öğrenme kuramları, organizmada meydana gelen açlık vb. dürtülerin birincil pekiştirelerle tatmin edildiğini ileri sürer. Söz konusu pekiştireçler bir nevi biyolojik gereksinimleri karşılayan ödüllerdir. Bebek için en önemli birincil pekiştireç beslenmedir. Geriye kalan ödüller ikincil sınıflamada yer alır. Ancak ikincil pekiştireçler birincil pekiştirelerle birlikte pekiştireç haline gelir. Yani anne beslenmeden dolayı ödöl haline gelir. Öğrenme teorisi kuramcılarının bazılarına göre anne ve beslenme ilişkisinin yanı sıra annenin dokunması, görsel uyaran sağlaması bebeği tatmin eden ikincil ödüller bebeğin annesine bağlanmasını sağlayan faktörlerdendir. Öğrenme kuramları bebeği pasif bir konuma sokarak çevresel deneyimlere odaklanır (Sümer, 2006).

Bilişsel gelişim yaklaşımını savunan bilim insanları, bağlanmayı belirli bilişsel kapasitelerin kazanılmasıyla ilişkilendirirler. Bebek ayrılma kaygısına ya da yabancı kaygısına kapılmadan önce çevresindeki varlıkların onun görmemesine rağmen var olmaya devam ettiklerini anlamak zorundadır (Bukatko,1995). Bebeğin yabancı kaygısına kapılması onun, bakıcısıyla yabancıнын yüzünü kıyaslayabilmesi, bunun meydana gelebilmesi için de bakıcısının temsilini içselleştirmiş olması gereklidir. Bebeğin ayrılma kaygısına kapılması için de onun bakıcısını görmemesine rağmen varlığını devam ettirdiğini, onun farklı bir mekânda olduğunu bilmesi gereklidir. Sekiz aylık bebekler üzerinde yapılan araştırmalar güçlü bağlanma göstergelerinin ve nesne sürekliliğinin aynı döneme denk geldiğini göstermektedir (Sümer, 2006).

Kaz yavruları üzerinde ilk gözlemlerini yapan Lorenz, kaz yavrusu yumurtadan ilk çıktığı anda kendisinin peşinden geldiğini görmüştür. Sonrasında kaz yavrusunun annesi geldiği halde yavru Lorenz'i takibe devam etmiştir. Basımlamanın gerçekleşmesi için civcivin doğumundan itibaren 13–16 saatlik bir zaman sürecinde hareketli nesneyle baş başa olması gerekmektedir. Bu aşamanın sona ermesi tüketilen zamana paralel olarak zorlaşmaya başlar. Bu aşamaya “kritik dönem” adı verilir. Bazı kanatlıların yumurtadan çıkar çıkmaz hareket eden ilk nesneye bağlanarak sürekli o nesneyi izlemelerine “Basımlama” denir. Bu durum doğuştan gelen içgüdüsel bir davranıştır (Cüceloğlu, 1997).

Bebeğin doğuştan getirdiği eğilimler bakıcıya işaret verirken bakıcının da bu işaretlere tepki verme eğilimleri Etolojik yaklaşımın bağlanma kuramının temelini teşkil eder. İkinci Dünya Savaşı'nın hemen sonrasında çok küçük yaşlarda yetimhanelerde ve hastanelerde uzun süre kalmış olan çocuklarda sosyal geri çekilme, zihinsel bozukluk ve fiziksel gelişim gecikmeleri rapor edilmiştir (Schaffer, 1994). Bowlby bu bebeklerin çocukların uyumsuz davranışlarının bakıcısıyla yeterince olumlu ilişkiler geliştirememesine bağlamıştır. Yetiştirme yurtlarında çocukların fiziksel ihtiyaçları karşılanırsa bile bu durum bakıcının belli bir programı dâhilinde gerçekleşmektedir. Dolayısıyla bu durum yeterli bir bağın oluşmasını engellemektedir (Schaffer, 1994).

Rene Spitz, bir yetimhanede yaptığı çalışmada, bir çocuğun başlangıçta bakıcısının kaybına tepki verdiğini, ancak daha sonra ağlamayı bırakıp tepkisiz hale geldiğini gözlemlemiştir. Çocuk başlangıçta ağlayarak, üzgün hissederek ve annesinin yokluğunu kabul edemediği için öfkelenerek tepki vermiştir. Çocuk, ilk üç ila dört hafta boyunca nesnenin yokluğuna direnmiştir. Bakıcının yokluğu devam ettikçe çocuk ağlamayı bırakmış ve hiçbir tepki göstermemeye, çevresine ve ortamına kayıtsızca bakmaya başlamıştır. Çocuğun yüzü hiçbir duygu göstermemiş ve kendini dış dünyaya kapatmıştır. Böylece çevreyle temasını kesmiştir. Rene Spitz bu duruma Çocuklarda Anaklitik Depresyon adını vermiştir. Yetimhanelerdeki çocuklarda gözlemlediği bu durum, duygusal kusurları olan ailelerde büyüyen çocuklarda da görülebilmektedir (Spitz, 1946).

2.2.1 Bowlby'nin Bağlanma Kuramı

Bowlby, 1958 ve 1962 yılları arasında yayınladığı bağlanma kuramının temelleri çalışmalarında, bebeğin bakım verene ihtiyaç duymasının, bebek ve anne arasında bir bağ kurma fonksiyonu olan “bağlanma” davranışlarını ortaya çıkardığını savunur. Bu bağları;

emmek, gülümsemek, sarılmak ve ağlamak şeklindeki davranışlarla açıklar ve fiziksel ihtiyaçların karşılanmasından sonra da bu bağın devam ettiğini vurgular (Akt. Dönmez, 1998). İşte ortaya çıkan bu sıcaklığı arama durumu ve yakın olma isteği duygusal bağ kurma eğilimi olarak ifade edilmektedir. Bu eğilim bebeğin yaşamını idame ettirebilmesi için son derece önemlidir (Karakulak, 2009).

Bowlby, psikoanalitik kuramın, iç yaşama ve fantezilere odaklanarak gerçek yaşam deneyimlerini göz ardı ettiğini ileri sürmüştür. Kendisi de psikoanalitik gelenekten gelmesine rağmen çocuğun sağlıklı bir duygusal gelişim kaydetmesi için onların istikrarlı ve yakın bir bakım alma ilişkisine ihtiyaçları olduğunu söyler (Bowlby, 1969). Bowlby'nin doğumlarından sonra üç yıl içinde annelerinden ayrı kalan ve kurumlarda hayatlarını devam ettiren çocuklar üzerinde yaptığı araştırmalar; sonrasında iyi bakım verilse bile söz konusu çocukların psikolojik sorunlarla karşılaştığını ortaya koymuştur. Bu tespit “Çocuklar annelerini, açlık güdüsünü doyurdukları için severler.” şeklindeki psikoanalitik görüşü çürütmüştür (Hazan ve Shaver, 1994). Bowlby kuramını; “*The nature of the child's tie to his mother - Çocuğun anne ile bağının doğası*”, “*Separation anxiety - Ayrılık kaygısı*” ve “*Grief and mourning in infancy and early childhood - Erken çocukluk ve bebeklikte acı ve yas*” adlı makaleleriyle gerçeklik ve ilişkisellik deneyimleriyle kurmuş ve geliştirmiştir. Bowlby'nin bu üç makalesi olumlu ve olumsuz yankılar uyandırmış, özellikle son makalesi Bowlby'nin en çok ses getiren ve bağlanma kuramının ana gövdesini oluşturan çalışma olmuştur. Üçüncü makalesinde Bowlby, Anna Freud'un görüşünden ayrılarak hem bebeklerin hem de çocukların yas yaşayabilme potansiyellerinin olduğunu, bu durumun aynı zamanda birincil bakıcı ile kurdukları bağın derinliğini ortaya koyduğunu ileri sürmüştür. Diğer yandan protesto-umutsuzluk-kopma davranışlarının da ortak bir süreç içerisinde geliştiğini vurgulamıştır (Bowlby, 1960). Bağlanma örüntüleri sınıflamasının ilk yol işaretleri yine üçüncü makalesindeki ayrılıktan etkilenmez görünmenin ve aşırı kaygılanmanın bağlanmaya ilişkin birtakım sorunlara işaret ettiği düşüncesiyle çizilmiştir. Bu durum dört bilim insanını; Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall, (1978) Bowlby'in çalışmalarından etkilenerek birlikte yapacakları ortak çalışmaya yönlendirilmişler ve böylece bağlanma örüntülerinin ilk adımları atılmıştır.

Bowlby, bu çok önemli üç makalesinden dokuz yıl sonra da “Bağlanma ve Kayıp” adlı üç temel kitaptan oluşan serinin ilkinin “Bağlanma” adıyla yayımlamıştır (Bowlby, 1969). “Ayrılık” adlı ikinci seri 1973 yılında (Bowlby, 1973), “Kayıp” adlı seri de 1980 yılında

yayımlamıştır (Bowlby, 1980). Bağlanma kuramının önemli temsilcilerinden biri de Ainsworth'tür. Kişilik gelişimi hakkındaki düşünceleri Bowlby ve Ainsworth'ün önceleri benzerlik gösterse de onlar, karşılaştıkları ve birlikte çalıştıkları süreç içerisinde ortak bir çerçevede buluşmuşlardır. Bowlby'nin Tavistock Kliniği'ndeki araştırma projesine katılan Mary Ainsworth, Bowlby'nin tezlerini deneylerle sınamış ve teorinin önemli kavramlarının yayılmasında liderlik göstermiştir (Bretherton, 1992, 2003).

Bowlby, bir çocuğun kişilik gelişiminde anne ve babanın etkileşiminin oynadığı rolü Londra Çocuk Danışma Kliniği'nde çalışırken görmüştür. Bu amaçla 1948 yılında kendisine ait araştırma ünitesini kurmuş, burada daha çok, anneden erken ayrılma durumu üzerinde çalışmıştır. Bu amaçla ailelerinden ayrılmış olan altmışaltı çocuğu (1-4 yaş grubu) gözlemlemek üzere James Robertson'ı görevlendirmiştir. İkinci Dünya savaşı dönemine denk gelen bu araştırmalarda ayrılma/bir araya gelme olgularının aileler üzerindeki etkisi ele alınmıştır. Dünya Sağlık Örgütü (WHO) Bowlby'den savaş sonrasında ailelerini yitiren çocukların durumları için yardım istemesi onun üçüncü araştırmasını yapmasına olanak sağlamıştır. Bowlby'nin araştırmaları, psikoanalitik kuramın ayrılma ve bir araya gelmenin çocuğun tepkisinin açıklanmasında yetersiz kaldığı sonucunu ortaya koymuştur. Bowlby bu sebeple etolojik yaklaşıma yakınlık duymaya başlamış diğer yandan Harlow'un bebek maymunlarla yaptığı hayvan araştırmalarından etkilenmiştir. Bu sebeple bebeğin annesiyle olan bağın beslenmeden daha çok fiziksel temasla oluştuğu görüşünü ortaya atmıştır. Bebeğin bağlanmasında davranışsal bir sistem kontrolü sağlamakta iken bebeğin davranışları ise amaçları doğrulamaktadır. Bu sistem bebeği gözetmekte, korumakta, yetişkinliğine yakınlığı sürdürmekte, çocuğun güvende ve hayatta kalmasını sağlamaktadır. Bowlby bağlanma davranışını; birincil ihtiyaçlar kadar önemli bulmuş; insanoğlunun karanlık, tuhaf, tehlikeli ve bilmediklerinden korkması sebebiyle diğer insanların yakınlığına ve desteğine ihtiyaç duyduklarını; dolayısıyla her bireyin bir bağlanma donanımıyla yaşama gözünü açtığını ve bu sebeple yaşam boyu devam eden bir insani davranış olduğunu belirtmiştir (Ainsworth ve Bowlby, 1991). Bağlanma duygusal bir süreç olduğu için güvenliği ve rahatlığı kapsamaktadır (Bretherton, 1992). Bebekler bağlandıkları figürler ortadan kalkarsa üç tip temel tepki gösterirler. İlk olarak ağlarlar ve içinde bulundukları durumu protesto ederler. İkinci bir tepki olarak umutsuzluğa bürünürler. Üçüncü tepki ise bağlanmanın çözülmesi şeklindedir (Hazan ve Shaver, 1994).

2.2.2 Ainsworth'ün Bağlanma Kuramı

Ainsworth ve arkadaşları Bowlby'nin kuramının temel sayıltılarını deney ve gözlem yoluyla sınamışlardır. “*Yabancı Ortam Deneyi*” olarak bilinen bu araştırmada 12-18 aylık bebekler ve anneleri “yalnız bırakılma”, “yabancıyla kalma”, “annenin geri dönmesi” değişkenlerle bağlanma sistemlerini aktive etmişlerdir. Bu gözlem ve deneylerde; Ainsworth ve arkadaşları ayrılma, yeniden birleşme ve yabancıyla yalnız kalma ortamlarındaki bebek tepkilerini göz önünde bulundurarak üç tip bağlanma stili ortaya koymuşlardır. Bunlar; Kaçınan (Güvensiz), Kaygılı/Kararsız (Güvensiz) ve Güvenli bağlanma stilleridir (Sümer ve Güngör, 1999).

Güvensiz (kaçınan) bağlanan bebek oranının %20 olduğu yapılan araştırmalarla ortaya konmuştur. Bu bebekler, anneleri ortamdan ayrılır ayrılmaz ağlamaya başlamaktadırlar ya da hiç ağlamayabilmektedirler. Annenin peşinden gelen yabancı, onları korkutmamakta hatta dostça bir tavır bile sergileyebilmektedirler (Bowlby, 2012). Anne ayrılıp geri geldiğinde, anne bebeğiyle iletişime geçmeye çalışsa da bebek bakışlarını veya vücudunun yönünü kaçırmaktadır (Crain, 1980).

Güvensiz (kaygılı/kararsız) bağlanan bebek oranının %10 olduğu yapılan araştırmalarla ortaya konmuştur (Bowlby, 2012). Güvensiz (kaygılı/kararsız) bağlanan bebekler annelerinin yanlarından ayrılmalarına aşırı tepkiler göstermişlerdir. Anneleri geri geldiğinde yapışma davranışı sergilemişler ve ani bir öfkeyle annelerinden uzaklaşmaya çalışmışlardır (Crain, 1980). Bu bebekler çoğunlukla diğer bebeklere göre daha öfkeli, az bir kısmı da diğerlerine göre biraz daha pasiftir (Bowlby, 2012).

Üçüncü bir güvensiz bağlanma türü olan dağınık bağlanmada anne ortamdan ayrılıp geri döndüğünde bebek şaşkınlık duygusu içindedir. İlk başta kaçınma davranışı göstererek kararsızlık sergilerken dengesizlik göstermektedirler. Zaman zaman hareketsiz bir şekilde kendisini annesinin kollarına bırakırken bazen de korkuyla annenin kollarından kendilerini kurtarmaya çalışmaktadırlar (Trawick-Smith, 2013). Ainsworth'e göre annesine güvenle bağlanan bebek annesi ortamdan uzaklaştığında keşfetmeye cesaretlidir ve annesinin yanından uzaklaştığını fark ettiğinde ağlamaya başlasa da kolay sakinleşir. Aynı bebek ortama yabancı biri geldiği zaman endişelenmez ve gerginlik yaşasa da kısa bir sürede bu hali atlatır. Annesi geri döndüğü zaman kucağa alınmak ister ya da anneye yapışır (Bowlby, 2012).

Brown ve Wright (2001), bakım verenin bebeğin gelen duygusal sinyallerine duyarlılığın, bebeğin duygusal yaşantılarını nasıl düzenleyeceği ve ne şekilde organize edeceği konusunda kritik bir öneme sahip olduğunu belirtir. Eğer bebek, bakım verenin olumsuz duygulara cevap verdiğini ve duyarlı olduğunu hissederse olumsuz duygularla başa çıkmak amacıyla daha çok rahatlama ve desteklenme stratejileri geliştirecektir. Bu durum güvenli bağlanma gelişimini güçlendirecektir. Aksine; bebek, bakım veren kişinin tutarsız ya da duyarsız olduğunu hissederse; olumsuz duyguyu olumsuz sonuçlar ile bağlantılı hale getirecek ve başa çıkma stratejileri güvensiz bağlanmaya sebep olacaktır. Güvenli bağlanan bir bebek, model olarak aldığı tepkisel olarak olumlu, güvenilir bir anne rolünden sevgiyi ve dikkati hak eden bir “kendilik modeli” geliştirecek ve bu durum daha sonraki ilişkilerine taşınacaktır. Güvensiz bağlanan bebekte ise insana ve dünyaya karşı tehditkâr veya olumsuz beklentilerle dolu “değersiz bir kendilik modeli” gelişecektir (Knox, 1999).

Cassidy (1988), 6 yaşındaki okul öncesi çocuklarda bağlanma ilişkisini incelediği araştırmasında, güvenli bağlanan çocukların öğrenmeye ve güçlü ve zayıf yönlerini görmeye daha açık oldukları; kendilerini daha olumlu bir ışıktaki değerlendirdikleri bulunmuştur. Çalışmada kukla görüşmeleri ve oyuncak aileleri gibi yöntemler kullanılmıştır. Güvenli bağlanan çocukların hikâyelerinin genellikle çocuğun imajına yönelik kabul, takdir ve sevgi gösterdiği kaydedilmiştir. Aynı zamanda güvenli bağlanan çocuklar, güvensiz bağlanan çocuklara kıyasla rolleri konusunda esnek bir anlayış göstermiştir. Bu çocuklar kusurlarını kolayca kabul etmiştir ve çevresel ilişkilerinde strese karşı daha toleranslıdır. Ego toleransı ve bağlanma arasındaki ilişkiyi inceleyen Arend, Gove ve Sroufe (1979), güvenli bağlanan 4-5 yaşındaki çocukların sorunlara yaklaşımlarında daha iddialı ve esnek olduklarını ve stresli durumlarda geri çekilmediklerini bulmuşlardır.

Erken çocukluk döneminin çocuklar ve gelecekleri üzerindeki etkilerini inceleyen çoğu çalışma, güvenli bağlanan çocukların yaşamlarının ilerleyen dönemlerinde dayanıklılık, sosyal işlevsellik ve bilişsel beceriler geliştirdiğini, güvensiz çocukların ise daha zayıf dayanıklılık, beceri ve işlevselliğe sahip olduğunu bulmuştur. Güvensiz bağlanma, sosyal zorluklar, duygusal istikrarsızlık, başkalarının zihninde olup biteni anlamada zorluk, dikkat eksikliği ve stresli durumlarda risk alma gibi sorunlarla ilişkilidir (Siegel, 2001). Bu bireyler yaşamlarının ilerleyen dönemlerinde keşif ve araştırma deneyimlerinden

hoşlanırlar (Mikulincer, 1998). Bağlanma örüntüleri statik bir yapıya sahip değildir. Sroufe, Egeland ve Kreutzer (1990), çocukların davranış ve inanç sistemlerindeki erken bağlanma örüntülerinin, bu örüntüleri oluşturdıkları için daha sonraki gelişim dönemlerinde daha istikrarlı olduğunu öne sürmüşlerdir. Belsky ve Cassidy (1994) de bebeklik döneminden itibaren başlayan bağlanma deneyimlerinin gelecekteki işlevlerine etki eden yolları “*zihinsel temsillerin etkilenmesi*”, “*zihinsel temsillerin bilişsel işleyişi, dikkat ve bellek süreçlerini etkilemesi*”, “*bilişsel işlevlerin de çocuğun sonraki toplumsal ilişkilerine ve duygusal işlevlerine etki etmesi*” şeklinde açıklar. Erken çocukluk döneminde örüntülenen güvensiz bağlanma deneyimlerinin erkenden teşhis edilmesi ve geleceğe yönelik olumsuz etkilerinin azaltılması veya ortadan kaldırılması özellikle okul öncesi çağda büyük önem taşımaktadır.

2.3 Filial Terapi (Çocuk Ebeveyn İlişkileri Terapisi)

Latin dilinde ‘filias (kız çocuk)’ ve ‘filios (erkek çocuk)’ sözcükleri ‘evlat’ anlamına gelen ‘filial’ sözcüğü ile aynı kökten gelir. “Filial Aile Terapisi”, “Çocuklarla İlişkiyi Geliştiren Aile Terapisi”, “Filial Oyun Terapisi”, “Çocuk Ebeveyn İlişkileri Terapisi” şeklindeki pek çok tanım aynı amaçla kullanılmaktadır (VanFleet, 2021).

Temelleri 20. Yüzyılın başlarında ünlü psikanalizci Sigmund Freud (1955) tarafından atılan Filial Terapiyle ilgili ilk oyun etkinliği 1909 yılında gerçekleşmiştir. Freud 5 yaşındaki Hans adlı bir çocuğun at fobisini yenmek için Hans’ın babasını terapötik süreçte dahil etmesi, Filial Terapinin ilk örneği olarak kabul edilir. Freud, Hans’ın babasının çocuk hakkında en iyi bilgiye sahip olduğu kabulüyle onun tedavi sürecinde etkili olabileceğini düşünmüş ve evde oğluyla oynaması için Hans’ın babasına oyun etkinlikleri öğretmiştir. Daha sonra ise Hans’ın babasıyla bu oyun seansları üzerine konuşarak danışmanlık vermiştir (Paul-Elling, 2003). Filial Terapiyi ilk kez kullanan ise yaklaşık 60 yıl öncesinde Bernard Guerney (1964) olmuştur. Filial Terapide amaç; ebeveyn çocuk ilişkilerinin tabiatında var olan terapötik gücü en üst seviyeye çıkararak çocukların ebeveynleri için terapötik bir ajan olarak kullanılabilmesidir (Guerney, 1964).

Freud ve Guerney arasındaki bir dönemde Axline (1947), danışan merkezli ve yönlendirmesiz oyun terapisi konseptiyle oyun terapisine yeni bir pencere açmıştır. Danışanın merkeze alındığı uygulamaları oyun terapisine uyarlamış ve son dönemlerde fazla tercih edilir olmuştur. Axline, çocuğun iyileşme potansiyeline doğuştan sahip olduğunu ancak bunun güven, sevgi ve koşulsuz kabul ortamında açığa çıkacağını ileri

sürmüştür. Terapist yalnızca bir oyun ortamı oluşturmali, çocuğun oyununu yorumlamali, onun keşfetmesine olanak sağlamalıdır; övgü şeklinde geri bildirimler vermemelidir. Axline'ın 1947 yılından bu yana çocuk psikolojisinin çok önemli konularından biri çocuk merkezli oyun terapisi ile “Benliğini Arayan Çocuk (2018)” ve “Oyun Terapisi (2019)” kitapları olmuştur. Bu iyileştirme modeli çocuğun doğumundan itibaren sağlıklı gelişmeye, büyümeye, kendini gerçekleştirmeye yönelik bir donanıma sahip olduğu düşüncesine dayanmaktadır (Axline, 1947).

Dorothy Baruch (1949), evde oyun seanslarının yapılmasının ebeveyn çocuk ilişkilerini geliştirebilmek için gerekli olduğunu belirtmiştir. Natalie Fuchs (1957), kızının tuvalet eğitiminde oyun seanslarından faydalanmıştır. Moustakas (1959) özel oyun terapisi tipini en eski ve ayrıntılı tanımlarından birini yapmıştır. Ayrıca evde oyun seanslarının çocukta bastırılmış gerilimleri serbest bırakacağını ileri sürmüştür.

Guerney (1964), Filial Terapi eğitiminde yönergeleri uygulama, oyun seansları düzenleme, rol yapma, ebeveynlerin tutum, duygu ve davranışlarının grup halinde işlenmesi şeklinde bir periyod belirlemektedir. Ona göre bu yaklaşımın sadece uyumlu çocuk ve ebeveynlerde değil; duygusal ve davranışsal güçlükler yaşayan çocuk - ebeveyn ilişkilerinde de etkili olduğunu vurgular. Filial Terapi, anne babaların kendilerini daha yetenekli ve daha değerli algılamalarını sağlarken grup desteği hissetmelerine de zemin hazırlayabilmektedir. Bu terapide anne-baba sadece çocuğun sözlü ifadelerine ve ani davranışlarına uygun şekilde tepki vermeyi öğrenmelidir. Aksine oyun kurallarını bilmesine gerek yoktur. Filial Terapinin asıl hedefi, ebeveyn ve çocuk ilişkilerinin önemine dikkat çekmek ve çocuğun nasıl bir birey olduğunun farkına varmaktır.

2.3.1 Filial Terapi ve Bağlanma Kuramı

Freud, bir çocuğun bebeklik deneyimlerinin önemini vurgulayan ilk kişidir. Anne-çocuk ilişkisini inceleyen bir diğer psikolog ise John Bowlby'dir. Freud'un ebeveyn-çocuk ve yetişkin-yetişkin ilişkilerinin birbirine benzer olduğu ve erken deneyimlerin daha sonraki yetişkin ilişkileri için birincil bir örnek oluşturacağı fikri John Bowlby'nin hareket noktalarından birisiydi (Waters ve Beauchaine, 2003). Ancak o, bu durumun ebeveyn-çocuk ilişkileri için yetersiz olduğuna inanıyordu (Bowlby, 1982). Anne ve çocuğu arasında gelişen bağı etkileyen birçok faktör olmasına rağmen anne ile çocuğu arasındaki bağı etkileyen önemli faktörlerden biri annenin bağlanma stilidir. Bağlanma stillerinin,

anneninin çocuğuyla olan ilişkisi de dahil olmak üzere tüm ilişkilerinde etkili olduğu düşünölmektedir (Kayahan, 2002).

Bowlby, çocuğun kişilerarası ilişkiler için zihinsel bir model geliştirdiğini ileri sürer. Çocuk erken ilişkilerinde sevgi, şefkat ve güveni deneyimlerse, kendini güven ve sevgiye layık biri olarak görecektir. Diğer yandan çocuğun sevgi, şefkat ve güven ihtiyaçları karşılanmazsa özdenetimi ve özsaygısı zaafa uğrayacaktır. Sevilen çocuk, yalnızca ebeveynleri tarafından değil, başkalarının sevgisine ve şefkatine güvenerek bir yaşam sürdürecektir (Burger, 2006). Bu nedenledir ki Ainsworth (1989), bebeklerin ebeveynleriyle olan ilişkilerinde meydana gelen bağlanma stillerinin genellikle yetişkin olduklarında kurdukları yakın ilişkilerde de tekrarlandığını ileri sürer.

Filial Terapi'nin öncelikli hedeflerinden ilki ebeveynler ve çocuklar arasındaki sağlıklı bağlanmayı gerçekleştirmektir (VanFleet ve ark., 2011). Filial terapistler, ebeveynlerin çocuklarını koşulsuz olarak kabullenmelerini, onların duygusal içerikli istek ve ihtiyaçlarına özen göstermelerini amaçlarlar. Çocuklar oyun seansları sürecinde kabul görmüş, anlaşılabilmiş olmalarından dolayı kendilerini önemli hissedecekler ve anne-babalarına güvenli bir şekilde bağlanacaklardır. Bu kazanım çocukların diğer kişilerle kuracakları etkileşimlerde öz güvenli olmalarını sağlayacaktır (Guerney ve Ryan, 2013).

2.3.2 Filial Terapi ve Aile Terapisi

Aile terapistleri, aile üyelerinden birinin yaşadığı problemin yalnızca problemi yaşayan kişinin özelinde değil aile bağlamında ele alınması gerektiğini görüşündedir (Carmichael, 2006). Aile kurumunun toplumun en güçlü sistemi olması sebebiyle Filial Terapinin hassasiyetle üzerine eğildiği konu, çocuğun duygusal yönden güçlendirilmesi ve aile içi ilişkilerin geliştirilmeye çalışılmasıdır. Filial Terapi, çocukların yaşadığı zorlukların bu şekilde çözülebileceğini öne sürdüğü için "bireysel çocuk terapisi" ve "aile terapisi" arasında bir köprü vazifesi görür (Johnson, 1999). Gerçekte Filial Terapi, davranış düzenlemesi veya problemlerin azaltılması uygulaması olmayıp "*ilişkisel dönüşümleri amaçlayan kalıcı ve güçlendirici bir modeldir*" (Tortamış Özkaya, 2015).

2.3.3 Filial Terapi Süreci

Filial Terapide ilk oturum terapistler oturumlar konusunda anne-babalara eğitim verirler. Bu eğitim terapi odasında başlar daha sonra evde yapılacak oturumlar için süpervizyon sağlarlar. Bu süreçte ebeveynlik becerilerinin günlük yaşamlarındaki çocuk ilişkilerine

aktarmaları istenir (VanFleet ve ark., 2005). Bu terapi uygulaması genellikle 2-12 yaş grubundaki çocuklar üzerinde etkili olsa da uyarlamalarla daha büyük ya da daha küçük çocuklar için de kullanılabilir (VanFleet, 2011).

2.3.4 Filial Terapi Aşamaları

Filial Terapi değerlendirme, ebeveyn eğitimi, süpervizyonlu oyun seansları ve sonlandırma aşamalarından oluşmaktadır. Değerlendirme aşaması ebeveynlerle yapılan ilk seanstır. Bu seans esnasında problemler ortaya konur. Aile ve çocuk hakkında bilgiler derlenir. Test sonuçlarına dayalı olarak farklı değerlendirme araçları da kullanılabilir (Guerney ve Ryan, 2013). İkinci aşamada ebeveyn eğitimi yer alır. Bu aşama, ev seansları öncesinde ebeveynlere verilen materyaller ve oyuncak listesi ile başlar. Terapist, hangi oyuncuğun niçin verildiğini nedenleriyle açıklar (Bratton ve ark., 2006). Söz konusu oyuncaklar, çocukların yaşlarına uygun olmalıdır ve seanslarda onların duygusal yönlerini keşfetmelerine olanak tanımalıdır (Guerney ve Ryan, 2013).

Başlangıçta, terapist çocuk merkezli oyun seanslarını örneklendirir. Bu esnada kısa egzersizler yapılabilir (VanFleet ve ark., 2005). Geribildirimde yalnızca tek bir beceri üzerinde durulur. Bunun yanında çocuğun oturumlarda gösterebileceği olumsuz davranışların nasıl karşılanacağı öğretilir (VanFleet, 2011). Bu aşamada anne-babalar, oyun seanslarına daha hazır hale gelirler. Bir sonraki aşama olan süpervizyonlu oyun seansları aşamasında ebeveynlerin çocuklarıyla oyun seanslarına başlamasına karar verilir. Hemen ardından 20-30 dakikalık oyun oturumları terapist gözetiminde gerçekleştirilir. Terapist çocuğu gözlemleyerek seans bitiminde ebeveynlerle bir araya gelir. Ebeveynin görüşleri alınır, terapist de gözlemlerini anlatır (VanFleet ve ark., 2005). Daha sonra ebeveynlerin çocuklarıyla etkileşimi geliştirmeye yönelik uygulamaları başlar. Ebeveynlerin performansları terapist tarafından geribildirimle desteklenir, güçlü yönleri vurgulanır, onların kendilerine olan güvenleri arttırılmaya çalışılır. Eğitim seanslarının bu aşamasında, ebeveyn çocuk ilişkisi olumlu etkileşim yönünden gözlemlenir. Bu dönem, Filial Terapi' nin etkilerinin güçlü hale geldiği bir dönemdir. Terapist, ebeveynleri motive ederek katılımlarını iştahlandırır.

Ev oyun seansları ve genelleştirme aşamasında öncelikli olarak terapist, geçiş süreci ile ilgili hazırlıklar yapar. Oyuncak kontrolü, uygun bir mekân ve zaman dilimi bu hazırlıklara dâhildir. Ardından haftada yarım saatlik bir veya iki oturumluk oyun seansları başlatılır (Carmichael, 2006). Bu aşama sonunda terapist görüşlerini belirtir, gerektiğinde

sergilenen Filial Terapi becerileri video aracılığı ile izlenebilir. Terapistin etkili ebeveynlik becerileri konusundaki rehberliği devam eder. Eğitim ve süpervizyon aşamalarında kullanılan stratejiler devam ettirilir ve genelleme becerileri açıklanır (Landreth ve Bratton, 2006). Bu sürecin önemi, çocuğun duygusal iyi oluş halini arttırması ve ilişkisel becerilerini geliştirmesi yönünden güçlü bir zemin oluşturur.

Sonlandırma aşamasına geçildiğinde doğru zamanı bulmak çok önemlidir. Bu sebeple terapistin doğrudan gözlemiyle ebeveynler çocuklarıyla örnek bir oyun oynarlar (VanFleet, 2011). Ardından terapist ve ebeveynler detaylı bir değerlendirme yaparak varsa eksik ve hatalar giderilir. Filial Terapi becerilerinin sonraki yaşamda bağımsız olarak kullanma yolları belirlenir ve çocuklarıyla “özel zaman” geçirmeleri önerilir (Landreth ve Bratton, 2006). Özel zamanlar yönlendirmesiz bir mahiyette olduğu için oyun terapisiyle benzerlik gösterir (Guerney, 1964). En son olarak, ileride yapılacak oturumlar planlanır. Ebeveynler terapistin desteğinden her zaman faydalanabilecekleri konusunda bilgilendirilerek terapi sonlandırılır (Guerney ve Ryan, 2013).

2.4 Bağlanma ve Filial Terapi ile İlgili Araştırmalar

Bu bölümde öncelikle bağlanma ile ilgili yurt dışı ve yurt içi araştırmalara yer verilecektir. Ardından Filial Terapiye ilişkin yurt dışı ve yurtiçi araştırmalara yer verilecektir.

2.4.1 Bağlanma ile İlgili Yurt Dışı Araştırmalar

Crittenden (1992), makalesinde okul öncesi çocukların bağlanma stillerinin altındaki süreçleri incelerken Laible ve Thompson (1998), okul öncesi çocukların duygusal anlayışı ile bağlanma arasındaki ilişkiyi ortaya koymak için anneleri okula davet ederek görüşmüştür. Araştırmasında bir çocuğun olumlu ve olumsuz duygularını anlamasını geliştirmede güvenli bir bağlanma stilinin önemini ortaya koymuştur. Okul öncesi çocukların bağlanma stillerini anksiyete ve davranışsal engelleme yönünden ele alan Essakow, Ungerer ve Rapee (2005), çocuklarda güvensiz bağlanma ile anksiyete arasındaki ilişkiyi hem anne anksiyetesi hem de çocuk anksiyetesi bağlamında değerlendirmişlerdir. Moss ve ark. (2005), çocuklar ortalama 3.5 ve 5.5 yaşlarındayken, bağlanma stillerini ayrılma-birleşme prosedürleri üzerinden değerlendirmişlerdir. Pierrehumbert ve ark. (2019), bağlanma stillerine dair cinsiyet ve kültür arasındaki muhtemel etkileşimleri inceledikleri çalışmalarında kız çocuklarının daha güvenli bağlandıklarını ortaya koymuşlardır. Kerns ve Brumariu (2014), araştırmalarında ebeveyn-çocuk bağlanmasının kaygı yönünden ele almışlardır. Anksiyete geliştirme

riskiyle karşı karşıya olan çocukların bakıcılarıyla güvenli bağlanma kuramayanlar olduklarını tespit etmişlerdir. Almazova ve ark. (2017), okul öncesi dönemde zihin kuramı gelişimi, kaygı düzeyi ve duyguları anlama arasında farklı bağlantılar ortaya koymuştur. Araştırma, bu çocukların kaygı düzeylerinin, hem duygusal zekânın gelişimi hem de yürütücü işlevlerin gelişimi ile konusunda belirleyici olduğunu göstermiştir.

Yurt dışında yapılan araştırmalar, okul öncesi dönemde çocukların bağlanma stillerinin duygusal anlayış, anksiyete düzeyi, ebeveyn etkileşimi ve kültürel farklılıklar gibi birçok değişkenle yakından ilişkili olduğunu ve güvenli bağlanmanın bu süreçlerde koruyucu bir rol oynadığını ortaya koymaktadır.

2.4.2 Bağlanma ile İlgili Yurt İçi Araştırmalar

Bağlanma temsilleri ile kişilerarası ilişkiyi araştırmasında ele alan Uluç (2005), bağlanma temsillerinin; benliğin ve kişilerarası ilişkilerin güçlü bir yordayıcısı olduğu sonucuna varmıştır. Okul öncesi eğitime devam eden 6 yaş çocukların bağlanma durumları ile sosyal beceri ilişkisini inceleyen Seven (2006) ise bağlanmada ebeveynlerin sosyo-ekonomik ve öğrenim düzeyleri arasında bir farklılık ortaya koymuştur. Çocuğun kendini denetleme becerisi, annenin duyarlılığı ve sosyal yetkinliği ile çocukların bağlanma davranışı arasındaki ilişkiyi inceleyen Yerlioğlu (2010); annenin hassas davranmasının, çocuğun bağlanma davranışı ve kendini denetleme becerisi arasında aracı rol oynadığını ortaya koymuş, çocuğun bağlanma davranışının ve kendisini denetleme becerisinin bu rolün bir etkileşimi olduğunu tespit etmiştir. Görgü (2015), 5-6 yaş grubu çocuklardaki bağlanma biçiminin; çocuğun cinsiyetine ve okula devam etme süresine göre farklılaştığını ortaya koymuştur. Okul öncesi dönem çocuklarının bağlanma stillerinin sosyal davranışlar üzerindeki etkisini inceleyen Kaymak (2015), Okul öncesi dönem çocuklarının %63 oranında güvenli bağlandığını %37'sinin ise güvensiz bağlanma stiline sahip olduğunu tespit etmiştir. Yiğit (2015), bağlanma ile ebeveynlerdeki psikopatolojik belirtiler arasındaki ilişkiyi incelemiş ve güvenli bağlanmaya sahip çocukların güvensiz bağlanmaya sahip çocukların annelerinin güvenli bağlanan çocukların annelerine oranla daha fazla psikopatoloji görüldüğünü tespit etmiştir. Önder (2016), 5-6 yaş grubundaki güvenli bağlanmaya sahip çocukların güvensiz bağlanmaya sahip çocuklara oranla sosyal davranış anlamında daha yüksek performans gösterdiğini belirlemiştir. Akburak (2017), okul öncesi dönem çocuklarının öğretmen ve akran etkileşimlerini bağlanma stilleri yönünden incelediği araştırmasında çocukların bağlanma stillerine göre anlamlı

farklılıklar ortaya koymuştur. Okul öncesi dönem çocuklarında bağlanma ile benlik algısı ilişkisini incelediği araştırmasında Evirgen Geniş (2017), anne eğitim durumunun çocukların bağlanma düzeylerini etkilediğini tespit etmiştir. Yurtseven (2017), okul öncesi çocuklarının bağlanma ile saldırganlık davranışları ilişkisini incelemiş, güvenli bağlanmaya sahip çocukların saldırganlık düzeyini düşük bulmuştur. Okul öncesi çocuklardaki bağlanma stillerini anne-babaların dürtüselliği ve duygu dışı vurumu ilişkisi üzerinden inceleyen Günay (2019), güvensiz bağlanan çocukların ebeveynlerinin güvenli bağlanan çocukların ebeveynlerine oranla daha yüksek müdahalecilik seviyesine sahip olduklarını tespit etmiştir. Özkan (2019), 5-6 yaş grubundaki güvenli bağlanan çocukların ebeveynlerinin belirttiği özerklik, iletişim, disiplin ve katılım boyutlarındaki puanların farklılaştığını ortaya koymuştur. Eraslan (2020), 3-6 yaş grubundaki çocuklarda anne-babaya bağlanma stillerini evli ve tek ebeveynler yönünden karşılaştırmıştır. Ebeveynin tek olması ya da evli olması bağlanma yönünden farklılaşmıştır. Kaya (2020), annenin duygu düzenleme becerilerinin artmasının 5-6 yaş grubundaki çocuklarında kaygı düzeyini azalttığını ve mutluluk düzeyinin arttığını tespit etmiştir. Okul öncesi çocuklarda bağlanma stillerini sosyal beceri düzeyleri yönünden ele alan Düz (2021), anne eğitim düzeyi yükseldikçe güvenli bağlanma oranının da arttığını ortaya koymuştur. Türkiye’de yapılan araştırmalar, okul öncesi dönemde çocukların bağlanma stillerinin sosyal beceriler, duygusal gelişim, ebeveyn özellikleri ve çevresel faktörlerle güçlü biçimde ilişkili olduğunu; güvenli bağlanmanın çocuk gelişiminde olumlu etkiler yarattığını göstermektedir.

2.4.3 Filial Terapi ile İlgili Yurt Dışı Araştırmalar

Guerney ve ekibi Filial Terapi ile ilgili yaptıkları ilk çalışmalarla tanınırlar. Adı geçen bilim insanları Filial Terapinin etkisini ölçmek için araştırmalar yapmışlardır. Bu bölümde Landreth’in geliştirdiği İngilizce adı ve kısaltması (Child-Parent Relationship Therapy: CRPT) olan “Ebeveyn-Çocuk İlişkileri Terapisi” eğitimini konu edinen 10 oturumluk Filial Terapi uygulamalarıyla ilgili araştırmalara yer verilmiştir. Bu araştırmalardan 24 tanesi bizatihi Landreth ve Bratton’ın kontrolünde olmak üzere toplam 33 araştırmadan ve 800 katılımcıdan oluşmaktadır.

Kore, Çin, Almanya, İspanya ve İsrail gibi farklı kültürlerdeki anne-babalara Filial Terapi eğitimi verilerek terapinin farklı kültürlerdeki ortak etkisi ortaya konmuştur. Chau ve Landreth (1997) 34 göçmen Çinli anne-baba ve çocukları ile Amerika’da yaptığı

araştırmada; Glover ve Landreth (2000) yerli Amerikalı anne-baba ve çocuklarıyla yaptığı araştırmada; Kidron (2004)'un İsraili anne ve çocukları ile yaptığı çalışmada; Grskovic ve Goetze (2008)'nin Almanya'da yaşayan anneler üzerindeki etkisini incelediği araştırmada; annelerin ebeveynlik kabulünde anlamlı artış meydana gelmiş, streste azalmalar görülmüştür. Çocukların kaygı düzeylerinde ve öz güven artışlarında iyileşmeler meydana gelmiştir.

Ray (2003)'in bağlanma sorunu ve duygusal problemleri olan çocuklar ve anneleriyle yaptığı araştırmada, annelerin stresinde ve çocuklarının davranış problemlerinde anlamlı azalma olduğu ortaya konmuştur. Lathi (1992), üç anne ile yaptığı çalışmada çocuklarda davranışlarının sorumluluğunu alma, iletişim ve mutluluğun artması, içe yönelimli davranışlarda düşme vb. olumlu gelişmeler kaydetmiştir. Annelerdeki olumlu değişiklikler ise çocuğu kontrol etme ihtiyacında azalma, çocuğuna ve eşine daha yakın hissetme, yeterlilik duygusunun artması, annenin ve çocuğun ihtiyaçlarının farkına varmak, gerçekçi beklentiler geliştirme, iletişim becerilerinde artmadır.

Filial Terapi uygulamaları; evli çiftler, evlatlık edinmiş ebeveynler, tek ebeveynler, tutuklu ebeveynler gibi farklı ebeveyn gruplarıyla yapılmıştır. Bavin-Hoffman, Jennings ve Landreth (1996), 20 evli çiftte eğitim sağlayarak Filial Terapi eğitiminin etkisini ölçmek için iki ölçekli bir araştırma yapmıştır. Yarı yapılandırılmış mülakat formu ve çocukların öz kontrol ölçeği ile yapılan uygulama sonunda anne babaların çocuklarıyla ve eşleriyle olan ilişkilerinde iyileşmeler meydana geldiği, çocukların saldırganlıklarının azalarak öz kontrolün arttığı belirlenmiştir. Bratton ve Landreth (1995) boşanmış 43 anne-baba ile yaptığı deneysel çalışmada ebeveynlik stresinin azaldığını, ebeveynlerin kendilerini daha yeterli gördüklerini, ebeveyn kabulünün arttığını ve çocuklardaki davranış problemlerinin azalarak özgüvenlerinin arttığını ortaya koymuştur (Bratton ve Landreth 1995). Landreth (1997), araştırmalarında anne-babaları Filial Terapi eğitimine alarak 3-8 yaş aralığındaki beş çocuğa 10 seanslık ÇEİT uygulaması yapmış çocuklara en çok nelerden hoşlandıklarını sormuştur. Çocuklar iyi ilişkiler hissettiklerini dile getirmişlerdir. Bu durum Glass'ın (1986) yaptığı çalışmalarla benzerlik göstermektedir.

Segal (2011) anne-babaların oyunlarındaki sözsüz ipuçlarına ve çocuklarına daha duyarlı olduğunu, empatide ve kabulde artış olduğunu ortaya koymuştur (Carnes-Host, 2010). Harris ve Landreth (1997) tutuklu anneler üzerinde yaptıkları araştırmada onlara önceden Filial Terapi eğitimi vermiştir. Haftada bir kez cezaevine gelen çocuklara anneleriyle

birlikte oyun seansları uygulanmıştır. Çalışma sonucunda annelerin ebeveynlik kabulü anlamlı derecede artmıştır. Empati düzeyleri yükselirken çocukların davranış problemleri ise azalmıştır.

Aile içi şiddete maruz kalmış anneler ve çocuklarına bir müdahale programı olarak Smith ve Landreth (2003) Filial Terapi eğitimini 12 hafta olarak vermiştir. Bu uygulama sonunda da yine annelerin ebeveynlik kabulü anlamlı derecede artmıştır. Empati düzeyleri yükselirken çocukların davranış problemleri ise azalmıştır. Cinsel istismara uğramış çocuklar ve ebeveynleri üzerinde Costas ve Landreth (1999)'ın yaptığı deneysel çalışmalarda, annelerin ebeveynlik kabulünde anlamlı artış meydana gelmiş, strese azalmalar görülmüştür. Çocukların kaygı düzeylerinde ve öz güven artışlarında iyileşmeler meydana gelmiştir.

Farklı kültür ve ebeveyn profillerine yönelik yapılan yurt dışı araştırmalar, Filial Terapi'nin ebeveyn-çocuk ilişkilerini güçlendirdiğini, ebeveynlik stresini azalttığını, çocukların davranışsal ve duygusal gelişiminde olumlu etkiler yarattığını ortaya koymaktadır.

2.4.4 Filial Terapi ile İlgili Yurt İçi Araştırmalar

Filial Terapiyi konu alan Türkiye menşeli çalışmalar oldukça sınırlı olmasına rağmen son yıllarda bu alanın dikkat çektiği görülmektedir. Bu yayınların ilki Filial Terapi ilkelerinden faydalanılarak hazırlanan “Anne Çocuk İlişkisini Oyunla Geliştirme Eğitim Programının Etkililiği” adlı doktora yayınıdır. Akgün ve Yeşilyaprak (2010) tarafından yapılan söz konusu araştırmasında, Rise Vanfleet'in “Bireysel Filial Terapi” modelinden faydalanılmıştır. Bu çalışmada 4-5 yaş grubu çocuğu olan annelere “Anne Çocuk İlişkisini Oyunla Geliştirme Eğitimi” adlı eğitim verilerek deney, kontrol ve plasebo olmak üzere ayrı ayrı üç grup oluşturulmuştur. Bu uygulama sonucunda eğitim alan annelerin çocukları ile arasındaki ilişkilerinde anlamlı bir ölçüde gelişme kaydettiği görülmüştür.

“Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Üzerine Odaklanan Bir Oyun Terapisi Yaklaşımı: Filial Terapi” adlı makalede (Tortaşmış Özkaya, 2015); Filial Terapinin önemi ve uygulanması gerektiği üzerinde durulmuştur. *“Filial Terapinin bakım elemanlarının öz-yeterlik ve kaygı düzeyleri ile korunma ihtiyacı olan çocukların davranış sorunları üzerine etkisi”* adlı doktora çalışmasında (Yavuz, 2017), eğitim alan bakım elemanlarının yeterlik düzeylerinin arttığını, kaygı düzeylerinin düştüğünü, çocukların davranış problemlerinin

azaldığını ortaya koymuştur. Öztekin (2017), “3-10 yaş arası gelişimsel problemleri olan çocuklarda ve ebeveynlerde Filial Terapinin etkisinin incelenmesi” adlı yüksek lisans tezinde anne ve çocukların farkındalık kazandıklarını, eşlerin her biri için yararlı olduğunu, çocukların sorunsal davranışlarının azaldığını göstermiştir. Bu çalışmada 10 haftalık eğitim, katılımcı anneler tarafından az bulunmuştur. “Çocuk ebeveyn ilişkisi terapisinin (Filial Terapi) ebeveynler ve çocukları üzerindeki etkisinin incelenmesi” adlı yüksek lisans tezinde Genç (2023), çocukların algılanan problemli davranış sayısında azalma olduğunu ortaya koymuştur. Yarcel (2024), “Filial Terapinin özel yetenekli çocukların öz düzenleme becerileri ve akademik azim düzeyleri üzerine etkisi” adlı doktora tezinde özel çocukların ilişkilerini güçlendirdiklerini göstermiştir.

Yurt dışı çalışmalar annelerin ebeveynlik kabulü, çocukların kaygı düzeyleri ve öz güven durumları, annelerin stres durumları ve çocuklarının davranış problemleri, çocuklarda davranışlarının sorumluluğunu alma, iletişim ve mutluluğun artması, içe yönelimli davranışlar üzerine yoğunlaşırken; bu çalışmaların tutuklu ebeveynler, evli çiftler, boşanmış bireyler ve aile içi şiddete maruz kalmış kişilerin çalışma gruplarını oluşturdukları görülmektedir. Yurt içi çalışmalar ise Filial Terapiyi anne-çocuk ilişkisi, bakım elemanlarının yetişmesi, 3-10 yaş arası gelişimsel problemleri olan çocukların gelişimi ve özel yetenekli çocukların öz düzenleme becerileri ve akademik azim düzeylerinin geliştirilmesi ekseninde ele almışlardır.

3 YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın deseni ve modeli hakkında bilgi verilmiştir. Sonrasında araştırmanın katılımcıları, verilerin toplanması ve veri toplama araçlarına ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

3.1 Araştırma Modeli

Filial Terapi modelinin etkilerini belirlemeye yönelik olarak yapılan bu araştırma yarı deneysel model ve fenomenolojik yaklaşım ile karma desen özelliği gösterir. Öntest - sontest deney gruplu, yarı deneysel model, eğitim alanındaki araştırmalarda çok sık kullanılmaktadır. Yarı deneysel model deneysel bir yöntem olmamakla birlikte araştırmacının karşılaştırılabilir görünen mevcut grupları seçebildiği, eşdeğer olmayan grup tasarımlarında grupların sadece birinin terapiyi aldığı ve mümkün olduğunca karşılaştırılabilir gruplar seçtiği araştırma desendir (Büyüköztürk ve ark. 2019). Bilimsel değer yönünden gerçek deneysel yöntemden hemen sonra gelir (Çepni, 2005).

Araştırmanın nitel deseninde fenomenolojik yaklaşımdan yararlanılmıştır. Ebeveynlerin Filial Terapi sürecinde geçen deneyimlerini derinlemesine ortaya koyacağı düşünüldüğünden bu desen benimsenmiştir. Bu yaklaşım bireysel algıların, deneyimlerin ve ilgili anlamlandırmaların detaylı olarak araştırılmasına imkân vermesi bakımından nitel araştırmaların sık tercih edilen yöntemlerinden biridir (Creswell, 2012).

3.2 Katılımcılar

Araştırma Ankara İli Sincan İlçesi Gaziosmanpaşa İlkokulu'nda gerçekleştirilmiştir. Öncelikle öğretmenlerinin de görüşleri alınarak okul öncesi eğitime devam eden 4-6 yaş grubu çocukların tamamına Güvenli Yer Senaryoları Testi ve Bir İnsan Çiz Testi uygulanmıştır. Testler sonucunda güvensiz bağlandığı tespit edilen çocukların tamamının anneleri ve babaları görüşmeye çağırılmıştır. Görüşme sırasında Aile ve Çocuk Bilgi Formu doldurulmuştur. Babaların hepsi çalışıyor oldukları ve zaman ayıramayacakları için hiçbirisi Filial Terapiye dahil edilememiştir, çalışmaya yalnızca anneler ile devam edilmeye karar verilmiştir. 10 haftalık programa düzenli olarak katılabileceğini beyan eden 8 anne deney grubu katılımcıları olarak belirlenmiştir. Çeşitli sebeplerden 10 haftalık programa katılamayacağını ancak çalışmayı destekleyebileceğini söyleyen 8 anne de kontrol grubu katılımcıları olarak belirlenmiştir. Toplamda 16 çocuk ve annesi araştırmanın katılımcıları olarak belirlenmiştir. Katılımcı tüm deney ve kontrol grubu

annelerine Çocuk Anababa İlişki Ölçeği uygulanmıştır. Tablo 3.2 de deney ve kontrol grubundaki annelerin demografik bilgileri yer almaktadır.

Tablo 3.2

Katılımcı Annelerin Demografik Bilgileri

DENEY GRUBU ANNELERİ				KONTROL GRUBU ANNELERİ			
Yaş	Eğitim Durumu	Meslek	Çocuk Sayısı	Yaş	Eğitim Durumu	Meslek	Çocuk Sayısı
26	Lise	Ev Hanımı	2	29	Ortaokul	Ev Hanımı	2
29	Lise	Ev Hanımı	1	33	Ortaokul	Ev Hanımı	3
36	Üniversite	Ev Hanımı	3	33	Lise	İşçi	2
37	Lise	Ev Hanımı	2	36	Üniversite	Ev Hanımı	2
37	Lise	Ev Hanımı	2	39	Ortaokul	Ev Hanımı	3
39	Lise	Ev Hanımı	3	41	Ön lisans	Ev Hanımı	2
42	Üniversite	Ev Hanımı	2	43	Ön lisans	Ev Hanımı	3
42	Lise	Ev Hanımı	3	46	Üniversite	Ev Hanımı	2

Tablo 3.2’de görüldüğü üzere deney grubundaki annelerden 2 tanesi 26-30 yaş aralığında, 4 tanesi 36-40 yaş aralığında 2 tanesi de 41-45 yaş aralığındadır. Bu annelerden 6’sı lise, 2’si üniversite mezunudur. Yalnızca bir anne bir çocuk sahibiyken 4 anne ikişer, 3 anne de üçer çocuğa sahiptir. Bu gruptaki annelerin tamamı ev hanımıdır. Kontrol grubundaki annelerden 1 tanesi 26-30 yaş aralığında, 2 tanesi 31-35 yaş aralığında 2 tanesi 36-40 yaş aralığında 2 tanesi 41-45 yaş aralığında 1 tanesi de 46-50 yaş aralığındadır. Bu annelerden 4 tanesi ortaokul mezunuyken 2’si ön lisans, diğer 2’si de üniversite mezunudur. 5 anne 2 çocuk sahibiyken 3 anne de üçer çocuğa sahiptir. Bu gruptaki annelerin yalnızca 1 tanesi işçi iken geriye kalan 7 anne ev hanımıdır.

3.3 Veri Toplama Araçları

Veriler araştırmacı tarafından oluşturulan Aile ve Çocuk Bilgi Formu, Güvenli Yer Senaryoları Testi (GYST), Bir Aile Çiz Testi (BAÇT) ve Çocuk Anababa İlişki Ölçeği (ÇAİÖ) ile elde edilmiştir. Önce kişisel bilgiler Aile ve Çocuk Bilgi Formuyla okuldaki bütün okul öncesi öğrencilerin bilgileri ve annelerine dair bilgiler toplanmıştır. Annelere Aile ve Çocuk Bilgi Formu, Anababa İlişki Ölçeği ve programa ilişkin yarı yapılandırılmış görüşme uygulanırken çocuklara ise Güvenli Yer Senaryoları Testi, Bir Aile Çiz Testi uygulanmıştır. Söz konusu testler hem ön test olarak hem de uygulanan

Kanıtı Dayalı 10 Oturum Filial Terapi Modeli olan Çocuk Ebeveyn İlişkileri Terapisi (ÇEİT)’nden sonra son test olarak deney ve kontrol grubu annelerine ve çocuklarına uygulanmıştır.

3.3.1 Aile ve Çocuk Bilgi Formu

Çalışmaya dâhil edilen annelerin demografik bilgilerini ve çocuğun gelişim süreçlerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından “Aile ve Çocuk Bilgi Formu” oluşturulmuştur. Annelerin yaşı, eğitim durumu, meslek bilgileri, eşinin meslek bilgileri, eğitim durumu, çocuğun kardeş sayısı, sağlık vb. durumu, annenin eşi ile birlikte yaşayıp yaşamama durumu gibi değişkenleri içermektedir. Bu form aracılığı ile çocuk ve ailesi hakkında; hamilelik, fiziksel gelişim, doğum ve duygusal gelişim konularında da bilgi edinilmiştir.

3.3.2 Güvenli Yer Senaryoları Testi

Güvenli Yer Senaryoları Testi (GYST), Granot ve Mayseless (2001) tarafından okul öncesi çocukların Güvenli Yer Senaryolarını değerlendirmek amacıyla geliştirilmiş olan Oyuncak Öykü Tamamlama Testi (*Doll Story Completion Task*) temel alınarak oluşturulmuştur. Ölçekte, Bretherton ve arkadaşları (1990) tarafından geliştirilen öykü aktarımı tekniği temel alınmaktadır. Bu yaklaşımda, uygulamacı tarafından başlatılan kısa öykülerin, çocuk tarafından, oyuncak insan figürleri ve oyuncak eşyalar kullanarak tamamlanması beklenmektedir. Ölçek, ilki ısınma öyküsü olmak üzere toplam altı öyküden oluşmaktadır. Bağlanmayla ilişkili beş öyküde, öykü içeriğinin yarattığı kaygı aracılığıyla “Güvenli Yer Senaryolarının” harekete geçirilmesi amaçlanmaktadır. Bu test, Kazara Dökülen Meyve Suyu Öyküsü, Yatak Odasındaki Canavar Öyküsü, Yaralı Diz Öyküsü, Ayrılık Öyküsü, Yeniden Bir Araya Gelme Öyküsü olmak üzere beş öyküden oluşmaktadır. Çocukların bu öyküleri devam ettirme senaryoları ve durumlara verdikleri cevaplar değerlendirilir (Uluç, 2005).

Değerlendirme sürecinde dikkate alınan ölçütler, Granot ve Mayseless’in (2001) oluşturduğu sisteme dayalı olarak Uluç’un (2005) yaptığı Türkçe uyarlamaya göre şekillendirilmiştir. Uygulamada ve değerlendirmede kullanılan temel ölçütler aşağıdaki başlıklarda toplanır:

1. Güvenlik Arama ve Yakınlık Arayışı

- Çocuk, sıkıntı verici bir durumda birincil bağlanma figürüne (genellikle anne veya baba) yöneliyor mu?

- Yardım arama davranışı açıkça tanımlanıyor mu?
- Çocuk, duygusal bir zorluk karşısında yalnız mı kalıyor, yoksa güven veren bir figüre yöneliyor mu?

2. Bağlanma Figürünün Ulaşılabilirliği ve Tepkisi

- Yetişkin figür (anne/baba) çocuğun yardım çağrısına zamanında, uygun şekilde ve şefkatle karşılık veriyor mu?
- Bağlanma figürü çocuğa fiziksel ya da duygusal olarak ulaşılabilir mi?

3. Rahatlama ve Duygusal Düzenleme

- Bağlanma figürüyle kurulan temas sonrasında çocuk rahatlıyor mu, duygusal olarak sakinleşiyor mu?
- Çözüm bağlamında rahatlatıcı bir kapanış mevcut mu?

4. Öykünün Tutarlılığı ve Organizasyonu

- Öykü başından sonuna kadar mantıklı, tutarlı ve anlamlı mı?
- Olay örgüsü açık, neden-sonuç ilişkileri yerli yerinde mi?

5. Güvenli Temsil ve Sonlanma

- Öykü, güvenli bir bağlanma içeriğiyle mi sonlanıyor (örneğin çocuk rahatlamış ve kendini güvende hissediyor)?
- Anlatımda olumlu bir çözümleme var mı?

Değerlendirme Yöntemi: Her öykü yukarıdaki ölçütler temel alınarak 1 (güvensiz) ile 5 (güvenli) arasında puanlanır. Genellikle 4 veya 5 ve üzeri puan alan öyküler, güvenli bağlanma temsili olarak değerlendirilir. 5 öykünün 4 veya 5'inde güvenli senaryo gerçekleşirse çocuğun güvenli bağlandığı varsayılmaktadır.

3.3.3 Bir Aile Çiz Testi

Maurice Porot tarafından geliştirilen ve psikanalitik verilere dayanan projektif bir resim testidir. Bir Aile Çiz Testi (BAÇT), çocukların ailelerini anlamalarına yardımcı olan bir testtir. Onların aile üyeleriyle olan dinamikleri, ilişkileri ve çatışmalarını bu yolla ortaya çıkarmak mümkündür. Çizim yapılırken kurşun kalem, kâğıt ve silgi kullanılır. Program boyunca hiçbir kısıtlama olmaksızın konforlu bir ortam oluşturulmalıdır. Ardından "Ailenizi çizin" veya "Ailenizi tasvir eden bir resim yapın" şeklinde yönerge verilerek

kişinin ailesiyle ilgili düşünceleri, duyguları ve deneyimleri değerlendirilmeye çalışılır (Akt. Akoğlu, 2023). Projektif teknikler, özellikle sözel ifade becerileri çok gelişmemiş çocukların iç dünyasını yansıtma ve güçlü araçlar sunmaktadır (Karakelle, 2012). Test değerlendirilirken bazı kriterler göz önünde tutulmalıdır. Güvenli bağlanmaya sahip çocuklar kendilik temsili net ve uygun boyutlarda çizerken; kendini küçük, aileden izole veya uzak çizen çocuklar güvensiz bağlanma belirtileri gösterir. Aynı şekilde sıcak ilişkiyi ve fiziksel yakınlığı temsil eden el ele tutuşma çizimi güvenli bağlanan çocuklarda görülürken; güvensiz bağlanan çocuklarda bu duruma pek rastlanmaz. Güvenli bağlanan çocukların çiziminde duygusal tonlar, detaylı çizim, gülen yüzler ve simetrik kompozisyonlar dikkat çekerken güvensiz bağlanan çocukların çizimlerinde genellikle karalama, silme izleri ve figürlerdeki belirsizlikler göze çarpar. Ayrıca güvensiz bağlanan çocukların çiziminde özellikle anne veya baba figürlerinin olmaması, diğer eksik aile üyeleri ilişkisel kopukluklara işaret edebilir (Tuzcuoğlu, 2000). İlginç, saldırgan ve korkutucu semboller ve figürler ile ağlayan yüzler çocuğun kaygı düzeyi hakkında ipuçları verebilir (Karakelle, 2012).

3.3.4 Çocuk Anababa İlişki Ölçeği

Robert Pianta tarafından 1992 yılında geliştirilerek Akgün tarafından 2008 yılında Türkçe'ye uyarlanan Çocuk Anababa İlişki Ölçeği (ÇAİÖ) çocuk ile ebeveyn ilişkisini değerlendirmek amacıyla kullanılmaktadır. Ölçek; çatışma (14 madde), bağlanma (6 madde) ve olumlu ilişki (10 madde) olmak üzere 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Ancak araştırmada Akgün ve Yeşilyaprak (2010) tarafından Türkçe'ye uyarlanan şekli kullanılmıştır. Veriler; Cronbach alfa, faktör analizi ve basit doğrusal korelasyon teknikleriyle toplanmıştır. Faktör analizi ölçütleri; faktör yükleri değeri 30; istatistiksel sonuç anlamlılık seviyesi .01 olarak alınmıştır. 2 faktörlü olan ölçeğin Türkçeye uyarlanan versiyonunda birinci faktördeki maddelerin yük değeri .38 ile .72 arasında değişmekte iken ikinci faktörde aynı değerler .42 ile .72 arasındadır. Test tekrar test güvenilirlik katsayısı Çatışma alt boyutunda .98 ($p<.01$); olumlu ilişki boyutunda .96 ($p<.01$); toplam puan için de .96 ($p<.01$) olarak gerçekleşmiştir. Çocuk Anababa İlişki Ölçeğinin (Cronbach alfa) iç tutarlık katsayıları “Çatışma boyutu alt ölçeği için” .85; “Olumlu boyut alt ölçeği için” .73 ve “toplam için” .73 olarak bulunmuştur. Testin iki yarısı arası korelasyonu Spearman Brown düzeltmesinden sonra aynı sırayla .84, .73 ve .72 bulunmuştur. Bulunan değerler ölçeğin güvenilirliğini sağlamaktadır. Bu uyarlama,

geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları sonucunda “çatışma” ve “olumlu ilişki” boyutlarına indirgenmiştir. 5’li likert tipli ölçek 24 maddeden oluşurken; (1) Kesinlikle uygun değil (2) Pek uygun değil (3) Kararsızım (4) Oldukça uygun (5) Kesinlikle uygun” şeklinde puanlanmaktadır. Ölçekte birinci faktör (14 madde - 2, 7, 12, 14, 15, 17, 18, 19, 21, 23, 24, 25, 27, 28); ikinci faktör (10 madde - 1, 3, 5, 8, 10, 13, 16, 20, 29, 30) olarak yer alırken ikinci faktör maddeleri ters kodlanmaktadır. Bu şekilde yapılan puanlamada yüksek puan olumsuz ilişkiyi, düşük puan ise olumlu ilişkiyi göstermektedir (Akgün ve Yeşilyaprak, 2010).

3.3.5 Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu

Nitel araştırmalarda yarı yapılandırılmış görüşmeler kapsam yönünden önemli bir alan kaplar. İncelenmesine karar verilen konu hakkında araştırma kapsamına alınan kişilerden aynı tür bilgiler toplanmak isteniyorsa görüşmenin hemen öncesinde, mülakatı yapacak olan kişi kendisine kılavuzluk edecek görüşme soruları hazırlar (Coşkun, 2022). Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu nitel araştırmaların arka planında kalan çoklu felsefi perspektifleri ortaya koyabilmek ve karmaşık bilgileri elde edebilmek amacıyla kullanılan bir veri toplama aracıdır (Polat, 2022). Nitel bir araştırmada, asıl amaç katılımcıların sorulara basit yanıtlar vermesi değil katılımcıların öykülerinin dinlenmesi ve onların tecrübelerinin nasıl gerçekleştiğine dair bilgiler elde edebilmek ve bu tecrübelerle onların yüklemiş oldukları anlamları keşfedebilmektir (Roberts, 2020). Bu sebeple yarı yapılandırılmış bir mülakatta önceden bir hazırlık yapılmalı yöneltilecek olan sorular titizlikle yazılmalıdır.

Bu bağlamda araştırmacı tarafından form oluşturulmuş ve bu sorular çerçevesinde deney grubu anneleriyle görüşmeler yapılmıştır. Araştırma kapsamında deney grubu annelere şu sorular sorulmuştur: “Çocuğunuzla (çocuklarınızla) ilişkileriniz, 10 haftalık programımızdan önce nasıldı, şimdi nasıl? Bu eğitim size bireysel olarak neler kattı? Ne gibi konularda değiştiniz? Bu katkılar ve değişimler anne ve çocuk ilişkinize ne gibi etkiler yaptı?” Deney grubu anneleri soruları sözel olarak yanıtlamışlardır.

3.4 İşlem Basamakları ve Oturum İçerikleri

Araştırmaya dâhil edilecek 4-6 yaş grubu çocukların tespit edilmesi amacıyla öncelikle 2024 yılının Aralık ayında anasınıflarındaki öğrenciler hakkında öğretmenlerinden bilgiler edinilmiştir. Bu bilgiler ışığında zaman zaman sınıf içi gözlemler yapılmıştır. Ardından 2025 yılı Ocak ayı boyunca ön test amacıyla bütün anasınıfı öğrencilerine

birebir olarak GYST ve Aile Çiz Testi uygulanmıştır. Ön testler sonucunda güvensiz bağlanma stiline sahip olan öğrenciler tespit edilmiştir. 2025 yılı Şubat ayında bu çocukların anne ve babaları okula davet edilerek bireysel görüşmeler yapılmış ve bilgi formu doldurulmuştur. ÇAIÖ uygulandıktan sonra da bağlanma stilleri ve Filial Terapi süreci anlatılarak çalışmaya katılmanın çocukları ve kendileri açısından ne denli önemli olduğu üzerinde durulmuştur.

Çeşitli sebeplerden dolayı Filial Terapi sürecine katılamayacak annelere, kendilerinin ve çocuklarının kontrol grubunda yer alacakları bilgisi verilmiş; eğitim sürecine düzenli olarak devam edebilecek ve katılım sağlayabilecek anneler ve çocukları deney grubu olarak belirlenmiştir. Böylece 8'i deney, 8'i de kontrol grubu olarak 16 çocuk ve annesi araştırmaya dâhil edilmiştir. Tüm katılımcılara gönüllü katılım formları ve veli onam formları imzalatılmıştır. Araştırmacı tarafından daha sonra telefonla aranan annelere uygun gün ve saate randevu verilerek araştırma süreci ve eğitim hakkında bilgilendirmeler yapılmıştır. Ayrıca aileler hakkında gerekli bilgiler derlenmiştir. Eğitimin süresinin 10 hafta olduğu, haftada bir kez iki saatlik oturumlardan oluştuğu ve devamın önemi hakkında bilgi verilmiştir. Filial Terapi, 26 Şubat 2025 – 08 Mayıs 2025 tarihleri arasında 10 hafta olarak uygulanmış, 15 Mayıs 2025 tarihinde de küçük bir törenle kapanış gerçekleştirilerek katılım belgeleri verilmiştir.

3.4.1 Filial Terapi Oturumları

Bu bölümde deney amaçlı uygulanan Filial Terapi oturumları özetlenmiştir. Araştırma kapsamında Landreth ve Bratton tarafından yapılandırılmış kanıta dayalı 10 oturum Filial Terapi modeli olan Çocuk Ebeveyn İlişkileri Terapisi uygulanmıştır.

1. Oturum: Tanışma, programın genel yapısının tanıtılması, temel ilkelerin açıklanması, yansıtıcı yanıtlama tekniğine giriş şeklinde gerçekleşmiştir. “*Çocuk Ebeveyn İlişkisi Eğitimi Ebeveyn Not Defteri*” dağıtılarak özellikle ön test-son test ve veri toplama envanterleri tanıtılarak programın amaçları konusunda bilgilendirmeler yapılmıştır. Aynalama, içgörü, duyguları yanıtlama ve yansıtma etkinliklerine yer verilmiştir. Oturum şu cümleyle sonlandırılmıştır: “Bu yolculukta, çocuğunuzun yanında olmayı değil, onunla birlikte yürümeyi öğreneceksiniz.”

2. Oturuma ödevlerin gözden geçirilmesi, oyun oturumlarının temel ilkeleri, oyuncak tanıtımı ve oyun zamanı planlaması amacıyla başlanmıştır. Oyun Seanslarının Temel Prensipleri üzerine grupça okuma yapılmıştır. Ebeveynin çocuğu yönlendirmeden takip

etmesinin önemine vurgu yapılmıştır. Bu süreçte özellikle beden dilinin çocuğa dikkat ve ilgi mesajı verdiği belirtilmiş, oyun kurallarının önemi üzerinde durulmuştur. Oturumun sloganı: “Sahip olmadığınız bir şeyi veremezsiniz.” şeklindedir. Ebeveynlerle küçük provalar yapılmıştır. Oyun materyallerinin temini ve oyun ortamının hazırlanması ilkelerinin altı çizilmiştir. Ödevlendirmenin ardından oturum kapanış cümlesi: “Kendinize sabır gösterip, kendinizi kabullenmediğiniz sürece, bunu çocuğunuza veremezsiniz.”

3. Oturumda, oyun zamanı hazırlıklarının gözden geçirilmesi, oyun oturumlarının yapılacaklar ve yapılmayacaklar listesinin açıklanması, rol oyunları ve ilk özel oyun zamanına hazırlık süreçlerini gerçekleştirmek amaçlanmıştır. “Çocuğun gücüne saygı göstermek” ve “çabayı teşvik etmek” oturumun ana temasıdır. Ancak ebeveynlerin oyun sırasında eleştiri, övgü, yönlendirici sorular, bilgi/öğüt verme, sessizlik veya pasif kalma gibi davranışlardan kaçınmaları gerektiği belirtilmiştir. Daha sonra grup içinde kısa rol oyunları yapılmıştır. “Çocuk” rolüne giren bir katılımcıyla örnek bir sahne canlandırarak oyun sırasında yapılması gereken tutumlar modellenerek gösterilmiştir. Ardından anneler ikili gruplar halinde sırayla “ebeveyn” ve “çocuk” rollerini denemişlerdir. Bu pratiklerde annelere, sözel olarak takip, duyguyu yansıtma ve sınır koyma uygulamaları konusunda destek verilmiştir. Ödevlendirmenin ardından oturum şu temel cümleyle sonlandırılmıştır: “Termometre değil, termostat olun.”

4. Oturum ilk özel oyun oturumlarının değerlendirilmesi, duygu düzenleme süreçlerine giriş, sınır koyma becerisinin temelleri amaçlarının gerçekleştirilmesidir. Anneler ilk özel oyun zamanlarına dair sırayla evde yaptıkları oyun oturumlarında neler yaşadıklarını anlatmıştır. Çocuğun oyuna tepkisi, dikkat süresi, seçtiği oyuncaklar ve ebeveynin hissettikleri üzerine konuşulmuştur. Katılımcı Anne 4’ün çocuğuyla oynadığı ilk özel oyun saati videosu izlenmiş, annenin sergilediği olumlu davranışları ve dikkat edilmesi gereken tepkileri konuşulmuştur. Bu oturumda duyguların yoğunlaştığı anlarda ebeveynin nasıl davranması gerektiğine odaklanılmıştır. Özellikle çocukların öfke, hayal kırıklığı, korku gibi zorlayıcı duygular yaşadıkları anlarda ebeveynlerin hemen kural koyma, öğretme ya da müdahale etme eğiliminde olduğu fark edilmiştir. Ödevlendirmenin ardından oturum şu cümleyle sonlandırılmıştır: “Bir çocuk zor bir duygunun içindeyken, ona destek vermek en büyük öğretilerdir.”

5. Oturumun amaçları, duygusal farkındalığın ve duyguyu yansıtmanın pekiştirilmesi, sınır koyma becerisinin geliştirilmesi, örnek olaylarla uygulama çalışmaları şeklindedir. Oturum, annelerin önceki hafta yaptıkları özel oyun zamanlarına dair kısa paylaşımlarıyla başlamıştır. Özellikle çocukların duygusal tepkileri, oyun sırasında sergiledikleri davranışlar ve sınır gerektiren anlar üzerinde durulmuştur. Katılımcı Anne 2 ve 7'nin 2. videoları izlenmiş, verdikleri tepkiler ve oyuna katılma şekilleri ile ilgili olumlu yanlar ve dikkat edilmesi gereken yanlar belirtilmiştir. Ödevlendirmenin ardından oturum şu cümleyle sonlandırılmıştır: “Sevgi, sınırlarla birlikte daha güvenli bir hale gelir. Çünkü çocuklar, ne zaman durmaları gerektiğini bilmek isterler.”

6. Oturumun amaçları, duygu yansıtma ve sınır koyma becerilerinin birleştirilmesi, özel oyun zamanlarında karşılaşılan zorluklara yönelik çözüm yollarının ele alınması, duygulara eşlik etme sürecinin pekiştirilmesidir. Oturum, annelerin önceki hafta gerçekleştirdikleri özel oyun zamanlarına dair paylaşımlarıyla başlamıştır. Bu paylaşımlar sırasında özellikle sınır koyma süreçlerine ve çocukların bu sınırlara verdiği tepkilere odaklanılmıştır. Anneler, hangi cümlelerin işe yaradığını, çocukların hangi anlarda zorlandığını ve kendilerinin bu durumlarla nasıl başa çıktığını samimiyetle anlatmıştır. Temel mesaj olarak şu ifade vurgulanmıştır: “Duyguyu görün, davranışı yönetin.” Bir sonraki oturum için Katılımcı Anne 5 ve 8 gönüllü olmuşlardır. Ödevlendirmenin ardından oturum şu cümleyle sonlandırılmıştır: “Sınır koyarken de, sevgi gösterebiliriz. Duygulara eşlik ederken de rehber olabiliriz.”

7. Oturum ebeveynin çocuğun oyununa dair içsel yorumlama becerisini geliştirmesi, çocuğun yaşantılarını oyuna nasıl yansıttığını fark etmesi, oyunun “ifade dili” olarak anlaşılması olarak planlanmıştır. Oturum, yine her hafta olduğu gibi, özel oyun zamanlarına dair kısa ve içten paylaşımlarla başlamıştır. Anneler oyun oturumlarında çocuklarının nasıl davrandığını, hangi oyuncakları tercih ettiğini ve duygusal olarak nasıl tepkiler verdiklerini anlatmışlardır. Katılımcı Anne 5 ve 8'in videoları izlenmiş, verdikleri uygun tepkiler ve sınır koyma becerileri cesaretlendirilmiştir. Gruba şu cümle hatırlatılmıştır: “Çocuk oyun oynarken sadece eğlenmez, aynı zamanda kendini anlatır.” Katılımcılara çeşitli oyun sahneleri betimlenmiş ve “Bu oyunda çocuk ne anlatıyor olabilir?” sorusu üzerine düşünmeleri istenmiştir. Her sahne için farklı olasılıklar konuşulmuş; kesin yargılar yerine, merak eden ve anlayış gösteren bir tutum geliştirmek teşvik edilmiştir. Katılımcı Anne 6, bir sonraki oturumda videosunun izlenmesi

konusunda gönüllü olmuştur. Oturum şu cümleyle sonlandırılmıştır: “Çocukların söylediklerine kulak veriyoruz; ama oyunlarıyla anlattıklarını kalbimizle dinliyoruz.”

8. Oturumun amaçları: Çocuğun oyunlarında gözlenen temalara dikkat etmek, bu temaların çocuğun iç dünyasıyla ilişkisini anlamak, “duyguya eşlik etme” becerisini derinleştirmek olarak belirlenmiştir. Bu oturumda katılımcı annelerden özellikle çocuklarının oyunlarında tekrar eden temalara odaklanmaları istenmiştir. Bazı çocukların aynı tür oyunları defalarca oynadığı, bazılarında özellikle aynı oyuncaklara yöneldiği gözlemlenmiştir. Bu tekrarların arkasında yatan duygular ve anlamlar üzerine düşünceler paylaşılmıştır. Katılımcı Anne 6’nın çocuğuyla oyun zamanına ait videosu izlenmiş, annelerin genel olarak oyun zamanı sırasında yanlış bir tepki vermemek için sessizce izleyen değil oyunlara katılımcı olduklarına dikkat çekilmiştir. Bir sonraki oturumda, videosu izlenmemiş son kişi olarak Katılımcı Anne 1 gönüllü olmuştur. Oturum şu cümleyle sonlandırılmıştır: “Çocuk oyunla konuşur; biz ise dinlemeyi öğreniriz. Sessizce, dikkatle, sevgiyle...”

9. Oturumun amaçları: Oyun seanslarında sınır koymanın derinleştirilmesi, güç mücadelelerine karşı ebeveynin tutumunun pekiştirilmesi, duygulara eşlik ederken tutarlılığı koruma olarak belirlenmiştir. Oturum, katılımcı annelerin hafta boyunca gerçekleştirdikleri özel oyun zamanlarına dair paylaşımlarla başlamıştır. Bu hafta özellikle çocukların sınırları zorladığı, ebeveynin yönlendirme yapmadan durmakta zorlandığı anlar konuşulmuştur. Katılımcı Anne 1’in videosu izlenmiş, 6. özel oyun saati olduğu hatırlatılmış ve ilk oyun saatine göre gelişmiş tüm beceriler vurgulanmıştır. Oturum şu cümleyle sonlandırılmıştır: “Sınır koymak bir duvar değil, sevgiyle çizilmiş bir yoldur. Yön gösterir, uzaklaştırmaz.”

10. Oturumun amaçları: Eğitim sürecinin değerlendirilmesi, ebeveynlerin gelişimlerinin fark edilmesi, sürdürülebilir ilişki kurma becerilerinin pekiştirilmesi, kapanış ve vedalaşma şeklindedir. Son oturum, özel bir paylaşım halkasıyla başlamıştır. Katılımcı annelerden, 10 haftalık bu süreçte hem çocuklarıyla hem de kendileriyle ilgili neleri fark ettikleri, neyin değiştiği ve onları en çok etkileyen anın ne olduğu sorulmuştur. Paylaşımlar çok içten olduğu hissedilmiş; anneler çocuklarının duygu dünyasına artık daha yakından bakabildiklerini, özel oyun zamanlarının ilişkilerine sıcaklık ve güven kattığını anlatmışlardır. Bazı anneler, çocuklarının kendilerini daha çok ifade ettiğini, bazıları ise sınır koyarken daha az çatışma yaşadıklarını fark ettiklerini; eğitim sürecinin

yalnızca burada çalıştıkları çocuklarıyla değil diğer çocuklarıyla olan ilişkilerinde de iyileştirmeye yardımcı olduğunu söylemiştir. Bu oturumda duyguyu yansıtmaya, sınır koymaya, çocuğun oyununa eşlik etmeye, yargılamadan yanında olma ve kontrol yerine rehberlik etme davranışlarının sürdürülebilirliği üzerinde durulmuştur. Şu mesaj üzerinde özellikle durulmuştur: “Bu eğitim bitti ama ilişkiniz devam ediyor. Şimdi artık siz bu ilişkiye başka bir yerden bakabiliyorsunuz.”

Kapanışta, her anneye süreci onurlandıran bir katılım belgesi takdim edilmiştir. Grup olarak çekilen fotoğraflar, kutlama havasında geçen küçük bir pasta kesimiyle program tamamlanmıştır. Oturum sonunda vurgulanan son mesaj şudur: “Mükemmel ebeveynlik diye bir şey yok. Ama yeterince iyi bir ilişki, her şeyi değiştirir.”

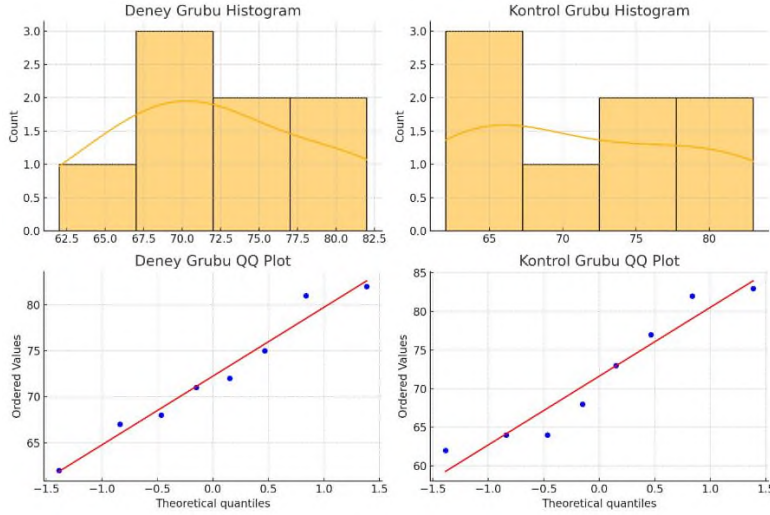
3.5 Veri Analizi

Oyuncak Öykü Tamamlama Testi (Doll Story Completion Task) temel alınarak oluşturulan “Güvenli Yer Senaryoları Testi (GYST)”, Bretherton ve arkadaşları (1990) tarafından geliştirilen öykü aktarımı tekniğini temel alınarak analiz edilmiştir. Uygulamacı tarafından başlatılan kısa öykülerin, çocuk tarafından, oyuncak insan figürleri ve oyuncak eşyalar kullanarak tamamlanması beklenmektedir. Projektif bir test olan “Bir Aile Çiz Testi” psikanalitik verilere dayanır ve çocukların ailelerini anlamalarına yardımcı olur. Güvenli bağlanmaya sahip çocuklar kendilik temsili net ve uygun boyutlarda çizerken; kendini küçük, aileden izole veya uzak çizen çocuklar güvensiz bağlanma belirtileri gösterir (Karakelle, 2012). Bu çalışmada Güvenli Yer Senaryoları Testi ve Bir Aile Çiz Testi verileri araştırmacı tarafından değerlendirilmiştir. Verilerin güvenilirliği için sonuçlar alanda çalışan bir öğretim üyesi tarafından tekrar değerlendirilmiştir.

Araştırma sonuçlarından Çocuk Anababa İlişki Ölçeği değerlendirilmesi için öntest ve sontest ölçümlerinden toplanan verilerin analizi yapılırken SPSS programından yararlanılmıştır. Bu amaçla; her ne kadar örneklem büyüklüğü ($n=16$) dağılım normalliği açısından yeterli görülme de, öncelikle örnekleme dahil edilen kontrol ve deney gruplarının normal dağılıma uygun olup olmadığını analiz etmek için Shapiro-Wilk testi, her bir grup ve test türü (ön test - son test) için ayrı ayrı uygulanmıştır. Özellikle küçük örneklem büyüklüklerinde ($n < 30$), Shapiro-Wilk testi normallik değerlendirmesi için güvenilir bir yöntemdir. Şekil 3.5.1’de ve 3.5.2’de deney ve kontrol grubu ön test ve son test histogramı ile QQ-Plot grafiğine yer verilmiştir.

Şekil 3.5.1

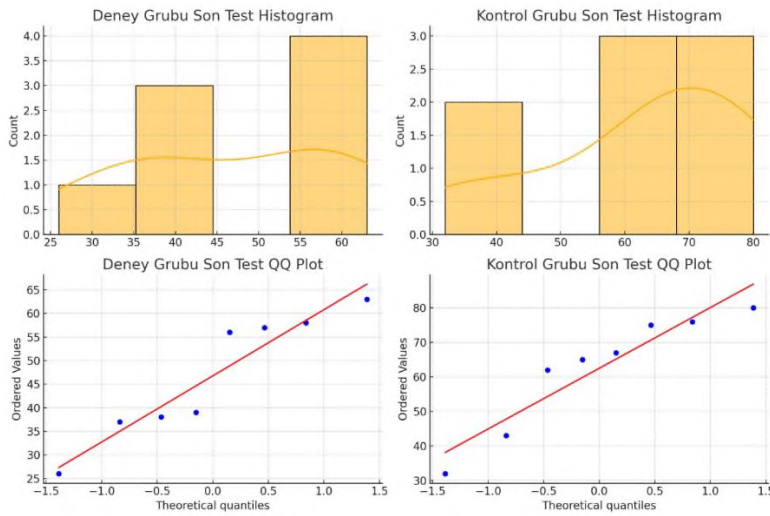
Deney ve Kontrol Grubu Annelerinin Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Ön Test Dağılım Bulguları



Deney ve kontrol grubu annelerinin çocuk anababa ilişkisi ölçeği ön test dağılım bulguları ele alındığında Shapiro-Wilk istatistiği deney grubu için 0,96; kontrol grubu için 0,90 olarak ortaya çıkmıştır. Ön test p değerleri ise deney grubu için 0,78; kontrol grubu için 0,27 olarak gerçekleşmiştir.

Şekil 3.5.2

Deney ve Kontrol Grubu Annelerinin Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Son Test Dağılım Bulguları



Deney ve kontrol grubu annelerinin çocuk anababa ilişkisi ölçeği son test dağılım bulguları ele alındığında Shapiro-Wilk istatistiği deney grubu için 0,89; kontrol grubu için 0,88

olarak ortaya çıkmıştır. Ön test p değerleri ise deney grubu için 0,25, kontrol grubu için 0,21 olarak gerçekleşmiştir. Test sonuçlarına göre iki grup için de p değeri 0.05'ten büyük olması sebebiyle verilerin normal dağılıma uygun olduğu ortaya çıkmıştır.

Deney ve kontrol gruplarının birbirinden farklı olup olmadığı bağımsız iki örneklem t-testi ile analiz edilmiştir. Analiz sonucunda t değeri 0,4767 olarak; p değeri de .640933 olarak hesaplanmıştır. Sonuç olarak $p < .05$ olduğu için anlamlı bir fark ortaya çıkmamıştır. Dolayısıyla deney ve kontrol grubunun eşit iki popülasyondan geldiği anlaşılmıştır.

Deney ve kontrol gruplarının kendi içlerinde ÇAIÖ toplam ve alt boyutlarının ön test-son test puanları arasındaki farklılık Bağımlı Örneklem t Testi ile analiz edilmiştir. Deney ve kontrol gruplarının ÇAIÖ toplam ve alt boyutlarından alınan son test farkları Bağımsız Örneklem t Testi ile analiz edilmiştir.

Araştırmanın nitel verileri fenomenolojik yaklaşımla ele alınmıştır. Araştırmada annelerden gelen dönütler temalaştırılmış, alt temalar oluşturulmuş ve bu yolla derinlemesine inceleme yapılmıştır.

3.6 Araştırmacının Rolü

Bu araştırmanın yürütücüsü, lisans eğitimini Ankara Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık programında tamamlamış; 2001 yılından itibaren Milli Eğitim Bakanlığına bağlı çeşitli okul ve kurumlarda psikolojik danışman olarak görev yapmıştır. Mesleki yaşantısı süresince özellikle çocuklarda duygusal gelişim, bağlanma kuramı ve oyun temelli müdahale yaklaşımlarına odaklanmış, çocukları daha iyi tanımak adına kullanılan projektif ölçme araçlarıyla ilgili çeşitli mesleki eğitimler ve süpervizyon temelli uygulayıcı programlarını tamamlamıştır.

Araştırmada uygulanan Filial Terapi, araştırmacının hem kuramsal hem de uygulamalı düzeyde uzmanlık alanı içerisinde yer alan Filial Terapi oturumları, araştırmacı tarafından yürütülmüş olup süreç boyunca etik ilkelere ve müdahale protokollerine uygun biçimde hareket edilmiştir. Araştırmacı, alanda yürüttüğü çalışmalar ve danışan deneyimleri doğrultusunda bağlanma temelli sorunların özellikle erken çocukluk döneminde müdahale gerektiren bir alan olduğunu gözlemlemiş ve bu doğrultuda Filial Terapi'nin etkililiğini incelemeyi amaçlamıştır.

Araştırmacının konuya olan mesleki ilgisi ve uygulayıcı deneyimi, hem araştırma sürecine bütüncül bir bakış kazandırmış hem de veri toplama ve yorumlama süreçlerinde derinlemesine bir kavrayış sağlamıştır. Ancak araştırmacının alana olan yakınlığı, veri yorumlama sürecinde öznel etkilerin devreye girme riskini de beraberinde getirebileceğinden, nitel veri analizinde danışman görüşü ile nesnellilik ilkesine azami dikkat gösterilmiştir.



4 BULGULAR

Bu bölümde araştırma sorularına göre araştırma sonucunda ulaşılan bulguların analizi yapılacaktır. Araştırma problemine ilişkin veriler üzerinde durulacaktır.

4.1 Deney ve Kontrol Grubu Annelerinin Çocuklarının Güvenli Yer Senaryoları Testinden Elde Edilen Ön Test ve Son Test Bulguları

Filial Terapiye başlamadan önce güvenli ve güvensiz bağlanan çocukların tespiti için yapılabilecek amacıyla “Güvenli Yer Senaryoları Testi” uygulanmıştır. Tablo 4.1.1’de her bir öykünün ön test ve son testlerde deney ve kontrol grubu çocuklarının güvenli veya güvensiz tanımlanması ile ilgili sayıları yer almıştır. Tablo 4.1.2’de de deney ve kontrol grubu çocuklarının güvenli yer senaryoları testinde 5 öyküden kaç tanesine güvenli senaryo ile devam ettikleri ile ilgili ön test son test bulguları yer almıştır.

Tablo 4.1.1

Deney ve Kontrol Grubu Annelerinin Çocuklarının Güvenli Yer Senaryoları Testi Ön Test-Son Test Bulguları (Tek Tek Öyküler)

Öykü	n (16) Ön Test	n (8) Son Test (Deney Grubu)	n (8) Son Test (Kontrol Grubu)
1 Kazara Dökülen Meyve Suyu Öyküsü			
Güvenli	7	7	6
Güvensiz	9	1	2
2 Yatak Odasındaki Canavar Öyküsü			
Güvenli	6	5	5
Güvensiz	10	3	3
3 Yaralı Diz Öyküsü			
Güvenli	2	7	2
Güvensiz	14	1	6
4 Ayrılık Öyküsü			
Güvenli	2	6	2
Güvensiz	14	2	6
5 Yeniden Bir Araya Gelme Öyküsü			
Güvenli	1	6	2
Güvensiz	15	2	6

(Kaynak: Uluç, 2005)

GYST; Kazara Dökülen Meyve Suyu Öyküsü, Yatak Odasındaki Canavar Öyküsü, Yaralı Diz Öyküsü, Ayrılık Öyküsü, Yeniden Bir Araya Gelme Öyküsü olmak üzere 5 öyküden oluşmaktadır. Çocukların bu öyküleri devam ettirme senaryoları ve durumlara verdikleri cevaplar değerlendirilerek puanlar verilmiştir. Deney grubu annelerin çocuklarında ayrı ayrı öyküler ele alınarak son testler değerlendirildiğinde her öyküde senaryoyu güvenli olarak devam ettiren toplam çocuk sayısının artmış olduğu görülmüştür.

Tablo 4.1.2’de de deney ve kontrol grubu çocuklarının güvenli yer senaryoları testinde 5 öyküden kaç tanesine güvenli senaryo ile devam ettikleri ile ilgili ön test son test bulguları yer almıştır.

Tablo 4.1.2

Deney ve Kontrol Grubu Annelerinin Çocuklarının Güvenli Yer Senaryoları Testi Ön Test-Son Test Bulguları (Güvenli Tamamlanan Öykü Toplam Sayıları)

Deney Grubu					Kontrol Grubu				
	Ön Test	SONUÇ	Son Test	SONUÇ		Ön Test	SONUÇ	Son test	SONUÇ
Çocuk 1	2/5	Güvensiz	5/5	Güvenli	Çocuk 1	1/5	Güvensiz	1/5	Güvensiz
Çocuk 2	1/5	Güvensiz	4/5	Güvenli	Çocuk 2	2/5	Güvensiz	2/5	Güvensiz
Çocuk 3	0/5	Güvensiz	4/5	Güvenli	Çocuk 3	2/5	Güvensiz	4/5	Güvenli
Çocuk 4	2/5	Güvensiz	4/5	Güvenli	Çocuk 4	1/5	Güvensiz	2/5	Güvensiz
Çocuk 5	1/5	Güvensiz	4/5	Güvenli	Çocuk 5	0/5	Güvensiz	2/5	Güvensiz
Çocuk 6	1/5	Güvensiz	4/5	Güvenli	Çocuk 6	0/5	Güvensiz	1/5	Güvensiz
Çocuk 7	1/5	Güvensiz	5/5	Güvenli	Çocuk 7	2/5	Güvensiz	4/5	Güvenli
Çocuk 8	1/5	Güvensiz	2/5	Güvensiz	Çocuk 8	1/5	Güvensiz	2/5	Güvensiz

Ön test sonucunda tamamının güvensiz bağlandığı tespit edilen çocukların (16 çocuk) deney (8 çocuk) ve kontrol (8 çocuk) gruplarının son test uygulamasıyla birlikte bağlanma türlerinin dönüşümü gösterilmiştir. Bu bulgulara göre tamamı güvensiz bağlanan deney

grubundaki 8 çocuğun Filial Terapi uygulamaları sonucunda 7'sinin güvenli bağlanmaya başladığı görülürken; tamamı güvensiz bağlanan kontrol grubundaki 8 çocuğun herhangi bir terapi almadan yalnızca 2'sinin güvenli bağlanmaya başladığı tespit edilmiştir.

4.2 Deney ve Kontrol Grubu Annelerinin Çocuklarının Bir Aile Çiz Testinden Elde Edilen Ön Test ve Son Test Bulguları

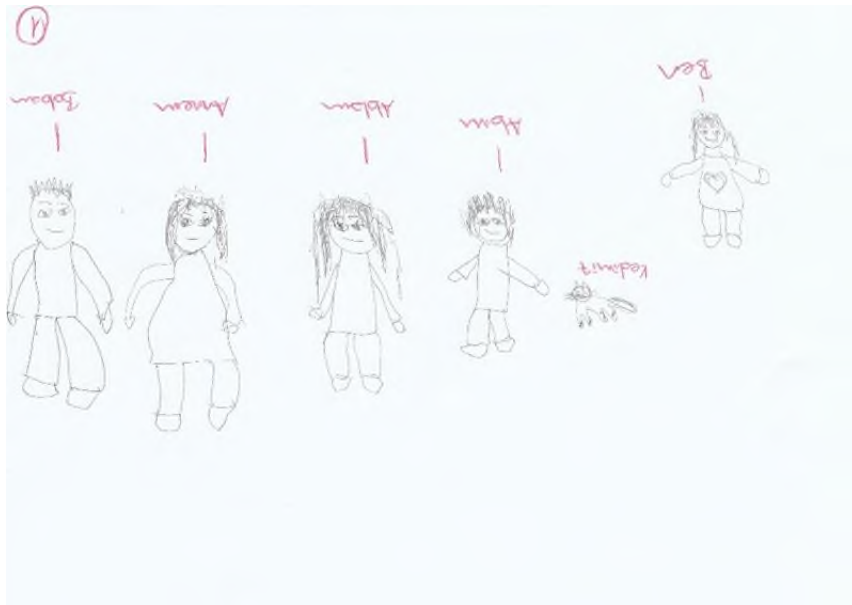
Deney ve kontrol grubundaki 16 çocuğun “Bir Aile Çiz” test analizleri yapılmıştır. Bu çizimler Tuzcuoğlu (2000), Karakelle (2012), Halmatov (2024)’un çalışmalarına paralel olarak yorumlanmıştır. Örnek olması için deney ve kontrol grubu annelerin çocuklarından ikişer çocuğun çizimleri paylaşılmıştır. Deney grubu annelerin çocuklarının paylaşılan ön test çizimlerinde güvensiz bağlanma örüntüleri, son test çizimlerinde güvenli bağlanma örüntüleri görülmüştür. Kontrol grubu annelerin çocuklarının paylaşılan hem ön test hem son test çizimlerinde güvensiz bağlanma örüntüleri görülmüştür. Resimlerde görülen ters şekilde yazılmış annem, ben gibi ifadeler, araştırmacı tarafından çocuklar resimlerini çizdikten hemen sonra sorulmuş ve doğrudan resimler üstüne araştırmacının el yazısıyla not alınmıştır.

Deney grubundaki 8 çocuğun “Bir Aile Çiz” test analizleri şu şekildedir:

- Deney Grubu Çocuk 1 (Kız)

Görsel 4.2.1

DÇ 1 Ön Test

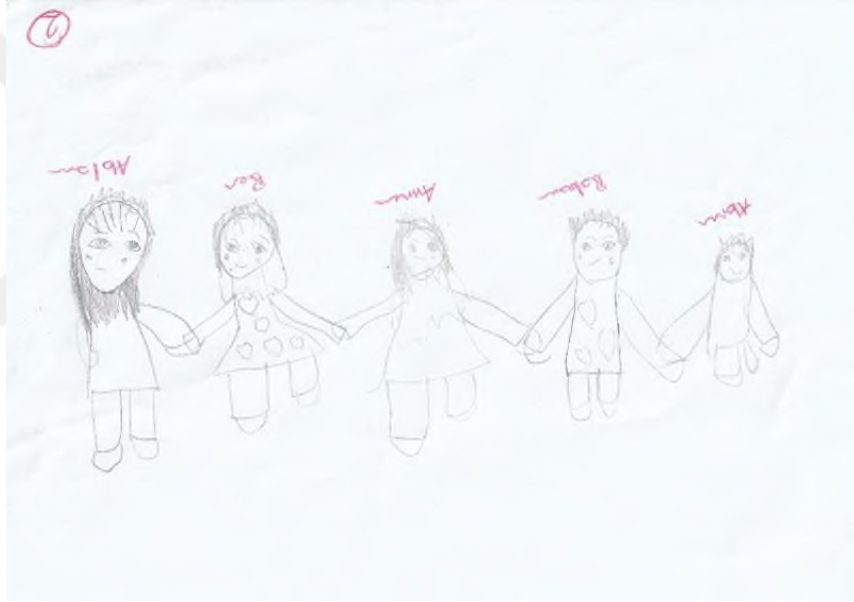


Ön Test:

Görsel 4.2.1’de görüldüğü gibi DÇ 1, kendini grubun en sağına, diğer aile üyelerinden uzak bir konuma yerleştirmiş. Figürü diğerlerinden daha küçük ve daha sade çizilmiş; yüzlerde belirgin mimikler yoktur. Aile üyeleri arasında hiçbir fiziksel temas bulunmamaktadır. Çocuğun hemen yanında yer alan kedi figürü, insan ilişkileri yerine hayvanlara yönelmiş bir güven arayışını düşündürmektedir. Bu resim, DÇ 1’in aile içinde aidiyet duygusunun zayıf, ilişkisel bağlarının gevşek olduğunu ve güvensiz bir bağlanma örüntüsü geliştirdiğini göstermektedir.

Görsel 4.2.2

DÇ 1 Son Test



Son Test:

Görsel 4.2.2’de görüldüğü gibi DÇ 1 bu kez kendini ailenin merkezinde, tüm bireylerle el ele tutuşur biçimde yerleştirmiştir. Fiziksel temas, birlikte olma teması ve simetrik yerleşim aile içindeki duygusal bağların güçlendiğini göstermektedir. Figürlerde göz teması ve gülümseme gibi pozitif yüz ifadeleri dikkat çekmektedir. Çizimde yer alan kalp desenleri, DÇ 1’in aile ilişkilerine dair daha sevgi dolu, olumlu bir algı geliştirdiğini düşündürmektedir. Bu resim, aidiyet duygusunun arttığını ve güvenli bağlanma örüntüsünün gelişmeye başladığını açıkça ortaya koymaktadır.

- Deney Grubu Çocuk 2 (Kız)

Ön Test:

DÇ 2'nin ilk çiziminde aile bireylerinin yüzlerinde hiçbir mimik yer almamaktadır. Yüz ifadelerinin boş bırakılması, çocuğun duygusal ifadeleri tanıma veya yansıtma konusunda sınırlı olduğunu düşündürmektedir. Figürler arasındaki belirgin fiziksel mesafe, duygusal mesafenin de yüksek olabileceğine işaret etmektedir. Çocuğun aile içi ilişkileriyle kurduğu bağın zayıf, temassız ve ifade açısından kısıtlı olduğu izlenmektedir. Bu durum, çocuğun aile üyeleriyle güvenli bir bağ geliştiremediğini ve ilişkisel uzaklık yaşadığını göstermektedir.

Son Test:

Yeni çizimde aile bireyleri birbirine daha yakın konumlandırılmış, fiziksel mesafe azalmıştır. Özellikle figürlerdeki el detaylarının dikkatli bir şekilde çizilmesi, çocuğun ilişkilere dair daha fazla ilgi ve özen geliştirdiğini düşündürmektedir. Her bireyin yüz ifadesi daha belirgin olup, duygu iletimine açık hale gelmiştir. Bu resim, çocuğun duygusal yakınlık kurma kapasitesinin arttığını ve güvenli bağlanmaya yönelik olumlu bir gelişim sürecine girdiğini göstermektedir.

- Deney Grubu Çocuk 3 (Erkek)

Ön Test:

DÇ 3'ün ilk çiziminde anne figürü oldukça büyük ve detaylı çizilirken, diğer aile bireyleri silik ve yüzeysel biçimde yer almaktadır. Bu dengesizlik, annenin baskın ya da aşırı merkezî bir rol üstlendiğini, çocuğun ise diğer ilişkilerde kendini geri planda hissettiğini düşündürülebilir. Roller arasındaki eşitsizlik ve çocuğun bu yapıda nerede durduğunu belirleyememesi, güvensiz bağlanma örüntüsüne işaret eder. Özellikle diğer bireylerin silikliği, ilişkisel bağların zayıflığını ve duygusal gölgede kalma hissini yansıtmaktadır.

Son Test:

Yeni çizimde tüm aile üyeleri benzer boyutlarda ve dengeli biçimde yerleştirilmiş, birlikte bir etkinlik yaparken tasvir edilmiştir. Bu bütünsel yerleşim, aile içinde rollerin eşitlenmeye başladığını ve çocuğun artık yalnızca bir bireye değil, tüm aileye yönelik duygusal bağlar geliştirebildiğini düşündürmektedir. Çocuğun aktif olarak yer aldığı bir aile etkinliği, aidiyet ve ortaklık hissini geliştirdiğini, bağlanma güvenliğinin arttığını

göstermektedir. Bu çizim, ilişkisel dengenin kurulduğu ve güvenli bağlanma sürecinin başladığı bir yeniden yapılanma izlenimi vermektedir.

- Deney Grubu Çocuk 4 (Erkek)

Ön Test:

DÇ 4'ün ilk çiziminde baba figürü hiç yer almamıştır. Bu eksiklik, çocuğun babayla kurduğu bağın zayıf ya da yok sayıldığını, duygusal düzeyde bir kopukluk veya kaçınmanın var olabileceğini düşündürmektedir. Çizimde yalnızca diğer aile bireylerinin yer alması, çocuğun aile sistemi içinde babaya yer vermediğini ve ona dair duygusal temsiller oluşturmakta güçlük yaşadığını göstermektedir. Bu durum, özellikle baba figürüyle ilişkili bir güvensiz bağlanma örüntüsüne işaret etmektedir.

Son Test:

Yeni çizimde baba figürü açık şekilde aileye dahil edilmiştir ve çocuk ona fiziksel olarak oldukça yakın bir pozisyonda yer almıştır. Bu değişim, çocuğun babaya dair duygusal kabulünün geliştiğini ve artık bu figürü ilişkisel haritasına daha güvenli bir şekilde dahil ettiğini göstermektedir. Babanın yeniden çizime katılması ve çocuğa yakın konumlandırılması, baba-çocuk ilişkisine dair olumlu bir yeniden bağlanma sürecinin işlediğini düşündürmektedir. Bu gelişim, güvenli bağlanmanın güçlendiğine dair önemli bir görsel ipucudur.

- Deney Grubu Çocuk 5 (Erkek)

Ön Test:

DÇ 5'in ilk çiziminde tüm figürler eşit uzaklıkta, düzenli ama duygusal olarak kopuk biçimde yerleştirilmiştir. Fiziksel düzen korunmuş olsa da figürler arasında temas veya etkileşim bulunmamakta, bu da ilişkilerde mesafe ve soğukluk hissini çağrıştırmaktadır. Çocuğun kendini ilişkisel olarak yakın hissetmediği, sadece bir “düzenin parçası” olarak aileyi resmettiği düşünülmektedir. Bu çizim, yüzeyde bir birliktelik olsa da duygusal bağların kurulamamış olduğu, güvensiz bir bağlanma yapısını yansıtmaktadır.

Son Test:

Yeni çizimde figürler arasındaki mesafe belirgin şekilde azalmış, özellikle çocuk ve anne figürü el ele tutuşur şekilde çizilmiştir. Bu fiziksel temas, aradaki duygusal sıcaklığın arttığını ve çocuğun bağ kurma kapasitesinde anlamlı bir gelişme yaşandığını

göstermektedir. Figürlerin yerleşimindeki içtenlik ve yakınlık duygusu, çocuğun aile üyeleriyle duygusal olarak daha güçlü temaslar kurmaya başladığını düşündürmektedir. Bu gelişim, güvenli bağlanmanın somutlaştığı ve ilişkisel bütünlüğün artmaya başladığı bir süreçte işaret etmektedir.

- Deney Grubu Çocuk 6 (Kız)

Ön Test:

DÇ 6'nın ilk çiziminde aile üyelerinin hiçbirinin yüzünde göz, ağız ya da mimik gibi detaylar yer almamaktadır. Bu yüz­süzlük durumu, çocuğun hem kendisinin hem de diğer bireylerin duygusal yönlerini tanımlamakta veya onlarla temas kurmakta zorlandığını düşündürmektedir. Bu resim, güvenli bağlanma repertuarının gelişmediği, duygusal temasın kurulamamış olduğu güvensiz bağlanma örüntüsünü yansıtmaktadır.

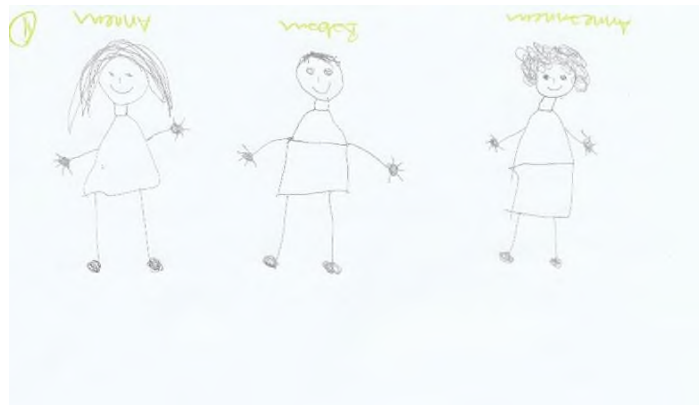
Son Test:

Yeni çizimde çocuk dahil tüm aile bireylerinin yüzleri belirgin şekilde detaylandırılmış, göz, ağız ve mimik unsurlarına yer verilmiştir. Özellikle çocuğun kendi yüzünü ifade eden detaylara yer vermesi, kimlik gelişimi ve görünür olma ihtiyacının olumlu şekilde karşılanmaya başladığını göstermektedir. Mimiksiz ve anonim figürlerin yerini duygu içeren, ifade taşıyan figürlerin alması, hem duygusal farkındalığın hem de bağ kurma kapasitesinin güçlendiğini düşündürmektedir. Bu değişim, DÇ 6'nın güvenli bağlanma yönünde önemli bir içsel dönüşüm yaşadığını göstermektedir.

- Deney Grubu Çocuk 7 (Kız)

Görsel 4.2.3

DÇ 7 Ön Test



Ön Test:

Görsel 4.2.3'te görüldüğü gibi DÇ 7, aile resmi çiziminde kendine yer vermemiş; yalnızca anne, baba ve annanne figürlerini dahil etmiştir. Yetişkin figürlerin gülümseyen yüzleri, aileye dair genel bir olumlu algı olduğunu gösterse de çocuğun bu yapıya kendini dahil hissetmediği anlaşılmaktadır. Figürler birbirine yakın dursa da fiziksel temas bulunmaması, ilişkisel bağların duygusal düzeyde yeterince güçlü olmadığını düşündürmektedir. Kendilik figürünün eksikliği, çocuğun aile içinde görünmezlik, dışlanmışlık veya düşük öz-değer algısı yaşadığına ve güvensiz bağlanma örüntüsü geliştirmiş olabileceğine işaret etmektedir.

Görsel 4.2.4

DÇ 7 Son Test



Son Test:

Görsel 4.7.4'te görüldüğü gibi DÇ 7 bu kez kendini net bir şekilde resme dahil etmiş; figürünü annenin ve babanın tam ortasında konumlandırmıştır. Bu yerleşim, çocuğun kendini aile yapısının merkezinde, değerli bir birey olarak algılamaya başladığını göstermektedir. Tüm figürlerde gülümseyen yüzler ve çizimin simetrik yerleşimi, ailenin çocuk tarafından artık daha güvenli, dengeli ve sevgi dolu bir yapı olarak algılandığını düşündürmektedir. Bu çizim, DÇ 7'nin Filial Terapi sürecinde görünürlük, aidiyet ve ilişkisel yakınlık hissi kazanarak güvenli bağlanma örüntüsü geliştirmeye başladığını açıkça ortaya koymaktadır.

- Deney Grubu Çocuk 8 (Erkek)

Ön Test:

DÇ 8'in ilk çiziminde sadece anne ve çocuk figürüne yer verilmiştir; baba ya da diğer aile bireyleri resimde bulunmamaktadır. Bu durum, çocuğun aile sistemini daraltarak algıladığını ve yalnızca anneye kurduğu ilişki üzerinden bağ kurabildiğini düşündürmektedir. Diğer bireylerin yokluğu, ya görünmez olduklarını düşündüğünü ya da duygusal düzeyde onlara ulaşmakta güçlük yaşadığını gösterebilir. Bu çizim, çocuğun sınırlı ilişkisel temsillere sahip olduğunu ve güvenli bağlanma repertuarının gelişmediğini göstermektedir.

Son Test:

Yeni çizimde yine sadece anne ve çocuk figürüne yer verilmiştir; diğer aile bireyleri hâlâ dışlanmış ya da hiç var olmamış gibi resmedilmiştir. Her ne kadar anneye olan ilişki görünür ve muhtemelen olumlu olsa da, çocuğun bağ kurma kapasitesinin tek bir figürle sınırlı kaldığı anlaşılmaktadır. Bu durum, bağlanma sisteminin genişlemediğini ve güvenli bağlanmanın aile bütünüyle kurulamadığını düşündürmektedir. Son testteki bu sınırlılık, çocuğun bağlanma örüntüsünde kalıcı bir daralmanın veya aşırı seçiciliğin sürdüğünü göstermektedir.

Kontrol grubundaki 8 çocuğun “Bir Aile Çiz” test analizleri şu şekildedir:

- Kontrol Grubu Çocuk 1 (Kız)

Görsel 4.2.5

KÇ 1 Ön Test

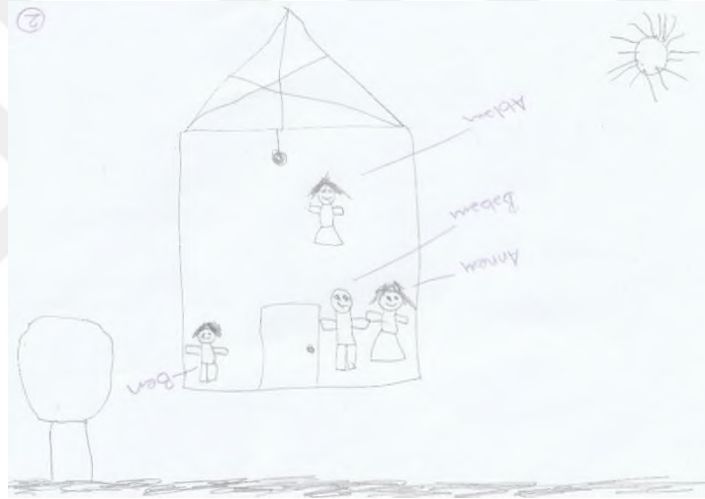


Ön Test:

Görsel 4.2.5'te görüldüğü gibi ilk çizimde KÇ 1 kendini evin dışında, aile bireylerinden tamamen ayrı bir alanda konumlandırmıştır. Bu yerleşim, fiziksel uzaklığın yanı sıra duygusal kopukluğun da güçlü bir göstergesi olarak değerlendirilebilir. Aile sistemine dışarıdan bakan, içine dahil olmayan bir duruş sergileyen bu çizim, çocuğun aidiyet duygusunun zayıf, ilişkisel bağlarının ise kırılgan olduğunu düşündürmektedir. Bu temsilde çocuğun aile ile bağ kurmakta zorlandığı ve güvenli bağlanma geliştiremediği görülmektedir.

Görsel 4.2.6

KÇ 1 Son Test



Son Test:

Görsel 4.2.6'da görüldüğü gibi son çizimde KÇ 1 kendini artık evin içinde konumlandırmış olsa da, aile bireylerinden belirgin biçimde uzak bir alana yerleştirmiştir. Bu gelişme, fiziksel bir yaklaşma gösterse de duygusal olarak tam bir dahil oluşun hâlâ sağlanamadığını düşündürmektedir. Aile bireyleriyle temas, göz teması ya da ortak bir etkinlik görülmemektedir. Bu çizim, çocuğun bağ kurma kapasitesinde sınırlı bir ilerleme olduğunu, ancak temel düzeyde güvensiz bağlanma örüntüsünün devam ettiğini göstermektedir.

- Kontrol Grubu Çocuk 2 (Kız)

Ön Test:

İlk çizimde çocuk ile anne figürü arasında belirgin bir fiziksel mesafe yer almaktadır. KÇ 2'nin figürü, diğer aile bireylerine göre daha küçük ve konum itibarıyla kenarda yer almış olabilir. Bu durum, çocuğun özellikle anneyle kurduğu ilişkide duygusal uzaklık yaşadığını ve bağ kurmakta güçlük çektiğini düşündürmektedir. Çizimde temas ve etkileşim unsurlarının bulunmaması, bağlanma güvensizliğini destekleyen önemli bir göstergedir.

Son Test:

Son çizimde çocuğun figürü daha büyük, belirgin ve dikkat çekici biçimde yerleştirilmiş olsa da anneyle arasındaki fiziksel ve duygusal boşluk halen korunmuştur. Bu durum, çocuğun kendilik algısında bir gelişme olduğunu ancak ilişkisel düzeyde yakınlaşma yaşayamadığını göstermektedir. Özellikle anne figürüyle arasında temas veya ortaklık bulunmaması, bağ kurma kapasitesinin hâlâ sınırlı kaldığını düşündürmektedir. Bu çizim, güvenli bağlanma örüntüsünün gelişmediğini ve çocuğun duygusal mesafesini sürdürdüğünü göstermektedir.

- Kontrol Grubu Çocuk 3 (Kız)

Ön Test:

İlk çizimde tüm aile bireyleri gülümsemekte, mutlu bir tablo çizmektedir; ancak KÇ 3 diğerlerinden farklı olarak başını başka bir yöne çevirmiştir. Bu farklı yönelme, çocuğun ailede duygusal bir kopukluk yaşadığını, ilişkisel olarak grubun parçası olsa da ruhsal uyum sağlayamadığını düşündürmektedir. Çizimde fiziksel birliktelik olsa da duygusal olarak ayrışma dikkat çekmektedir. Bu durum, güvensiz bağlanmanın bir göstergesi olarak değerlendirilebilir.

Son Test:

Yeni çizimde KÇ 3 aile bireylerinin ortasına yerleştirilmiş ve tüm figürler aynı yöne bakar biçimde uyum içinde çizilmiştir. Bu birliktelik, yalnızca fiziksel değil duygusal bir senkronizasyonun da geliştiğini göstermektedir. Çocuğun merkeze alınması ve bakış yönünün aileyle uyumlu hale gelmesi, aidiyet hissinin arttığını ve özdeşim sürecinin olumlu yönde ilerlediğini düşündürmektedir. Bu çizim, güvenli bağlanma örüntüsünün

geliştiğini, çocuğun artık aileyle duygusal olarak senkronize bir bağ kurabildiğini ortaya koymaktadır.

- Kontrol Grubu Çocuk 4 (Kız)

Görsel 4.2.7

KÇ 4 Ön Test



Ön Test:

Görsel 4.2.7’de görüldüğü gibi ilk çizimde aile figürleri birbirine çok yakın, adeta üst üste binmiş şekilde çizilmiştir; ancak çocuk bu grubun dışında, kenarda yer almıştır. Fiziksel olarak ailenin yakınında bulunmakla birlikte duygusal olarak bu bütünlüğün dışında kaldığı izlenimi oluşturmaktadır. Bu durum, çocuğun ailede yer bulmakta zorlandığını, ilişkisel temas arzusuna rağmen dahil olamadığını düşündürmektedir. Aile içinde var olmasına rağmen bağ kuramamış bir çocuk profili, güvensiz bağlanmanın tipik bir göstergesi olarak değerlendirilebilir.

Görsel 4.2.8

KÇ 4 Son Test



Son Test:

Görsel 4.7.8’de görüldüğü gibi son çizimde yine aynı örüntü devam etmekte; aile figürleri iç içe ve sıkıca gruplanmışken çocuk bu grubun dışında konumlandırılmıştır. Fiziksel yakınlık korunmuş olsa da çocuk, duygusal olarak gruba entegre olamamıştır. Çizimde hâlâ herhangi bir temas, göz teması veya ortak etkinlik bulunmamaktadır. Bu durum, çocuğun ilişkilere katılma çabası olsa da içsel düzeyde kabul görmediği veya kendini dâhil hissedemediğini göstermektedir. Bağ kurma isteğinin varlığına rağmen güvenli bağlanmanın oluşmadığı, duygusal yalnızlığın sürdüğü izlenmektedir.

- Kontrol Grubu Çocuk 5 (Erkek)

Ön Test:

İlk çizimde aile bireylerinin her biri farklı yönlerde bakmakta, figürler arasında duygusal bir birliktelik ya da temas izlenmemektedir. Çocuk figürü ise gruptan biraz uzakta ve yönü diğer bireylerle uyumsuz olacak biçimde çizilmiştir. Bu çizim, ilişkisel uyum eksikliğini ve her bireyin kendi duygusal alanında izole olduğunu düşündürmektedir. Özellikle çocuğun aileye senkronize olamaması, aidiyet duygusunun zayıf ve bağlanma örüntüsünün güvensiz olduğunu göstermektedir.

Son Test:

Yeni çizimde çocuk bu kez ailenin ortasına doğru yerleştirilmiş olsa da, aile üyeleri hâlâ farklı yönlerde bakmakta ve birbirleriyle ilişkisel bir bütünlük kuramamaktadır. Ortamda fiziksel yakınlık sağlanmış gibi görünse de figürler arası duygusal bağ, göz teması ya da ortak yönelim gibi göstergeler hâlâ eksiktir. Bu durum, çocuğun görünürlüğünün artmış olabileceğini ancak duygusal uyum ve bağlanma açısından hala dışarıda kaldığını düşündürmektedir. Bağ kurma arzusu belirginleşmiş olsa da güvenli bağlanma henüz gelişmemiştir.

- Kontrol Grubu Çocuk 6 (Erkek)

Ön Test:

İlk çizimde KÇ 6 oldukça büyük ve belirgin bir ev çizmiş; ancak içerisindeki alanı boş bırakmıştır. Çocuk figürü ya evin dışında ya da içine alınmamış olarak yer almış olabilir. Bu durum, çocuğun fiziksel olarak bir yapıya ait olma isteğini taşısa da, içerideki duygusal yaşamdan dışlanmış olduğunu düşündürmektedir. Ev metaforu burada korunma

ihtiyacını temsil ederken, iç boşluğun vurgulanması duygusal destek eksikliğine işaret etmektedir. Çizim, çocuğun ailesiyle ilişkisel temas kurmakta zorlandığını ve güvensiz bağlanma geliştirdiğini göstermektedir.

Son Test:

Yeni çizimde KÇ 6 bu kez evin içerisine yerleştirilmiş olsa da, ev hâlâ boş ve diğer aile bireyleri çizime dahil edilmemiştir. Bu durum, çocuğun korunma ve ait olma arzusunun sürdüğünü; ancak duygusal ilişkilere dair beklentilerinin karşılanmadığını düşündürmektedir. Evin içindeki yalnızlık, çocuğun hâlâ içsel olarak kendini izole hissettiğini ve bağ kurma yönündeki çabasına rağmen destekleyici bir sistem göremediğini yansıtır. Bu çizim, güvenli bağlanmanın henüz gelişmediği ve duygusal temasın kurulamamış olduğu bir örüntüyü göstermektedir.

- Kontrol Grubu Çocuk 7 (Erkek)

Ön Test:

İlk çizimde tüm aile bireyleri birbirinden uzak konumlandırılmış, figürler silik ve detaydan yoksun şekilde çizilmiştir. Çocuk, resmin en köşesinde, aileden oldukça ayrı bir yerde konumlandırılmıştır. Bu durum, hem fiziksel hem de duygusal olarak çocuğun kendini aile yapısının dışında hissettiğini ve ilişkisel bağ kurmakta zorlandığını düşündürmektedir. Silik figürler, duygusal belirsizlik ve ilişkisel mesafe güvensiz bağlanma örüntüsünü açıkça yansıtmaktadır.

Son Test:

Yeni çizimde tüm aile bireyleri bir sofrada birlikte yemek yerken betimlenmiştir; çocuk bu kez grubun tam merkezinde yer almakta ve herkesle aynı aktivite içinde görünmektedir. Ortak yaşantıya katılım, duygusal uyum ve birlikte olma teması çocuğun aitlik hissinin güçlendiğini göstermektedir. Figürlerin yakınlığı ve etkinlik içinde oluşu, çocuğun aile sistemine duygusal olarak entegre olduğunu ve bağ kurma kapasitesinin geliştiğini düşündürmektedir. Bu çizim, güvenli bağlanma repertuarının geliştiğini ve çocuğun ilişkisel açıdan aile içinde daha sağlam bir yer edindiğini göstermektedir.

- Kontrol Grubu Çocuk 8 (Kız)

Ön Test:

İlk çizimde baba figürü büyük, sert çizgilerle ve belirgin şekilde baskın olarak yerleştirilmiştir. Diğer aile üyeleri küçük, silik ve uzak pozisyonlarda bulunmakta; çocuk ise bu yapı içinde daha da geri planda kalmaktadır. Baba figürünün boyutu ve ifadesi, çocuğun otoriteye karşı korku veya çekinme hissettiğini düşündürmektedir. Bu çizim, çocuğun aile içinde baskı altında hissettiği, özellikle baba figürüyle güvenli bir ilişki kuramadığı ve genel olarak güvensiz bağlanma örüntüsünü yansıtmaktadır.

Son Test:

Yeni çizimde baba figürü yine aynı şekilde öfkeli ve baskın şekilde çizilmiş, diğer aile üyeleri ise küçük ve daha uzakta yer almaktadır. Çocuğun babaya karşı konumu hâlâ mesafeli olup, fiziksel yakınlık yerine mesafeli bir konumlandırma tercih edilmiştir. Figürler arası temas ya da duygusal sıcaklık göstergesi bulunmamaktadır. Bu tablo, özellikle otorite figürüne yönelik korkunun sürdüğünü ve çocuğun ilişkisel güven geliştiremediğini göstermektedir. Çizim, bağ kurma ihtiyacının bastırıldığı ve güvenli bağlanmanın hâlâ oluşmadığı bir örüntüyü yansıtmaktadır.

4.3 Deney ve Kontrol Gruplarının Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Ön Test Toplam ve Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Deney ve kontrol gruplarının Çocuk Anababa İlişki Ölçeği toplam ve alt boyutları ön test puanları betimleyici istatistik sonuçları Tablo 4.3.1’de verilmiştir.

Tablo 4.3.1

Deney ve Kontrol Gruplarının Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Toplam ve Alt Boyutlarının Ön Test Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları

Grup	Alt Boyut	n	$\bar{x}$	S	Min.	Maks.
Deney Grubu	ÇAİÖ TOPLAM	8	72.25	6.88	62	82
	Çatışma	8	41.87	3.27	36	46
	Olumlu İlişki	8	30.37	3.81	26	36
Kontrol Grubu	ÇAİÖ TOPLAM	8	74.12	8.74	62	84
	Çatışma	8	40.37	4.34	34	46
	Olumlu İlişki	8	33.75	6.36	28	45

* Yüksek puan olumsuz ilişkiyi gösterir.

Kontrol ve deney gruplarının toplam ve alt boyutlarda ön test betimleyici istatistiklerini gösteren Tablo 4.3.1, Filial Terapi uygulamasından önce deney ve kontrol gruplarının başlangıç düzeylerini ayrıntılı olarak ortaya koymaktadır. Deney grubunun toplam ölçek puanı ($\bar{x} = 72.25$, $S = 6.88$) kontrol grubuna ($\bar{x} = 74.13$, $S = 8.74$) yakın düzeydedir. Benzer şekilde çatışma ve olumlu ilişki alt boyutlarında da grupların ortalama puanları da benzerlik göstermektedir. Hem deney grubunun hem de kontrol grubunun minimum ve maksimum değerlerinin örtüşmesi, her iki grubun müdahale öncesinde benzer dağılımlara sahip olduğunu, yani başlangıçta homojen olduklarını ortaya koymaktadır. Bu da, son test analizlerinde gözlenen farklılıkların doğrudan terapi uygulamasına atfedilmesi yönünden önem taşımaktadır.

Deney ve kontrol gruplarının Çocuk Anababa İlişki Ölçeği ön testine verdiği cevapların toplamda ve alt boyutlarında farklı olup olmadığı Tablo 4.3.2’de bağımsız örneklem t testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.3.2

Deney ve Kontrol Gruplarının Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Ön Test Toplam ve Alt Boyut Puanlarının Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırılması

Grup	Ön Test	n	$\bar{x}$	ss	t	df	p
Deney	ÇAİÖ TOPLAM	8	72.25	6,88	.48	14	.641
Kontrol		8	74.13	8,74			
Deney	Çatışma Alt Boyutu	8	41.88	3.27	.78	14	.48
Kontrol		8	40.38	4.34			
Deney	Olumlu İlişki Alt Boyutu	8	30.38	3.81	-1.29	14	2.19
Kontrol		8	33.75	6.36			

* $p < .05$

Tablo 4.3.2’de deney ve kontrol gruplarının Filial Terapi uygulanmadan önceki başlangıç düzeylerinin karşılaştırılmasına yönelik bağımsız örneklem t-testi sonuçları gösterilmiştir. Analizler, Çocuk Anababa İlişki Ölçeği toplam puanı ile Çatışma ve Olumlu İlişki alt boyutlarını kapsamaktadır. Her bir ölçüm için grup ortalamaları ve standart sapmalar verilmiştir.

Deney ve kontrol Grubu annelerinin Çocuk Anababa İlişki Ölçeğine verdiği ön test cevaplarının toplamda birbirinden farklı olup olmadığını ortaya koymak amacıyla yapılan bağımsız örneklem t-testi sonucunda t değeri 0,4767 olarak; p değeri de .640933 olarak

hesaplanmıştır. Sonuç olarak $p < .05$ olduğu için anlamlı bir fark ortaya çıkmamıştır. Dolayısıyla deney ve kontrol grubunun eşit iki popülasyondan geldiği aralarında anlamlı bir fark bulunmadığı anlaşılmıştır. Bu sonuçlar başlangıç düzeylerinin benzer olduğunu göstermektedir. Çatışma Alt Boyutu verileri: Deney ($M = 41.88$, $SS = 3.27$), Kontrol ($M = 40.38$, $SS = 4.34$), $t(14) = 0.78$, $p = .448$ şeklinde ortaya çıkarken çatışma düzeyleri açısından anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir. Olumlu İlişki Alt Boyutu: Deney ($M = 30.38$, $SS = 3.81$), Kontrol ($M = 33.75$, $SS = 6.36$), $t(14) = -1.29$, $p = .219$ şeklinde ortaya çıkarken olumlu ilişki puanlarında da anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bütün ölçüm alanlarında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar bulunmamıştır. Bu durum, deney ve kontrol gruplarının uygulama öncesinde benzer ilişki düzeylerinde olduklarını ve yapılan analizlerin geçerli karşılaştırmalar sağladığını göstermektedir. Başlangıç eşitliği, deneysel desenin güvenilirliği açısından önemli bir göstergedir.

4.4 Deney Grubu Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Toplam ve Alt Boyutlarının Ön Test ve Son Test Puanlarının Karşılaştırılması

Deney grubunun Çocuk Anababa İlişki Ölçeği toplam ve alt boyutları ön test ve son test puanları ve betimleyici istatistik sonuçları Tablo 4.4.1’de verilmiştir.

Tablo 4.4.1

Deney Grubu Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Toplam ve Alt Boyutlarının Ön Test ve Son Test Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları

Deney Grubu	Test	n	$\bar{x}$	S	Min.	Maks.
Ön Test	ÇAİÖ TOPLAM	8	72.25	6.88	62	82
	Çatışma	8	41.88	3.27	36	46
	Olumlu İlişki	8	30.38	3.81	26	36
Son Test	ÇAİÖ TOPLAM	8	46.75	13.33	26	63
	Çatışma	8	29.13	7.26	16	37
	Olumlu İlişki	8	18.88	6.75	10	30

* *Yüksek puan olumsuz ilişkiyi gösterir.*

Ön test aşamasında “Çocuk Anababa İlişki Ölçeği” puanlarının en düşüğü 62, en yükseği 82 ($\bar{x}=72.25 \pm 6.88$) şeklinde gerçekleşmiştir. Çatışma alt boyutunda puanların en düşüğü 36, en yükseği 46 ($\bar{x}=41.88 \pm 3.27$) iken Olumlu İlişki alt boyutu puanlarının en düşüğü 26, en yükseği de 36 ($\bar{x}=30.38 \pm 3.81$) şeklinde oluşmuştur. Son test aşamasında da “Çocuk Anababa İlişki Ölçeği” toplam puanlarının en düşüğü 26, en yükseği 63 ($\bar{x}=46.75$

± 13.33) iken; Çatışma alt boyutu puanlarının en düşüğü 16, en yükseği 37 ($\bar{x}=29.13 \pm 7.26$) ve Olumlu İlişki alt boyutu toplam puanlarının en düşüğü 10, en yükseği 30 ($\bar{x}=18.88 \pm 6.75$) olarak kaydedilmiştir.

Tablo 4.4.1 verilerinde görüldüğü üzere deney grubunda Çocuk Anababa İlişki Ölçeği toplam puanlarında, çatışma ve olumlu ilişki alt boyut puanlarında belirgin şekilde düşüş görülmektedir. Bu durum Filial Terapinin çocuklarda ve annelerinde olumlu yönde etkiler gösterdiğini ortaya çıkarmıştır.

Deney grubuna uygulanan Filial Terapi'nin etki düzeyini değerlendirmek amacıyla Cohen's d katsayıları hesaplanmıştır. Analiz sonucunda, toplam ölçek puanında $d = 2.41$, çatışma alt boyutunda $d = 2.11$ ve olumlu ilişki alt boyutunda $d = 1.76$ düzeyinde etki büyüklükleri elde edilmiştir. Bu değerler, önerilen yorumlama ölçütlerine göre çok büyük düzeyde etkiyi göstermektedir. Özellikle, toplam puanlardaki güçlü azalma ile birlikte çatışma düzeyindeki düşüş ve olumlu ilişki düzeyindeki iyileşme, Filial Terapi'nin çocuk-anababa ilişkisinde nitelikli ve anlamlı bir değişim yarattığını göstermektedir. Bu bulgular, sadece istatistiksel olarak anlamlı farklar elde edilmediğini, aynı zamanda bu farkların uygulama açısından da yüksek etkiye sahip olduğunu ortaya koymaktadır.

Deney Grubunun Çocuk Anababa İlişki Ölçeği toplam ve alt boyutlarının ön ve son test puanlarının bağımlı örneklem t testi ile karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Tablo 4.4.2'de verilmiştir.

Tablo 4.4.2

Deney Grubu Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Toplam ve Alt Boyutlarının Ön Test ve Son Test Puanlarının Bağımlı Örneklem t Testi ile Karşılaştırılması

Deney Grubu	Test	n	$\bar{x}$	ss	t	df	p
Ön Test	ÇAIÖ TOPLAM	8	72.25	6.88	6.81	7	.001
Son Test		8	46.75	13.33			
Ön Test	Çatışma Alt Boyutu	8	41.88	3.27	5.97	7	.001
Son Test		8	29.13	7.26			
Ön Test	Olumlu İlişki Alt Boyutu	8	30.38	3.81	4.97	7	.002
Son Test		8	18.88	6.75			

* $p < .05$

Tablo 4.4.2'de deney grubuna uygulanan 10 oturumluk Filial Terapi sürecinin etkisini değerlendirmek amacıyla yapılan Bağımlı Örneklem t testi sonuçları sunulmuştur.

Analizler, hem toplam ilişki puanı hem de iki alt boyut üzerinden gerçekleştirilmiştir. ÇAIÖ toplam puanı açısından, Filial terapi alan annelerin çocukla olan ilişkilerinin olumlu düzeyde geliştiğini göstermektedir. ÇAIÖ toplam puanı karşılaştırmasında, Ön Test (M = 72.25, SS = 6.88), Son Test (M = 46.75, SS = 13.33), $t(7) = 6.81$, $p < .001$ şeklinde ortaya çıkarken anlamlı bir düşüş gerçekleşmiştir. Bu bulgular, uygulamanın etkisinin $p < .05$ düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermektedir. Bu düşüş, uygulamanın çocukla olan ilişkinin olumsuz düzeyden olumluya doğru gelişmesine katkı sağladığını göstermektedir. Ölçeğin Çatışma Alt Boyutu puanları açısından, Ön Test (M = 41.88, SS = 3.27), Son Test (M = 29.13, SS = 7.26), $t(7) = 5.97$, $p < .001$ şeklinde ortaya çıkmış ve çatışma düzeyindeki anlamlı azalma, ebeveyn-çocuk arasındaki gerilimin azaldığını ve uygulamanın olumlu etkiler yarattığını göstermektedir. Olumlu İlişki Alt Boyutu puanları açısından, Ön Test (M = 30.38, SS = 3.81), Son Test (M = 18.88, SS = 6.75), $t(7) = 4.97$, $p = .002$ olarak ortaya çıkmış ve ölçek yapısı gereği düşük puanların daha olumlu ilişkiyi temsil etmesi sebebiyle, bu fark ilişki kalitesinde anlamlı bir gelişmeye işaret etmiştir. Sonuç olarak, Filial Terapi uygulaması deney grubundaki ebeveyn-çocuk ilişkilerini genel olarak daha olumlu, daha az çatışmalı ve daha güvenli hale getirmiştir.

4.5 Kontrol Grubu Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Toplam ve Alt Boyutlarının Ön Test ve Son Test Puanlarının Karşılaştırılması

Kontrol grubunun Çocuk Anababa İlişki Ölçeği toplam ve alt boyutları ön test ve son test puanları ve betimleyici istatistik sonuçları Tablo 4.5.1’de verilmiştir.

Tablo 4.5.1

Kontrol Grubu Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Toplam ve Alt Boyutlarının Ön Test ve Son Test Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları

Kontrol Grubu	Test	n	$\bar{x}$	S	Min.	Maks.
Ön Test	ÇAIÖ TOPLAM	8	74.13	8.74	62	84
	Çatışma	8	40.38	4.34	34	46
	Olumlu İlişki	8	33.75	6.36	28	45
Son Test	ÇAIÖ TOPLAM	8	63.75	15.49	32	80
	Çatışma	8	34.88	8.81	19	47
	Olumlu İlişki	8	27.50	6.99	13	35

* Yüksek puan olumsuz ilişkiyi gösterir.

Kontrol grubunun ÇAIÖ ön test ve son test puanlarının betimleyici istatistikleri incelendiğinde ön test aşamasında, toplam puanların en düşüğü 62, en yükseği 84 ($\bar{x}=74.13 \pm 8.74$) olarak; son test aşamasında ise toplam puanların en düşüğü 32, en yükseği 80 ($\bar{x}=63.75 \pm 15.49$) şeklinde ölçülmüştür.

Tablo 4.5.1’de görüldüğü üzere puan ortalamaları az da olsa gerilemiş görünmektedir. Bu da kontrol grubunda kısmi bir gelişme olduğunu ortaya koymaktadır. Çocukların okul öncesi eğitimi buna etken olarak gösterilebilir.

Kontrol Grubunun Çocuk Anababa İlişki Ölçeği toplam ve alt boyutlarının ön ve son test puanlarının bağımlı örneklem t testi ile karşılaştırılmasına ilişkin bulgular Tablo 4.5.2’de verilmiştir.

Tablo 4.5.2

Kontrol Grubu Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Toplam ve Alt Boyutlarının Ön Test ve Son Test Puanlarının Bağımlı Örneklem t Testi ile Karşılaştırılması

Kontrol Grubu	Test	n	$\bar{x}$	ss	t	df	p
Ön Test	ÇAIÖ TOPLAM	8	74.13	8.74	2.98	7	.020
Son Test		8	63.75	15.49			
Ön Test	Çatışma Alt Boyutu	8	40.38	4.34	2.99	7	.020
Son Test		8	34.88	8.81			
Ön Test	Olumlu İlişki Alt Boyutu	8	33.75	6.36	3.05	7	.019
Son Test		8	27.50	6.99			

* $p < .05$

Tablo 4.5.2’de, uygulama yapılmayan kontrol grubunun ön test ve son test puanları arasındaki farklara ilişkin Bağımlı Örneklem t-testi sonuçları sunulmaktadır. Veriler Çocuk Anababa İlişki Ölçeği toplam puanı ve iki alt boyut üzerinden analiz edilmiştir. ÇAIÖ toplam puan açısından, Ön Test ($M = 74.13$, $SS = 8.74$), Son Test ($M = 63.75$, $SS = 15.49$), $t(7) = 2.98$, $p = .020$ şeklinde ortaya çıkarken kontrol grubunun toplam puanında anlamlı bir düşüş gözlenmiştir. Çatışma Alt Boyutu puanları Ön Test ($M = 40.38$, $SS = 4.34$), Son Test ($M = 34.88$, $SS = 8.81$), $t(7) = 2.99$, $p = .020$ olarak gerçekleşirken bu boyutta anlamlı bir azalma vardır. Olumlu İlişki Alt Boyutu analizi sonucunda Ön Test ($M = 33.75$, $SS = 6.36$), Son Test ($M = 27.50$, $SS = 6.99$), $t(7) = 3.05$, $p = .019$ olarak ortaya çıkan bulgular Olumlu ilişki düzeyindeki düşüş (ölçeğin yapısı gereği gelişme anlamına gelir) anlamlı bulunmuştur. Bu veriler, $p < .05$ düzeyinde anlamlı farklılıklar

olduğunu göstermektedir. Kontrol grubunda bazı gelişmeler gözlenmiş ve bu değişimler istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Ancak bu değişiklikler herhangi bir müdahale uygulanmaksızın gerçekleştiğinden, deney grubundaki hedefe yönelik gelişmelerle karşılaştırıldığında etkisinin sınırlı olduğu değerlendirilmelidir.

4.6 Deney ve Kontrol Gruplarının Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Son Test Toplam ve Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Deney ve kontrol gruplarının Çocuk Anababa İlişki Ölçeği toplam ve alt boyutları son test puanları betimleyici istatistik sonuçları Tablo 4.6.1’de verilmiştir.

Tablo 4.6.1

Deney ve Kontrol Gruplarının Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Toplam ve Alt Boyutlarının Son Test Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları

Grup	Alt Boyut	n	$\bar{x}$	S	Min.	Maks.
Deney Grubu	ÇAIÖ TOPLAM	8	46.75	13.32	26	63
	Çatışma	8	29.12	7.25	16	37
	Olumlu İlişki	8	18.87	6.74	10	30
Kontrol Grubu	ÇAIÖ TOPLAM	8	63.75	15.48	32	80
	Çatışma	8	34.87	8.8	19	47
	Olumlu İlişki	8	27.5	6.98	13	35

* Yüksek puan olumsuz ilişkiyi gösterir.

Kontrol ve deney gruplarının toplam ve alt boyutlarda son test betimleyici istatistiklerini gösteren Tablo 4.6.1, Filial Terapi uygulaması sonrasında deney grubunun çocuk-anababa ilişki düzeyinde dikkat çekici iyileşmeler olduğunu ortaya koymaktadır. Deney grubunun toplam ölçek puanı son testte anlamlı biçimde düşerek ($\bar{x} = 46.75$, $S = 13.33$), daha olumlu bir ilişkiyi göstermiştir. Aynı şekilde çatışma alt boyutunda da azalma meydana gelmiştir ($\bar{x} = 29.13$). Olumlu ilişki alt boyutu puanlarında da ($\bar{x} = 18.88$) belirgin bir iyileşme kaydedildiği görülmüştür. Ancak kontrol grubundaki değişiklik sınırlı kalmakla birlikte standart sapmalarla birlikte değerlendirildiğinde daha dengesiz bir dağılıma sahip olduğu gözlemlenmiştir. Bu farklılıklar, terapötik müdahalenin deney grubu üzerindeki olumlu etkisini göstermektedir.

Deney ve kontrol gruplarının Çocuk Anababa İlişki Ölçeği son testine verdiği cevapların toplamda ve alt boyutlarında farklı olup olmadığı Tablo 4.6.2’de bağımsız örneklem t testi ile incelenmiştir.

Tablo 4.6.2

Deney ve Kontrol Gruplarının Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Son Test Toplam ve Alt Boyut Puanlarının Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırılması

Grup	Son Test	n	$\bar{x}$	ss	t	df	p
Deney	ÇAİÖ TOPLAM	8	46.75	13.33	-2.35	14	.034
Kontrol		8	63.75	15.49			
Deney	Çatışma Alt Boyutu	8	29.13	7.26	-1.43	14	.176
Kontrol		8	34.88	8.81			
Deney	Olumlu İlişki Alt Boyutu	8	18.88	6.75	-2.51	14	.025
Kontrol		8	27.50	6.99			

* $p < .05$

Tablo 4.6.2’de Filial Terapi uygulaması sonrası deney ve kontrol gruplarının son test puanları karşılaştırılmıştır. Yapılan analizler, çocuklarla anababa ilişkilerinde yaşanan değişimi toplam puan ve iki alt boyut üzerinden değerlendirmektedir. Toplam Puan: Deney ($M = 46.75$, $SS = 13.33$), Kontrol ($M = 63.75$, $SS = 15.49$), $t(14) = -2.35$, $p = .034$ şeklinde gerçekleşirken deney grubunun toplam puanı kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde daha düşüktür. Bu sonuç, uygulamanın ebeveyn-çocuk ilişkisini olumlu yönde geliştirdiğini göstermektedir.

Çatışma Alt Boyutunda, Deney ($M = 29.13$, $SS = 7.26$), Kontrol ($M = 34.88$, $SS = 8.81$), $t(14) = -1.43$, $p = .176$ şeklinde ortaya çıkan bulgular çatışma alt boyutunda gruplar arası fark istatistiksel olarak anlamlı olmadığını ortaya koymuştur. Ancak deney grubu ortalamasında daha düşük çatışma düzeyi dikkat çekicidir.

Olumlu İlişki Alt Boyutunda, Deney ($M = 18.88$, $SS = 6.75$), Kontrol ($M = 27.50$, $SS = 6.99$), $t(14) = -2.51$, $p = .025$ buguları olumlu ilişki puanları açısından istatistiksel olarak anlamlıdır. Deney grubundaki puan düşüşü, olumlu ilişkiyi temsil ettiğinden bu sonuç uygulamanın etkisini desteklemektedir. Deney grubunda hem genel ilişki düzeyinde hem de olumlu ilişki alt boyutunda anlamlı iyileşmeler görülmüştür. Çatışma alt boyutundaki fark anlamlı olmasa da eğilim deney grubu lehinedir. Bu sonuçlara bakıldığında Filial Terapi uygulaması, okul öncesi dönemdeki çocuklarla ebeveynleri arasındaki ilişkiyi anlamlı ve olumlu yönde geliştirmiştir. Özellikle çatışma düzeyinin azalması ve olumlu ilişkinin artması, ebeveyn-çocuk bağının güçlendiğini ve çocukların duygusal ihtiyaçlarına daha sağlıklı karşılık verildiğini göstermektedir.

4.7 Güvenli Yer Senaryoları Testi, Bir Aile Çiz Testi, Çocuk Anababa İlişki Ölçeğine Göre Genel Bulgular

Güvenli Yer Senaryoları Testi ön test ve son test puanları, Bir Aile Çiz Testi ön test ve son test çizim değerlendirmeleri, Çocuk Anababa İlişki Ölçeği ön test ve son test puanları deney ve kontrol grupları için ayrı ayrı tek tablo haline getirilmiştir. Deney grubu toplu verileri Tablo 4.9.1’de verilmiştir.

Tablo 4.7.1

Deney Grubu Annelerinin ve Çocuklarının Güvenli Yer Senaryoları Testi, Bir Aile Çiz Testi, Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Ön Test ve Son Test Karşılaştırmaları

DENEY GRUBU						
DÇ	GYST Ön Test – Son Test	SONUÇ	BAÇT Ön Test – Son Test	ÇAİÖ Ön Test – Son Test	SONUÇ	SON TESTLERE GÖRE ORTAK DEĞERLENDİRME
1	2/5 – 5/5	Güvenli	Bağ Yok – Kurulmuş	62 - 26	Olumlu İlişki	GÜVENLİ BAĞLANMA
2	1/5 – 4/5	Güvenli	Bağ Yok – Kurulmuş	71 - 38	Olumlu İlişki	GÜVENLİ BAĞLANMA
3	0/5 – 4/5	Güvenli	Bağ Yok – Kurulmuş	75 - 39	Olumlu İlişki	GÜVENLİ BAĞLANMA
4	2/5 – 4/5	Güvenli	Bağ Yok – Kurulmuş	67 - 37	Olumlu İlişki	GÜVENLİ BAĞLANMA
5	1/5 – 4/5	Güvenli	Bağ Yok – Kurulmuş	82 - 56	Olumlu İlişki	GÜVENLİ BAĞLANMA
6	1/5 – 4/5	Güvenli	Bağ Yok – Kurulmuş	81 - 58	Olumlu İlişki	GÜVENLİ BAĞLANMA
7	1/5 – 5/5	Güvenli	Bağ Yok – Kurulmuş	68 - 57	Olumlu İlişki	GÜVENLİ BAĞLANMA
8	1/5 – 2/5	Güvensiz	Bağ Yok – Anneyle Sınırlı	72 - 63	Olumsuz İlişki	GÜVENSİZ BAĞLANMA

Güvenli Yer Senaryoları Testi, Bir Aile Çiz Testi, Çocuk Anababa İlişki Ölçeği ortak bir değerlendirmesi yapıldığında Filial Terapi sürecinden geçmiş deney grubundaki çocukların 7'sinin bağlanma stiline güvensiz bağlanmadan güvenli bağlanmaya geçtiği, 1 çocuğun güvensiz bağlanma stiline kaldığı söylenebilir.

Güvenli Yer Senaryoları Testi, Bir Aile Çiz Testi, Çocuk Anababa İlişki Ölçeği testlerine göre genel bulgular kontrol grubu için Tablo 4.7.2'de incelenmiştir.

Tablo 4.7.2

Kontrol Grubu Annelerinin ve Çocuklarının Güvenli Yer Senaryoları Testi, Bir Aile Çiz Testi, Çocuk Anababa İlişki Ölçeği Ön Test ve Son Test Karşılaştırmaları

KONTROL GRUBU						
KÇ	GYST Ön Test – Son Test	SONUÇ	BAÇT Ön Test – Son Test	ÇAİÖ Ön Test – Son Test	SONUÇ	SON TESTLERE GÖRE ORTAK DEĞERLENDİRME
1	1/5 – 1/5	Güvensiz	Bağ Yok – Kurulmamış	83 - 80	Olumsuz İlişki	GÜVENSİZ BAĞLANMA
2	2/5 – 2/5	Güvensiz	Bağ Yok – Kurulmamış	73 - 75	Olumsuz İlişki	GÜVENSİZ BAĞLANMA
3	2/5 – 4/5	Güvenli	Bağ Yok – Kurulmuş	62 - 32	Olumlu İlişki	GÜVENLİ BAĞLANMA
4	1/5 – 2/5	Güvensiz	Bağ Yok – Kurulmamış	84 - 67	Olumsuz İlişki	GÜVENSİZ BAĞLANMA
5	0/8 – 2/5	Güvensiz	Bağ Yok – Kurulmamış	68 - 62	Olumsuz İlişki	GÜVENSİZ BAĞLANMA
6	0/5 – 1/5	Güvensiz	Bağ Yok – Kurulmamış	82 - 76	Olumsuz İlişki	GÜVENSİZ BAĞLANMA
7	2/5 – 4/5	Güvenli	Bağ Yok – Kurulmuş	64 - 43	Olumlu İlişki	GÜVENLİ BAĞLANMA
8	1/5 – 2/5	Güvensiz	Bağ Yok – Kurulmamış	77 - 65	Olumsuz İlişki	GÜVENSİZ BAĞLANMA

Güvenli Yer Senaryoları Testi, Bir Aile Çiz Testi, Çocuk Anababa İlişki Ölçeği ortak bir değerlendirmesi yapıldığında Filial Terapi sürecinden geçmemiş kontrol grubundaki çocukların yalnızca 2'sinin bağlanma stilinin güvensiz bağlanmadan güvenli bağlanmaya geçtiği, 6 çocuğun güvensiz bağlanma stilinde kaldığı söylenebilir.

4.8 Filial Terapi Uygulamalarının Deney Grubu Annelerin Anne-Çocuk İletişiminin Nasıl Etkilediğine Dair Bulgular

Araştırma kapsamında deney grubunda yer alan annelere, Filial Terapi sürecinin ardından anne-çocuk ilişkilerinde ve kendi bireysel gelişimlerinde yaşadıkları değişimleri değerlendirmeye yönelik olarak bazı yarı yapılandırılmış sorular yöneltilmiştir. Katılımcı annelere şu sorular sorulmuştur: “Çocuğunuzla (çocuklarınızla) ilişkileriniz, 10 haftalık programımızdan önce nasıldı, şimdi nasıl? Bu eğitim size bireysel olarak neler kattı? Ne gibi konularda değiştiniz? Bu katkılar ve değişimler anne ve çocuk ilişkinize ne gibi etkiler yaptı?”

Bu sorular aracılığıyla annelerin, hem çocuklarıyla olan ilişkilerini hem de kendi ebeveyn rollerini nasıl yeniden yapılandırırları araştırılmıştır. Ayrıca, sürecin annelerin çocuklarına yönelik bakış açılarını, tutumlarını ve duygusal tepkilerini nasıl dönüştürdüğüne dair veriler toplanmıştır. Bu sorular aracılığıyla annelerin deneyimledikleri değişimlerin hem niteliksel hem de duygusal boyutları derinlemesine incelenmiştir. Elde edilen nitel veriler içerik analizi yöntemiyle çözümlenmiş; annelerin ve çocuklarının yaşadığı değişimlere ilişkin temalar ve alt temalar sistematik biçimde sınıflandırılmıştır.

İfade edilen temalar, yalnızca gözlemlenen davranışsal değişimleri değil, aynı zamanda annelerin içsel farkındalık süreçlerini ve duygusal olgunlaşma düzeylerini de yansıtmaktadır. Bu bağlamda, Filial Terapi'nin sadece teknik bir beceri kazandırma süreci değil; aynı zamanda annelerin kendi duygusal dünyalarını keşfetmelerini ve çocuklarıyla daha empatik bağlar kurmalarını sağlayan bir gelişimsel alan sunduğu anlaşılmaktadır.

Yapılan analiz sonucunda annelere ilişkin 5 ana tema, çocuklara ilişkin ise 4 ana tema belirlenmiştir. Söz konusu temalar, Filial Terapi sürecinin ebeveynlik becerileri üzerindeki etkilerini ve anne-çocuk iletişimini nasıl dönüştürdüğünü ortaya koyması açısından önem arz etmektedir. Temalar ve bunlara ilişkin alt temalar aşağıda Tablo 4.8'de detaylı şekilde sunulmuştur. Tablo, annelerin ve çocukların yaşadığı değişimleri hem

tema hem de alt tema düzeyinde görselleştirerek, Filial Terapi'nin çok boyutlu etkilerini daha anlaşılır kılmayı amaçlamaktadır.

Tablo 4.8

Anne/Çocuk Kazanımlarına Dair Temalar ve Alt Temalar

ANNELERİN KAZANIMLARI		ÇOCUKLARIN KAZANIMLARI	
Temalar	Alt temalar	Temalar	Alt Temalar
İletişim Kurma becerileri	·Çocuğunu dinleme ·Anlama ·Göz göze ilişki kurabilme ·İletişimsizliği farketme ·Çaba gösterme	Karar Verme Becerileri	· Tercih sunma · Karar vermek · Seçim yapmak
Duygusal Farkındalık Becerileri	·Duygularını fark etme ·Duygularını ifade etme ·Çocuğun duygularını fark etme ·Ayrılık kaygısını fark etme ·Duygusal ihtiyaçlarına duyarlı olma ·Sevgisini ve değerli olduğunu gösterebilme ·Midesinden çok kalbine dokunabilme ·Sabırlı olma ·Değişim konusunda umutlu olma	Duygusal Farkındalık Becerileri	· İsteklerini ifade etme · Duygularını ifade etme ·Öfke duygusunu kontrol edebilme
Bireyleşme ve sorumluluk geliştirme becerileri	·Çocuğun kendisinin yapmasına fırsat verme ·Çocuklara sorumluluk bilinci kazandırma ·Çocuğun kararlarına saygı gösterme	Öz Farkındalık becerileri	· Kendi varlığını gösterebilme · Kendini tanıma · Kendine güven duyma · Kendini değerli görme
Sınır Koyabilme becerileri	·Hayır diyebilme ·Kararlı olma ·Alternatif sunma ·İnatlaşmama	Etkili Davranma becerileri	· İnatçı davranışlarında azalma · Sosyalleşme · Sorumluluk bilinci gelişme - Zamanı etkili kullanma
Etkili Davranma Becerileri	·Çocukla birlikte olmaktan zevk alma ·Çocuğuna zaman ayırma		

Katılımcı annelerin sürece ilişkin nitel verileri içerik analizi yöntemiyle tematik olarak çözümlenmiştir. Analiz sonucunda; annelerin kazanımları: iletişim kurma becerileri, karar verme becerileri, duygusal farkındalık becerileri, duygusal farkındalık becerileri, bireyleşme ve sorumluluk geliştirme becerileri, öz farkındalık becerileri, sınır koyabilme becerileri, etkili davranma becerileri, etkili davranma becerileri başlığı altında toplanmıştır. Çocukların kazanımları ise, iletişim kurma becerileri, karar verme becerileri, duygusal farkındalık becerileri, duygusal farkındalık becerileri, öz farkındalık becerileri, sınır koyabilme becerileri, etkili davranma becerileri başlığı altında toplanmıştır.

Bulgular, Filial Terapi'nin hem annelerin ebeveynlik yeterliklerinde hem de çocukların duygusal ve davranışsal gelişiminde çok boyutlu olumlu etkiler yarattığını göstermektedir. Bu temalar, terapötik sürecin anne-çocuk ilişkisine yönelik yapısal ve işlevsel katkılarını desteklemektedir.

4.8.1 Annenin Kazanımları / Tema 1: İletişim Kurma Becerileri

İletişim kurma becerileri; çocuğunu dinleme, onu anlama, göz göze ilişki kurabilme, iletişimsizliği fark etme ve çaba gösterme alt temalarından oluşmaktadır. Aşağıda Katılımcı Anne 6'nın bu konudaki ifadelerine yer verilmiştir:

“... Onunla kurduğumu sandığım bağ, aslında sadece bakım vermeye dayanıyormuş. Filial Terapi sayesinde bunu fark ettiğimde içim burkuldu. Meğer onun asıl ihtiyacı göz göze geldiğimizde gözlerinde sevildiğini hisseden bir çocuk olmaktı. Önceden her şey aceleydi; çabucak giyinsin, yemeğini yesin, ağlamasın. Ama şimdi onunla özel zamanlarımızda oyun oynarken gözümün içine nasıl baktığını gördüğümde, ilk kez gerçekten temas ettiğimizi hissediyorum. Onunla olduğumda artık hiçbir yere yetişmeye çalışmıyorum. Sabırla dinliyorum, duygularını yansıtıyorum...”

Katılımcı Anne 1'in görüşleri şöyledir:

“... Daha etkili anlamaya çalışan, dinlemeye çalışan bir anne olmaya başladım...”

Katılımcı Anne 8'in görüşleri ise şu şekildedir:

“... Meğer pek çok şeyi fark etmeden yapıyormuşum, çocuğumu susturmak için razı olmak, hemen pes etmek, sabırsız davranmak... Şimdi birçok şeyi daha iyi anlıyorum, ona nasıl yaklaşmam gerektiğini, nerede durmam gerektiğini öğrenmeye başladım...”

Filial Terapi uygulamalarından sonra deney grubunda yer alan annelerin genel anlamda iletişim sorunlarının farkına vardığı ve bu sorunları çözebilmek için çaba sarf ettikleri görülmüştür.

4.8.2 Annenin Kazanımları / Tema 2: Duygusal Farkındalık Becerileri

Duygusal farkındalık becerileri; duygularını fark etme, duygularını ifade etme, çocuğun duygularını fark etme, ayrılık kaygısını fark etme, duygusal ihtiyaçlarına duyarlı olma, sevgisini ve değerli olduğunu gösterebilme, midesinden çok kalbine dokunabilme, sabırlı olma, değişim konusunda umutlu olmak alt temalarından oluşmaktadır.

Duygusal farkındalık becerilerini kazandığına ilişkin Katılımcı Anne 3'ün görüşleri şöyledir: *“Eğitime başlamadan önce oğlumla birbirimizden ayrılma konusunda yaşadığımız sıkıntılı süreç sadece onun için değil benim için de zorlayıcıydı. Kararlı davranmaya başlamam onu da beni de rahatlattı. Şimdi onu daha iyi duyuyor ve anlıyorum... Eğitimden önce oyun oynarken sıkılırdım bu yüzden babası ile oynamayı tercih ederdi. Özel oyun saatlerinde onunla oynamaktan zevk almaya başladım. Daha sakinleştim, acele etmiyorum hiçbir şey için. Duygu yansıtmalarına yer veriyoruz. Anlaşıldığı için inat etmiyor, tutturmuyor...”*

Katılımcıların görüşleri sonucu annelerin duygularını fark etme, duygularını ifade etme, çocuğun duygularını fark etme, ayrılık kaygısını fark etme, duygusal ihtiyaçlarına duyarlı olma, sevgisini ve değerli olduğunu gösterebilme, midesinden çok kalbine dokunabilme, sabırlı olma, değişim bibi duygusal farkındalık becerileri yönünden geliştikleri söylenebilir.

4.8.3 Annenin Kazanımları / Tema 3: Bireyleşme ve Sorumluluk Geliştirme Becerileri

Bireyleşme ve sorumluluk geliştirme becerileri; çocuğun kendisinin yapmasına fırsat verme, çocuklara sorumluluk bilinci kazandırma ve çocuğun kararlarına saygı göstermek alt temalarından oluşmaktadır. Katılımcı Anne 7'nin Filial Terapinin Bireyleşme ve Sorumluluk Geliştirme Becerileri üzerindeki etkilerine dair görüşleri şöyledir:

“Çocuğumla aramda bağ olduğunu sanıyordum, çocuğumun kıyafetlerini yıkamak, karnını doyurmak, odasını toplamak bizim aramızdaki bağ olarak kabul ediyorduk. Aslında aramızdaki bir bağ değilmiş. Onlarla aynı evde çocuklarımın ihtiyaçlarını karşılayıp, onlara hiç sorumluluk vermeden ve çoğu zaman iş yapıyoruz diye başımızdan

göndeririz. Ben Filial Terapiye gidince çocuğumun sorumluluklarını kendi yapabileceğini, konuşunca beni anlayabileceğini öğrendim...”

Katılımcıların görüşleri sonucu annelerin; çocuğun kendisinin yapmasına fırsat verme, çocuklara sorumluluk bilinci kazandırma ve çocuğun kararlarına saygı göstermek gibi bireyleşme ve sorumluluk geliştirme becerileri yönünden aşama kaydettiği söylenebilir.

4.8.4 Annenin Kazanımları / Tema 4: Sınır Koyabilme Becerileri

Sınır koyabilme becerileri; hayır diyebilme, kararlı olma, alternatif sunma, inatlaşmama alt temalarından oluşmaktadır. Uygulama sonucundaki Katılımcı Anne 2 şu şekilde görüş beyan etmiştir:

“Bu programdan önce daha sert, aman ağlasınlar, istedikleri olsun diye davrandığımı düşünüyordum. Şimdi öğrendiklerimle birlikte sakin, kararlı, ılımlı olmaya başladım. Tercihler sunmaya ve verilen kararların sonuçlarına katlanmayı öğrendi kızlarım. Bunu ben tercih ettim diyebiliyor kızım artık, bu benim kararımı diyor. Bunlar benim için olumlu ve güzel gelişmeler oldu...”

Katılımcıların görüşleri sonucu annelerin: hayır diyebilme, kararlı olma, alternatif sunma, inatlaşmama gibi sınır koyabilme becerilerini kazandığı söylenebilir.

4.8.5 Annenin Kazanımları / Tema 5: Etkili Davranma Becerileri

Etkili Davranma Becerilerinin alt temaları Çocukla birlikte olmaktan zevk alma ve çocuğuna zaman ayırma olarak iki grupta toplanmıştır. Çocuğun ve kendisinin bu konudaki gelişimi hakkındaki Katılımcı Anne 5’in görüşleri şu şekildedir:

“10 haftalık eğitim öncesi çocuklarımla diyalogum fazla olmuyordu çünkü ev işi, hayat telaşesi bunlara engel oluyordu. Dolayısıyla gerek ben gerek çocuklar birbirimize karşı agresif davranıyorduk. Ama bu 10 haftalık eğitimde yanlışlarımızı ve yapmamız gerekenleri öğrendim. Çocuğumla vakit geçirip onu dinlemeye ve onu anlamaya çalıştım...”

Katılımcıların görüşleri sonucu annelerin; çocukla birlikte olmaktan zevk alma ve çocuğuna zaman ayırma gibi etkili davranma becerilerini kazandığı söylenebilir.

4.8.6 Çocuğun Kazanımları / Tema 1: Karar Verme Becerileri

Karar Verme Becerileri; tercih sunma, karar verme ve seçim yapma alt temalarından oluşmaktadır. Çocuğunun gelişimi ile Katılımcı Anne 3’ün görüşleri şöyledir:

“...Yaptığım duygu yansıtmaları, kararlı davranmam onu rahatlattı, artık sabaha kadar kendi yatağında rahat uyuyor. Alternatif sunmam kendisi için doğru olanı seçmesi, kararlarına saygı gösteriyor olmamız onun da kendini değerli görmesini sağladı... 1. Sınıf için daha güveniyorum kendime ve oğluma.”

Katılımcıların görüşleri sonucu annelerin; tercih sunma, karar verme ve seçim yapma şeklindeki karar verme becerilerini kazandığı söylenebilir.

4.8.7 Çocuğun Kazanımları / Tema 2: Duygusal Farkındalık Becerileri

Duygusal Farkındalık Becerileri; isteklerini ifade etme, duygularını ifade etme ve öfke duygusunu kontrol edebilme alt temalarından meydana gelmektedir. Çocuğunun duygu kontrolü ile isteklerini ve duygularını ifade edebilme becerileri hakkında Katılımcı Anne 6'nın görüşleri şöyledir:

“Eskiden abla gölgesinde kaybolduğunu düşündüğüm küçük kızım, şimdi kendi sesini buluyor. Hislerini açıkça ifade edebiliyor, ne istediğini daha rahat söylüyor...”

Katılımcı Anne 2 ise bu konuda: *“...Bu program bana net olmayı ve kararlı olmayı öğretti. İnatlaşmak yerine kararlı olduğumu görmek çocuğu da ısrarından geri çeviriyor. Biz bunları yaşadık ve öğrendik.”* şeklinde düşüncelerini ifade etmiştir.

Katılımcıların görüşleri sonucu annelerin; isteklerini ifade etme, duygularını ifade etme ve öfke duygusunu kontrol edebilme şeklindeki duygusal farkındalık becerilerini kazandığı söylenebilir.

4.8.8 Çocuğun Kazanımları / Tema 3: Öz Farkındalık Becerileri

Öz Farkındalık becerileri alt temaları; kendi varlığını gösterebilme, kendini tanıma, kendine güven duyma ve kendini değerli görmek başlıklarından oluşmaktadır. Katılımcı Anne 4 çocuğunun öz farkındalık becerilerinin gelişimi konusunda görüşlerini şu şekilde ifade etmiştir:

“...hayır dediğim zaman o hayırı evete çevirmedim, kararlı olmaya devam ettim. O da bendeki kararlı duruşu görünce bir kere hayır dediğim de ısrarı bıraktı. Önce hırçınlaşıyordu vermeyince, şimdi sakinlikle karşılıyor... Çekişmeler olmayınca da daha iyi anne oğul olabiliyoruz, içimizde hissettiğimiz sevgiyi birbirimize daha çok hissettirebiliyoruz ve mutlu oluyoruz.”

Katılımcıların görüşleri sonucu annelerin; kendi varlığını gösterebilme, kendini tanıma, kendine güven duyma ve kendini değerli görme gibi öz farkındalık becerileri geliştirdikleri söylenebilir.

4.8.9 Çocuğun Kazanımları / Tema 4: Etkili Davranma Becerileri

Etkili Davranma becerileri alt temaları; inatçı davranışlarında azalma, sosyalleşme, sorumluluk bilinci gelişme ve zamanı etkili kullanma başlıklıdır. Çocuğunun Etkili Davranma Becerilerinin gelişmesiyle ilgili Katılımcı Anne 5'in görüşleri şöyledir:

“... gerek ben gerek çocuklar birbirimize karşı agresif davranıyorduk. Ama bu 10 haftalık eğitimde yanlışlarımızı ve yapmamız gerekenleri öğrendim. Çocuğumla vakit geçirip onu dinlemeye ve onu anlamaya çalıştım. Yaptığı gerek inat olsun gerek konuşmalarının altında bir duygu yansıması olduğunu anladım ve şimdi eskiye göre çocuğumun inatları azaldı, sosyalleşti, düzene girmeye başladı.”

Katılımcıların görüşleri sonucu annelerin; inatçı davranışlarında azalma, sosyalleşme, sorumluluk bilinci gelişme ve zamanı etkili kullanma gibi etkili davranma becerileri geliştirdikleri söylenebilir.

Bu bulgular, Filial Terapi uygulamalarının annelerin iletişim kurma, duygusal farkındalık geliştirme, bireyleşmeyi destekleme, sınır koyabilme ve etkili davranış sergileme becerileri üzerinde çok yönlü ve olumlu etkiler yarattığını göstermektedir. Aynı zamanda çocukların karar verme, duygusal ve öz farkındalık geliştirme ile sosyal davranışlarını düzenleme gibi alanlarda kayda değer gelişmeler sağladığı görülmüştür. Nitel veriler, terapötik sürecin hem annelerin ebeveynlik becerilerinde dönüşüm sağladığını hem de anne-çocuk ilişkisinin niteliğini derinleştirerek güvenli ve destekleyici bir bağlanma ortamı oluşturduğunu ortaya koymaktadır.

5 SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu bölümde ilk olarak araştırma bulguları ışığında sonuçlar ortaya konulacaktır. Literatürde yer alan diğer çalışmalarla ilişkilendirmeler yapılacak, mevcut çalışmanın kısıtlılıklarına değinilecek ve gelecekte yapılacak benzer araştırmalar için önerilere yer verilecektir.

5.1 Sonuç

Bu araştırma, Filial Terapi temelli ebeveyn eğitiminin, güvensiz bağlanma örüntüsü sergileyen 4–6 yaş aralığındaki çocukların bağlanma temsilleri üzerindeki etkisini incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmada deney ve kontrol gruplarına ön test–son test uygulamaları yapılmış, ayrıca nitel görüşmelerle ebeveyn deneyimleri derinlemesine incelenmiştir.

Uygulama sonrası deney ve kontrol grubunda yer alan annelerin çocuklarının bağlanma davranışlarında deney grubu annelerinin çocukları lehine farklılık olduğu görülmüştür. Güvenli Yer Senaryoları Testi sonuçları incelendiğinde, deney grubundaki çocukların son test puanlarında anlamlı düzeyde artış olduğu gözlenmiştir. Bu artış, çocukların stresli durumlar karşısında daha güvenli, organize ve destek arayışına dayalı içsel temsiller geliştirdiklerini göstermektedir. Buna karşın kontrol grubunda kayda değer bir değişim gözlenmemiştir. Bu fark, Filial Terapi sürecinin çocukların bağlanma stillerinde doğrudan bir iyileşme sağladığını desteklemektedir.

Bir Aile Çiz Testi bulguları da benzer yönde bir dönüşümü ortaya koymuştur. Deney grubundaki çocukların son test çizimlerinde aile bireyleriyle fiziksel ve duygusal yakınlık, yüz ifadelerinde yumuşama, birlikte olma temaları ve kendilik algısında güçlenme gözlemlenmiştir. Buna karşın kontrol grubundaki çizimlerde yalnızlık, uzaklık ve ilişki kopukluğu gibi güvensiz bağlanma işaretleri devam etmiştir. Bu farklılık, Filial Terapi'nin aile içi ilişkisel temsillerin yeniden yapılandırılmasında etkili olduğunu göstermektedir.

Çocuk Ana Baba İlişki Ölçeği puanları incelendiğinde ise, deney grubundaki annelerin çocuklarıyla kurdukları ilişkide yakınlık puanlarının arttığı, çatışma puanlarının ise anlamlı düzeyde azaldığı görülmüştür. Kontrol grubunda ise benzer bir değişim gözlenmemiştir. Bu bulgu, Filial Terapi'nin ebeveynlik becerilerini geliştirerek ebeveyn–çocuk ilişkilerinde daha yapıcı bir bağ kurulmasını desteklediğini ortaya koymaktadır.

Nitel görüşmelerden elde edilen veriler, annelerin Filial Terapi süreci boyunca ebeveynlik yaklaşımlarında yaşadıkları değişimi ve bu değişimin çocuklarıyla olan ilişkilerine yansımalarını detaylı şekilde ortaya koymuştur. Elde edilen temalar arasında “İletişim Kurma Becerileri”, “Duygusal Farkındalık Becerileri”, “Bireyleşme ve Sorumluluk Geliştirme Becerileri”, “Sınır Koyabilme Becerileri”, “Etkili Davranma Becerileri” öne çıkmıştır. Bu temalar altında, annelerin çocuklarını anlamada artan duyarlılıkları, sınır koymada netleşmeleri, oyun aracılığıyla iletişim becerilerinin gelişmesi ve kendi çocukluk deneyimlerinin farkına varmaları dikkat çekmiştir.

Araştırma sonuçları, Filial Terapi uygulanan deney grubundaki çocukların büyük çoğunluğunda güvensiz bağlanma stilinden güvenli bağlanma stiline geçiş yaşandığını göstermiştir. Bağlanma stillerinin görece kalıcı olduğu yönündeki geleneksel görüşe rağmen, bu bulgu, çocukların bağlanma temsillerinin kısa süreli ancak nitelikli müdahalelerle değişebileceğine işaret etmektedir.

Kuramsal olarak, çocukların bakım verenleriyle tekrarlayan biçimde yaşadığı duyarlı, kabul edici ve güven verici etkileşimler, içsel çalışma modellerinin yeniden yapılandırılmasını mümkün kılmaktadır. Filial Terapi sürecinde ebeveynlerin çocuklarına yönelik daha duyarlı ve ilişkisel bir tutum geliştirmeleri, çocukların bağlanma sisteminde olumlu bir yeniden yapılanmayı tetiklemiştir. Bu durum, bağlanma sisteminin sabit değil, gelişimsel olarak değişime açık bir yapı olduğunu ortaya koymaktadır. Özellikle erken çocukluk dönemindeki nöroplastisite dikkate alındığında, bu yaş grubunun ilişkisel deneyimlere yüksek duyarlılıkla karşılık verdiği ve güvenli bağlanma yönünde dönüşüm yaşayabildiği sonucuna varılabilir.

Sonuç olarak, bu araştırma; bağlanmanın yaşam boyu yeniden şekillenebilen bir yapı olduğunu ve Filial Terapi’nin, erken çocukluk döneminde bağlanma ilişkilerini onarma ve güvenli temsilleri inşa etme sürecinde etkili bir müdahale aracı olduğunu güçlü biçimde ortaya koymaktadır.

5.2 Tartışma

Bu araştırma, Filial Terapi’nin, güvensiz bağlanma örüntüsü sergileyen okul öncesi çocukların bağlanma stillerini ve ebeveyn-çocuk ilişkilerini nasıl dönüştürdüğünü hem niteliksel hem de niceliksel verilerle kapsamlı biçimde ortaya koymuştur. Araştırmanın bulguları, kuramsal bağlamda Bowlby’nin bağlanma kuramı ve Filial Terapi çalışma bulguları çerçevesinde değerlendirilmiş, ulusal ve uluslararası literatürle karşılaştırılarak

anlamlandırılmıştır. Tartışma Filial Terapinin çocukların bağlanma davranışları üzerindeki etkisi ve Filial Terapinin anne-çocuk ilişkisi üzerindeki etkisi olarak iki temel başlık altında yapılandırılmıştır.

5.2.1 Filial Terapinin Çocukların Bağlanma Davranışları Üzerindeki Etkisi

Bu çalışmada kontrol grubu ve Filial Terapiye katılan annelerin çocuklarının Güvenli Yer Senaryoları Testi ve Bir Aile Çiz Testinden elde edilen bulgular, deney grubuna katılan annelerin çocuklarının büyük çoğunluğunda güvenli bağlanma yönünde anlamlı bir dönüşüm olduğunu göstermiştir. Araştırmada Filial Terapi uygulanan deney grubundaki annelerin özellikle Güvenli Yer Senaryoları Testi sonuçlarında çocuklarının stresli durumlara daha organize, duygu düzenleyici ve destek arayıcı biçimde yanıt verdikleri görülmüştür. Bu sonuç, bağlanmanın gelişimsel olarak değişebilir ve müdahaleye açık bir yapı olduğunu desteklemektedir (Dozier, 2008).

Güvenli Yer Senaryoları Testi, çocuğun bağlanma figürü ile zihinsel temsillerini değerlendirmek açısından oldukça işlevsel bir araçtır. Araştırmada deney grubundaki çocuklar, son testte, bağlanma figürlerine yönelik daha olumlu temsiller içeren, çözüme yönelik, duygusal regülasyonu içeren senaryolar oluşturmuştur. Bu, içsel çalışma modellerinde güvenliğe yönelik yeniden yapılanmayı göstermektedir.

Bir Aile Çiz Testi bulguları da benzer yönde bir dönüşümü ortaya koymuştur. Deney grubundaki annelerin çocuklarının son test çizimlerinde aile bireyleriyle fiziksel ve duygusal yakınlık, yüz ifadelerinde yumuşama, birlikte olma temaları ve kendilik algısında güçlenme gözlemlenmiştir. Buna karşın kontrol grubundaki çizimlerde yalnızlık, uzaklık ve ilişki kopukluğu gibi güvensiz bağlanma işaretleri devam etmiştir. Bu farklılık, Filial Terapi'nin aile içi ilişkisel temsillerin yeniden yapılandırılmasında etkili olduğunu göstermektedir.

Ancak kontrol grubundaki çocuklardan ikisinin bağlanma stilinde güvensiz bağlanmadan güvenli bağlanmaya geçiş göstermesi, dikkatle ele alınması gereken bir bulgudur. Bu değişimin, herhangi bir terapi müdahalesi uygulanmadan gerçekleşmiş olması, söz konusu dönüşümün farklı çevresel ve gelişimsel etmenlerle ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Öncelikle, bu yaş grubundaki çocukların hızlı bilişsel, sosyal ve duygusal gelişim göstermeleri bağlanma davranışlarında doğal değişimlere neden olabilir. Dolayısıyla, çocukların bireysel olgunlaşma süreçlerinin bağlanma stilinde olumlu yönde bir dönüşüm sağlamış olabileceği değerlendirilmektedir (Özyürek ve

Erdoğmuş Mermer, 2021). Ayrıca, okul öncesi dönemde uygulanan anasınıfı eğitim programlarının çocukların sosyal-duygusal becerilerini destekleyici yapısı da güvenli bağlanma davranışlarını pekiştirebilir (Göktaş ve Gülay Ogelman, 2016).

Bunun yanı sıra, araştırmanın başlangıcında yapılan bireysel ebeveyn görüşmeleri, annelerin çocuklarıyla olan ilişkileri konusunda farkındalık kazanmalarına katkı sağlamış olabilir. Her ne kadar bu anneler Filial Terapi sürecine dahil edilmemiş olsalar da, görüşmelerde ele alınan konular ebeveynlerin tutumlarını yeniden değerlendirmelerine neden olmuş olabilir. Bu durum, kısa süreli bir danışmanlık görüşmesinin bile ebeveyn davranışlarında farkındalık yaratabileceğini göstermektedir (Özel ve Zelyurt, 2016). Ayrıca velilerin aynı bölgede oturuyor olmaları, sosyal iletişimde bulunmaları, deney grubundaki annelerin kontrol grubundaki annelere bilgi aktarmaları da kontrol grubu annelerinde değişimleri desteklemiş olabilir.

Okulun rehberlik birimi tarafından yürütülen veli ve öğrenciye yönelik grup rehberlik çalışmaları da çocukların duygusal gelişimini destekleyici bir rol üstlenmiş olabilir. Sınıf rehberlik programında duyguları anlama ve yönetmeye yönelik etkinlikler bulunmaktadır. Rehberlik hizmetleri dahilinde genel hedefler içinde sınır koyma çalışmaları yürütülmüştür. Bu tür grup rehberlik programlarının çocukların sosyal-duygusal becerileri ve ilişki kurma kapasiteleri üzerinde olumlu etkileri olduğu çeşitli araştırmalarla gösterilmiştir (Yavuzer, 2013; Kanak, Ersoy ve Yerliyurt, 2018). Tüm bu faktörler bir arada düşünüldüğünde, iki çocuğun bağlanma stilinde gözlemlenen olumlu değişimin çok faktörlü çevresel ve gelişimsel dinamikler sonucu ortaya çıktığı söylenebilir.

Bağlanma kuramı, bireyin erken yaşlardan itibaren bakım verenle kurduğu duygusal ilişkinin, tüm yaşam boyunca sosyal ve duygusal işleyişini etkileyen temel bir yapı olduğunu öne sürer (Bowlby, 1969, 1988). Bu kurama göre, çocuklar bakım verenlerinin duyarlılığına, tutarlılığına ve erişilebilirliğine göre güvenli veya güvensiz bağlanma örüntüleri geliştirirler (Ainsworth, 1978). Ebeveynlere ebeveynlik becerileri kazandıran Filial Terapi, Landreth ve Bratton (2006) tarafından geliştirilen ve ebeveynin çocukla yapılandırılmış oyun seansları aracılığıyla etkileşim kurmasını sağlayan psikoeğitsel bir modeldir. Bu modelde ebeveynler çocuklarının oyun dilini anlamayı, duygularını yansıtmayı ve sınır koyarken empatik kalmayı öğrenirler. Bu süreç, çocuğun kendini görülmüş, anlaşılmış ve kabul edilmiş hissetmesini sağlar (VanFleet, 2011). Guernsey ve

ekibi Filial Terapinin etkisini ölçmek için yaptıkları araştırmada en başta bu etkileri ortaya koyarken Kore, Çin, Almanya, İspanya ve İsrail gibi farklı kültürlerdeki anne-babalara Filial Terapi eğitimi verilmiştir. Böylece terapinin farklı kültürlerde de ortak etkiler gösterdiği ortaya çıkmıştır. Bu çalışmalar; Chau ve Landreth (1997)'in Çinli anne-baba ve çocukları ile Amerika'da yaptığı araştırma; Glover ve Landreth (2000) yerli Amerikalı anne-baba ve çocuklarıyla yaptığı araştırma; Kidron (2004)'un İsrailli anne ve çocukları ile yaptığı çalışma; Grskovic ve Goetze (2008)'nin Almanya'da yaşayan anneler üzerindeki etkisini incelediği araştırma şeklinde sıralanabilir. Ray (2003), bağlanma sorunu ve duygusal problemleri olan çocuklar ve anneleri üzerinde Filial Terapi uygulamaları yaptığı araştırmada çocuklar yönünden öz güven artışı, kaygı azalması şeklinde olumlu sonuçlar ortaya çıkmıştır. Lathi (1992), Filial Terapi çalışmaları sonrası çocuklar yönünden onların davranışlarının sorumluluğunu alma, iletişim ve mutluluğun artması, içe yönelimli davranışlarda düşme vb. olumlu gelişmeler kaydedildiğini ortaya koymuştur. Bratton ve Landreth (1995) boşanmış 43 anne-baba ile yaptığı deneysel çalışmada çocuklardaki davranış problemlerinin azalarak onların özgüvenlerinin arttığını ortaya koymuştur (Bratton ve Landreth 1995). Harris ve Landreth (1997) tutuklu anneler uyguladığı Filial Teapi uygulamaları sonrasında haftada bir kez cezaevine gelen çocukların davranış problemleri azalmıştır. Aile içi şiddete maruz kalmış anneler ve çocuklarına bir müdahale programı olarak Smith ve Landreth (2003) Filial Terapi eğitimini 12 hafta olarak vermiştir. Bu uygulama sonunda da yine annelerin ebeveynlik kabulü anlamlı derecede artmıştır. Empati düzeyleri yükselirken çocukların davranış problemleri ise azalmıştır. Cinsel istismara uğramış çocuklar ve ebeveynleri üzerinde Costas ve Landreth (1999)'in yaptığı deneysel çalışmalarda, annelerin ebeveynlik kabulünde anlamlı artış meydana gelmiş, strese azalmalar görülmüştür. Çocukların kaygı düzeylerinde ve öz güven artışlarında iyileşmeler meydana gelmiştir.

Türkiye'de yapılan benzer çalışmalar da bu bulguları desteklemektedir. Kavuşan (2019), Filial Terapi uygulanan çocukların bağlanma davranışlarında anlamlı düzelme gözlendiğini ve Güvenli Yer Senaryoları Testi sonuçlarında güvenli bağlanma örüntülerinin arttığını bildirmiştir. Yıldırım (2020) da benzer şekilde, Filial Terapi'nin çocukların güvenli bağlanma düzeylerini artırdığını, özellikle duygusal yakınlık kurma becerilerinde gelişme sağladığını ifade etmiştir.

Bir Aile Çiz Testi'nden elde edilen veriler de bu bağlamda değerlendirildiğinde, deney grubundaki çocukların çizimlerinde aile bireylerine fiziksel ve duygusal yakınlık, olumlu yüz ifadeleri ve ortak etkinlikler görülmektedir. Ön testlerde kendini aileden uzak, küçük veya eksik çizen çocukların son testte merkezî bir konumda yer alması, bağlanma temsillerinin yeniden yapılandığına işaret etmektedir. Fury, Carlson ve Sroufe (1997) çizimlerin bağlanma temsillerine dair önemli ipuçları verdiğini; duygusal yakınlık, benlik algısı ve güven duygusunun çizim yoluyla yansıtılabildiğini ortaya koymuştur. Türkiye'den Turan (2018) da benzer biçimde, Filial Terapi sonrası çocukların çizimlerinde aileyle bütünleşme ve duygusal temasın arttığını bulgulamıştır.

Fury, Carlson ve Sroufe (1997), araştırmalarında çocukların benlik ve bağlanma figürlerinin temsili modellerini aile çiz testi üzerinden incelemişlerdir. Bu araştırmada 8-9 yaşlarındaki çocukların aile çizimleri üzerine yoğunlaşmış ve bu çizimler bir dizi belirli işaret ve teorik olarak türetilen genel derecelendirme ölçeği kullanılarak puanlanmıştır. Çizimlerin bütünsel olarak (ayrı ayrı değil) değerlendirilmesi sonunda bağlanma stilleri ile ilgili bir ilişki ortaya çıkmıştır. Bu araştırma bağlanma geçmişinin olumsuz çizim sonucunun tahminine önemli bir katkıda bulunmuştur. "Bir Aile Çiz Testi" başta Filial Terapi olmak üzere uygulanan bütün terapi türlerinin öncesinde ve sonrasında kullanılarak erken ilişkilerdeki nitel farklılıkların benliğin temel temsili modellerini şekillendirmesi ve sonraki temsili süreçler üzerinde devam eden bir etki uygulaması bakımından önemli bir bakış açısı getirmiştir.

Araştırma sonuçlarından elde edilen bulgular Filial Terapi'nin çocukların bağlanma stillerinde yarattığı bu olumlu değişim, bağlanmanın yaşamın erken dönemlerinde başlayan ve güvenli bir bağ kurma fırsatı sağlandığında yeniden şekillenebilen dinamik bir sistem olduğunu bir kez daha göstermektedir.

5.2.2 Filial Terapinin Anne-Çocuk İlişkisi Üzerindeki Etkisi

Araştırma sonucunda kontrol grubuyla karşılaştırıldığında Filial Terapi uygulanan deney grubunda yer alan annelerin çocuklarıyla olan ilişkilerinde belirgin bir değişim gözlemlenmiştir. Bu sonuçlar, Filial Terapi uygulamasının okul öncesi dönemdeki çocuklarla anneleri arasındaki ilişkiyi olumlu yönde etkilediğini ve güvensiz bağlanma stilinden güvenli bağlanma stiline geçişte etkili bir müdahale yöntemi olabileceğini göstermektedir. Çocuk Anababa İlişki Ölçeği sonuçlarında annelerin yakınlık puanlarının arttığı, çatışma puanlarının düştüğü görülmüştür. Annelerin kazanımları: iletişim kurma

becerileri (çocuğunu dinleme, anlama, göz göze ilişki kurabilme, iletişimsizliği fark etme, çaba gösterme alt temaları); karar verme becerileri (tercih sunma, karar verme, seçim yapma alt temaları); duygusal farkındalık becerileri (duygularını fark etme, duygularını ifade etme, çocuğun duygularını fark etme, ayrılık kaygısını fark etme, duygusal ihtiyaçlarına duyarlı olma, sevgisini ve değerli olduğunu gösterebilme, midesinden çok kalbine dokunabilme, sabırlı olma, değişim konusunda umutlu olma alt temaları); duygusal farkındalık becerileri (isteklerini ifade etme, duygularını ifade etme, öfke duygusunu kontrol edebilme alt temaları); bireyleşme ve sorumluluk geliştirme becerileri (çocuğun kendisinin yapmasına fırsat verme, çocuklara sorumluluk bilinci kazandırma, çocuğun kararlarına saygı gösterme alt temaları); öz farkındalık becerileri (kendi varlığını gösterebilme, kendini tanıma, kendine güven duyma, kendini değerli görme alt temaları); sınır koyabilme becerileri (hayır diyebilme, kararlı olma, alternatif sunma, inatlaşmama alt becerileri); etkili davranma becerileri (inatçı davranışlarında azalma, sosyalleşme, sorumluluk bilinci gelişme, zamanı etkili kullanma alt temaları); etkili davranma becerileri (çocukla birlikte olmaktan zevk alma, çocuğuna zaman ayırma) başlığı altında toplanırken çocukların kazanımları ise iletişim kurma becerileri (anlama, göz göze ilişki kurabilme alt temaları); karar verme becerileri (karar vermek, seçim yapmak alt temaları); duygusal farkındalık becerileri (duygularını fark etme, duygularını ifade etme, sevgisini gösterebilme alt temaları); duygusal farkındalık becerileri (isteklerini ifade etme, duygularını ifade etme, öfke duygusunu kontrol edebilme alt temaları); öz farkındalık becerileri (kendi varlığını gösterebilme, kendini tanıma, kendine güven duyma, kendini değerli görme alt temaları); sınır koyabilme becerileri (inatlaşmama alt becerisi); etkili davranma becerileri (inatçı davranışlarında azalma, sosyalleşme, sorumluluk bilinci gelişme, zamanı etkili kullanma alt temaları) başlığı altında toplanmıştır.

Annelerle yapılan görüşmelerde terapi sürecinde çocuklarına karşı daha sabırlı, anlayışlı ve empatik olduklarını; çocuklarının duygularını daha iyi tanımaya ve onlara sınır koyarken daha şefkatli davranmaya başladıklarını belirtmişlerdir. Çocukların ise iletişim kurma becerilerinde gelişme, karar verme becerilerinde artış, duygusal farkındalık becerilerinde iyileşme, öz farkındalık becerilerinde gelişim, sınır koyabilme becerisi olarak inatlaşma davranışlarında azalma, etkili davranma becerilerinde gelişme gözlemlenmiştir.

Bağlanma yalnızca çocuğun bireysel gelişimi açısından değil, ebeveynin duyarlılığı, duygusal regülasyon becerisi ve ilişki kurma biçimi açısından da değerlendirilmelidir. Bu nedenle Filial Terapi yalnızca çocuk merkezli değil, aynı zamanda bakım verenin ilişki kurma kapasitesini dönüştüren sistemik bir müdahaledir (VanFleet, 2014).

Bratton (2005), Filial Terapi'nin ebeveynlerin kendine güvenini, ebeveynlik yetkinliğini ve empati düzeyini artırdığını belirtmektedir. Bu da ebeveyn-çocuk ilişkilerinde güvenli bir bağlanma ilişkisi kurulmasına imkân tanır. Mikulincer ve Shaver (2007) ise, ebeveynin duygusal regülasyon kapasitesinin çocuğun bağlanma güvenliği açısından belirleyici olduğunu vurgulamaktadır.

Ray (2003), bağlanma sorunu ve duygusal problemleri olan çocuklar ve anneleri üzerinde yaptığı araştırmada, annelerin stresinde ve çocuklarının davranış problemlerinde anlamlı azalma olduğunu göstermiştir. Bu çalışmalar mevcut çalışma ile paralellik göstermekte ve annelerin ebeveynlik kabulünde artma, streslerinde azalmalar meydana gelmiştir. Diğer yandan Filial Terapi çalışmaları yapan Lathi (1992), terapi sonrası annelerin çocuğunu kontrol etme ihtiyacının azaldığını, çocuğuna ve eşine daha yakın hissettiğini, yeterlilik duygularının arttığını, ihtiyaçların iki yönlü (anne-çocuk) farkına vardıklarını, bu sayede gerçekçi beklentiler geliştirdiklerini ve iletişim becerilerinin arttığını göstermiştir. Bratton ve Landreth (1995) boşanmış 43 anne-baba ile yaptığı deneysel çalışmada ebeveynlik stresinin azaldığını, ebeveynlerin kendilerini daha yeterli gördüklerini, ebeveyn kabulünün arttığını ve çocuklardaki davranış problemlerinin azalarak özgüvenlerinin arttığını ortaya koymuştur (Bratton ve Landreth 1995). Filial Terapi uygulamaları; evli çiftler, evlatlık edinmiş ebeveynler, tek ebeveynler, tutuklu ebeveynler gibi farklı ebeveyn gruplarıyla da yapılmıştır. Örneğin Bavin-Hoffman, Jennings ve Landreth (1996), 20 evli çifte eğitim sağlayarak Filial Terapi eğitiminin etkisini ölçmek için iki ölçekli bir araştırma yapmıştır. Yarı yapılandırılmış mülakat formu ve çocukların öz kontrol ölçeği ile yapılan uygulama sonunda anne babaların çocuklarıyla ve eşleriyle olan ilişkilerinde iyileşmeler meydana geldiği, çocukların saldırganlıklarının azalarak öz kontrolün arttığı belirlenmiştir. Landreth (1997), araştırmalarında anne-babaları Filial Terapi eğitimine alarak 3-8 yaş aralığındaki beş çocuğa 10 seanslık “*Çocuk Ebeveyn İlişkisi Terapisi*” uygulanmış çocuklara en çok nelerden hoşlandıklarını sormuştur. Çocuklar iyi ilişkiler hissettiklerini dile getirmişlerdir. Bu durum Glass'ın (1986) yaptığı çalışmalarla benzerlik göstermektedir. Segal (2011) anne-babaların

oyunlarındaki sözsüz ipuçlarına ve çocuklarına daha duyarlı olduğunu, empatide ve kabulde artış olduğunu ortaya koymuştur (Carnes-Host, 2010). Harris ve Landreth (1997) tutuklu annelere uyguladığı Filial Terapi sonrasında haftada bir kez cezaevine gelen çocuklarına karşı ebeveynlik kabulü geliştirdikleri ve annelerin Empati düzeylerinin yükseldiği çocukların ise davranış problemlerinin azaldığı görülmüştür.

Türkiye’de yapılan araştırmalarda da benzer sonuçlar elde edilmiştir. Uğurlu (2021), Filial Terapi uygulaması sonrası annelerin çocuklarına karşı daha az cezalandırıcı ve daha fazla destekleyici davranışlar geliştirdiğini rapor etmiştir. Turan (2018) ise annelerin çocuklarına yönelik bakış açılarında değişim olduğunu, çocuklarının ihtiyaçlarını daha iyi anlamaya başladıklarını ortaya koymuştur.

Filial Terapi süreci, annelerin sadece ebeveynlik becerilerini değil, aynı zamanda kendi çocukluk deneyimlerine dair farkındalıklarını da artırmaktadır. Nitel görüşmelerde bazı anneler, terapi sürecinde kendi geçmişleriyle yüzleştiklerini ve çocuklarıyla ilişkilerinde bilinçli bir iyileşme sürecine girdiklerini ifade etmişlerdir. Bu bulgu, Siegel’in (2001) vurguladığı "zihin farkındalığı" (mindfulness) kavramı ile de örtüşmektedir.

Yurt içi ve yurt dışı araştırmalar da mevcut çalışmada ortaya konan; annelerin çocuğunu dinleme, onları anlama, göz teması ile ilişki kurabilme ve çocuğu için çaba gösterme gibi iletişim becerilerinin; duygularını fark etme, duygularını ifade etme, çocuğun duygularını fark etme, ayrılık kaygısını fark etme, duygusal ihtiyaçlarına duyarlı olma, sevgisini ve değerli olduğunu gösterebilme, sabırlı olma, değişim konusunda umutlu olma gibi duygusal farkındalık becerilerinin ; çocuğun kendisinin yapmasına fırsat verme, çocuklara sorumluluk bilinci kazandırma, çocuğun kararlarına saygı gösterme gibi bireyleşme ve sorumluluk geliştirme becerilerinin; hayır diyebilme, kararlı olma, alternatif sunma, inatlaşmama gibi sınır koyabilme becerilerinin; çocukla birlikte olmaktan zevk alma, çocuğuna zaman ayırma etkili gibi davranma becerilerinin Filial Terapi sonrası arttığını göstermektedir.

Tüm bu bulgular, Filial Terapi’nin yalnızca ebeveyn-çocuk ilişkisinde yüzeysel bir iyileşme sağlamadığını; aksine, ebeveynin içsel dönüşümünü, çocuğun duygusal gelişimini ve ilişki sistemini yeniden yapılandıran köklü bir müdahale olduğunu göstermektedir.

5.3 Öneriler

Araştırma bulguları, Filial Terapi'nin okul öncesi dönemdeki çocukların bağlanma stillerinde ve ebeveyn-çocuk ilişkilerinde olumlu ve anlamlı değişimler yarattığını ortaya koymuştur. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda hem uygulamacılara hem de ileride benzer konularda araştırma yapmak isteyen akademisyenlere yönelik aşağıdaki öneriler sunulmuştur:

5.3.1 Uygulamacılara Yönelik Öneriler

1) Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetlerine Filial Terapi entegre edilmelidir.

Filial Terapi, yalnızca çocukların bireysel gelişimine değil, aynı zamanda aile sisteminin dönüşümüne katkı sağlayan etkili bir modeldir. Bu nedenle özellikle okul öncesi eğitim kurumlarında görev yapan psikolojik danışmanlar ve rehber öğretmenler, ebeveynlere yönelik Filial Terapi temelli eğitim programları düzenlemelidir.

2) Aile danışmanlığı uygulamalarında oyun temelli müdahaleler önceliklendirilmelidir.

Çocukla kurulan oyun temelli etkileşimler, hem bağlanma güvenliği hem de ilişki kalitesinin artmasında etkilidir. Aile danışmanları, danışan ebeveynlere bu becerileri kazandırarak çocukla ilişkilerini iyileştirmelerine katkı sağlayabilir.

3) Çocukların duygusal ifadeleri ve çizimleri klinik gözlem araçları olarak kullanılmalıdır.

Bir Aile Çiz Testi ve Güvenli Yer Senaryoları gibi projektif değerlendirme araçları, bağlanma örüntülerine dair önemli bilgiler sunmaktadır. Psikolojik danışmanlar, bu testlerin yorumlanması ve gelişimsel takibi konusunda eğitim almalıdır.

4) Çoklu çocuklu ailelerde sistemik yaklaşımlar benimsenmelidir.

Araştırma bulguları, Filial Terapi uygulanan annelerin yalnızca araştırmaya dâhil edilen çocuklarında değil, diğer çocuklarında da olumlu etkiler gözlemlediklerini göstermiştir. Bu nedenle müdahalelerde bütün aile sistemini kapsayan yaklaşımlar önerilmektedir.

5.3.2 Araştırmacılara Yönelik Öneriler

1) Daha geniş ve farklı örneklerle tekrarlanmalıdır.

Bu araştırma, sınırlı sayıda katılımcıyla gerçekleştirilmiştir. Benzer araştırmalar, farklı sosyoekonomik ve kültürel yapıya sahip örneklerle tekrarlanarak genel geçerliği artırılabilir.

2) Baba katılımını da içeren çalışmalar yapılmalıdır.

Araştırma yalnızca anneleri kapsamaktadır. Ancak baba-çocuk ilişkisi de bağlanma örüntülerinin oluşumunda önemli bir rol oynamaktadır. Gelecek araştırmalar, Filial Terapi'nin babalara yönelik etkisini de kapsayacak biçimde genişletilmelidir.

3) Uzun süreli takip araştırmaları yürütülmelidir.

Filial Terapi'nin etkilerinin ne kadar sürdüğü ve çocuğun daha ileri gelişim dönemlerindeki yansımaları henüz bilinmemektedir. Bu nedenle boylamsal çalışmalarla terapi sonrası gelişim seyri izlenmelidir.

4) Farklı değerlendirme araçlarının birlikte kullanıldığı karma yöntem araştırmaları özendirilmelidir.

Nicel ölçme araçları ile birlikte nitel veri kaynaklarının da kullanılması, ebeveyn ve çocuk değişimlerinin daha bütüncül şekilde değerlendirilmesini sağlar. Bu nedenle karma yöntem desenli çalışmalara ağırlık verilmelidir.

5) Filial Terapi'nin diğer gelişimsel alanlara etkisi incelenmelidir.

Bu araştırma bağlanma stillerine odaklanmıştır. Ancak benzer çalışmalar, Filial Terapi'nin çocukların akademik başarıları, sosyal becerileri, benlik algısı ve davranış problemleri üzerindeki etkilerini inceleyerek literatüre farklı katkılar sağlayabilir.

KAYNAKÇA

- Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachment beyond infancy. *American Psychologist*, 44, 709–716.
- Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E., ve Wall, S. (1978). Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Ainsworth, M. D. S. & Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American Psychologist*, 46, 333–341.
- Akgün, E. ve Yeşilyaprak, B. (2010). Çocuk Ana Baba İlişki Ölçeği Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 24, 44-53.
- Akburak, M. (2017). *Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Akran ve Öğretmen Etkileşimlerinin Bağlanma Stilleri Açısından Değerlendirilmesi*. [Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi].
- Akoğlu, B. (2023). *Resim ve Çocuğun İç Dünyasına Yolculuk*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Almazova, O. V., Veraksa, A. N., Bukhalenkova, D. A., Dontsov, A. I., Zotova, O. Y., and Perelygina, E. B. (2017). *Development Features Of Preschool Children With Different Anxiety Levels*. In S. B. Malykh, & E. V. Nikulchev (Eds.), *Psychology and Education - ICPE 2017*, vol 33. European Proceedings of Social and Behavioural Sciences (pp. 8-17). Future Academy.
- Arend, R., Gove, F.L. ve Sroufe, L.A. (1979). *Continuity of individual adaptation from infancy to kindergarten: A predictive study of ego resiliency and curiosity in preschoolers*. *Child Development*, 50, 950-959.
- Axline, V. M. (1947). Nondirective therapy for poor readers. *Journal of Consulting Psychology*, 11 (2), 61.
- Baruch, D. W. (1949). *New ways in discipline; you and your child today*. New York: Mcgraw-Hill.
- Bavin-Hoffman, R., Jennings, G. & Landreth, G. (1996). Filial therapy: Parental perceptions of the process. *International Journal of Play Therapy*, 5, 45- 58.
- Belsky, J. ve Cassidy, J. (1994). Attachment: Theory and evidence. In M.L.Rutter, D.F. Hay ve S. Baron-Cohen (Eds.), *Development through life: A handbook for clinicians*. Oxford: Blackwell.
- Berk, L. E. (2013). *Çocuk gelişimi* (Çev. A. Dönmez). Ankara: İmge Kitapevi Yayınları.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28, 759-775.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment (2nd ed.)*. New York, NY: Basic Books.
- Bowlby, J. (1960). Grief and mourning in infancy and early childhood. *Psychoanalytic Study of the Child*, 15, 9-52.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Cilt 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (2012). *Bağlanma* (T. V. Soylu, Çev.; 1. bs). Pinhan Yayıncılık.
- Bratton, S. C., Ray, D., Rhine, T., & Jones, L. (2005). The efficacy of play therapy with children: A meta-analytic review. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36(4), 376–390.

- Bratton, S. C., Landreth, G. L., Kellam, T. ve Blackard, S. R. (2006). *Child parent relationship therapy (CPRT) treatment manual: A 10-session filial therapy model for training parents*. New York, NY: Routledge.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Development Psychology*, 28, 759 – 775
- Bretherton, I. (2003). Mary Ainsworth: Insightful Observer And Courageous Theorist. To Appear in G. A. Kimble & M. Werheimer (Editörler), *Portraits Of Pioneers In Psychology* (vol. 5). Hillsdale, NJ: Erlbaum, 03.
- Brown, L.S. ve Wright, J. (2001). *Attachment theory in adolescence and its relevance to developmental psychopathology*. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 8, 15-32.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. Kaknüs Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E.K., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş., Funda Demirel, F. (2019). *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri*, Pegem Akademi Yayıncılık, Ankara.
- Carmichael, K. D. (2006). Legal and ethical issues in play therapy. *International Journal of Play Therapy*, 15 (2), 83–99. <https://doi.org/10.1037/h0088916>.
- Cassidy, J. (1988). *Child-mother attachment and the self in six year-olds*. *Child Development*, 59, 121-134.
- Cavedo, C., Guerney, B. G., (1999). *Relationship Enhancement (RE) enrichment /problem-prevention programs: Therapy-derived, powerful, versatile*. In R. Berger & M. T. Hannah (Eds.), *Handbook of preventive approaches in couples therapy* (pp. 73-105). New York, NY: Wiley.
- Chau, I. Y. & Landreth, G. L. (1997). Filial therapy with Chinese parents: Effects on parental empathic interactions, parental acceptance of child and parental stress. *International Journal of Play Therapy*, 6 (2), 75-92.
- Cleveland, J. & Landreth, G. (1997). Children's perceptions of filial therapy. *Texas Counseling Association (TCA) Journal*, 25 (1), 19-29.
- Crittenden, P. M. (1992). Quality of attachment in the preschool years. *Development and Psychopathology*, 4, 209-241. DOI: 10.1017/S095457940000110
- Costas, M., ve Landreth, G. (1999). Filial therapy with nonoffending parents of children who have been sexually abused. *International Journal of play therapy*, 8 (1), 43.
- Coşkun, R. (2022). Nitel araştırmalarda sorunlar: seçilmiş makalelerin eleştirel bir incelemesi ve bazı öneriler. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 23(1), 165-189. doi:10.17494/ogusbd.1101565
- Crain, W. C. (1980). *Theories of development: Concepts and applications*. Pearson.
- Creswell, J. W. (2012). *Qualitative inquiry & research design: Choosing among five approaches*. SAGE Publications.
- Cüceloğlu, D. (1997). *Yeniden insan insana*. 14. Basım. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çepni, S. (2005). *Araştırma ve Proje Çalışmalarına Giriş* Erol Ofset: Trabzon.
- Dozier, M., Stovall-McClough, K. C., & Albus, K. E. (2008). Attachment and psychopathology in adulthood. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 718–744). Guilford Press.
- Dönmez, A. (1998). Bağlanma, yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir çerçeve. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 1(31), 1-49.

- Düz, L. (2021). *Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Bağlanma Örüntüleri ve Sosyal Beceri Düzeylerinin İncelenmesi*. [Yüksek lisans tezi, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi].
- Eraslan, Ş. (2020). *3-6 Yaş Çocuklarının Ebeveynlerine Bağlanma Stilleri: Tek ve Evli Ebeveynlerin Karşılaştırılması* (Tez No. 646417) [Doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi].
- Erden, M. ve Akman, M. (2003). *Gelişim ve Öğrenme*. 12. Baskı. Arkadaş Yayınevi, Ankara.
- Evirgen Geniş, N. (2017). *Okul öncesi dönem çocuklarında bağlanma ve benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Karabük Üniversitesi.
- Freud, S. (2019). *Sigmund Freud- Psikanaliz Üzerine (New Introductory Lectures on Psycho-Analysis)*, çev. Elif Çaliner, İstanbul: Olimpos Yayınları.
- Fury, G., Carlson, E.A. ve Sroufe, L.A. (1997). Children's representations of attachment relationships in family drawings. *Child Development*, 68 (6), 1154-64.
- Fuchs, N. R. (1957). Play therapy at home. *Merrill-Palmer Quarterly* 3(2): 89-95.
- Genç, Z. (2023). *Çocuk ebeveyn ilişkisi terapisinin (Filial terapi) ebeveynler ve çocuklar üzerindeki etkisinin incelenmesi*. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Glass, N. M. (1986). *Parent as therapeutic agents: A study of the effect of filial therapy*. Doctoral dissertation, University of North Texas.
- Glover, G. J. ve Landreth, G. L. (2000). Filial therapy with Native Americans on the Flathead reservation. *International Journal of Play Therapy*, 9 (2), 57.
- Göktaş, İ. ve Gülay Ogelman, H. (2016). Aile katılımı ve sosyal beceri eğitimi programlarının tek başına ve birlikte 4-5 yaş çocuklarının sosyal becerileri üzerindeki etkisinin incelenmesi, *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Yıl 9, Sayı 1, Haziran 2016, ss. 415-438.
- Görgü, E. (2015). *Okula Devam Eden 5-6 Yaş Grubu Çocukların Bağlanma Biçimleri ve Sosyal Davranışları ile Annelerinin Bağlanma Biçimleri ve Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Tez No. 381742) [Doktora tezi, Marmara Üniversitesi].
- Grskovic, JA. ve Goetze, H. (2007). Short-term filial therapy with German mothers: findings from a controlled study. *International Journal of Play Therapy*, 16, 112-132.
- Guerney Jr, B. (1964). Filial therapy: Description and rationale. *Journal of consulting psychology*, 28(4): 304-310.
- Guerney, L.F. (2003). Filial play therapy. In C. Schaeffer (Ed.), *Foundations of Play Therapy* (pp. 99-142). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Günel, A. (2007). *Farklı anne- baba tutumlarının okul öncesi eğitim çağındaki çocukların özgüven duygusunun gelişimine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Günay, G. Y. (2019). *Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Bağlanma Stilinin Ebeveyn Duygu Dışa Vurumu ve Dürtüsellliği ile İlişkisi* (Tez No. 599633) [Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi].
- Halmatov, S. (2024). *Çocuk resimleri analizi ve psikolojik resim testleri: Çocuklar ve yetişkinler için* (10. bs.). Pegem Akademi.
- Harris, Z. L. & Landreth, G. L. (1997). Filial therapy with incarcerated mothers: A five week model. *International Journal of Play Therapy*, 6 (2), 53-73.
- Hazan, C. & Shaver, P.R. (1994). *Bağlanma: Yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir çerçeve* (Çev. Ali Dönmez). Türk Psikoloji Bülteni, 16- 17, Mart-Haziran 2000, 29-50.

- Ijzendoorn, M. (2007). Attachment at an early age (0-5) and its impact on children's development. *Encyclopedia on Early Childhood Development*, <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.455.7139&rep=rep1&type=pdf>
- Johnson, L. (1999). Filial therapy: a bridge between individual child therapy and family therapy. *J Fam Psychother*, 6, 55–70.
- Kanak, M., Ersoy, M., & Yerliyurt, N. S. (2018). Okul öncesinde rehberlik hizmetlerinin gerekliliğinin rehber öğretmen görüşleri doğrultusunda değerlendirilmesi. *EKEV Akademi Dergisi*, 22(76), 187–208. <https://doi.org/10.25281/ekvakademi.2018.76.255>
- Kaplan, N. & Main, M. (1986). *Instructions for the classification of children's family drawing in terms of representation of attachment*. Unpublished manuscript, University of California, Berkeley.
- Karakelle, S. (2012). Resim ve projektif testler: Çocuk çizimlerinin değerlendirilmesinde teorik yaklaşımlar. In S. Akgün (Ed.), *Psikolojik değerlendirme araçları* (pp. 271–300). Ankara: Nobel Yayınları.
- Karakulak, H. (2009). *Anne bebek bağlanma ölçeğinin Türk toplumuna uyarlanması (Aydın örneği)* (Yüksek Lisans Tezi). Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Kartal, M. (2006). *Bilimsel Araştırmalarda Hipotez Testleri*, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Kavuşan, A. (2019). Filial terapi uygulamasının çocukların bağlanma davranışları ve annelerin ebeveynlik tutumları üzerindeki etkisi [Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi].
- Kaya, E. (2020). Okul Öncesi Dönem Çocuğu Olan Annelerin Duygu Düzenleme Becerileri ile Çocuklarının Kaygı Düzeyi ve Duygu İfade Biçimleri Arasındaki İlişki (Tez No. 696759) [Yüksek lisans tezi, Ordu Üniversitesi].
- Kayaalp, L. (1999). Çocuk ve ergende depresyon. Depresyon, *Somatizasyon ve Psikiyatrik Aciller Sempozyumu*, İstanbul, Aralık, 59.
- Kayahan, A. (2002). *Annelerin Bağlanma Stilleri Ve Çocukların Algıladıkları Kabul Ve Reddin Çocuk Ruh Sağlığı İle İlişkileri*. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İzmir.
- Kaymak, P. (2015). *Okul Öncesi Dönem Bağlanma Stillerinin Sosyal Davranışlara Etkisinin İncelenmesi* (Tez No. 418282) [Yüksek lisans tezi, Nişantaşı Üniversitesi].
- Kerns, K. A., & Brumariu, L. E. (2014). Is insecure parent-child attachment a risk factor for the development of anxiety in childhood or adolescence? *Child Development Perspectives*, 8(1), 12-17.
- Kırman, A., ve Doğan, Ö. (2017). Anne-baba çocuk ilişkileri: Bir meta-sentez çalışması. *Hacettepe University Faculty of Health Sciences Journal*, 4(1), 28-49.
- Kidron, M. & Landreth, G. (2010). Intensive child parent relationship therapy with Israeli parents in Israel. *International Journal of Play Therapy*, 19, 64–78.
- Knox, J. (1999). The relevance of attachment theory to a contemporary Jungian view of internal world: internal working models, implicit memory and internal objects. *Journal of Analytical Psychology*, 44, 511-530.
- Laible, D. J., and Thompson, R. A. (1998). Attachment and emotional understanding in preschool children. *Developmental Psychology*, 34(5), 1038-1045. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.34.5.1038>
- Lahti, S. L. (1992). *An ethnographic study of the filial therapy process*. (Unpublished PhD Dissertation). University of North Texas, Texas.

- Landreth, G. L. ve Bratton, S. C. (2006). *Child parent relationship therapy (CPRT): A 10-session filial therapy model*. New York: Routledge.
- Madigan, S., Ladd, M. ve Goldberg, S. (2003). A picture is worth a thousand words: Children's representations of family as indicators of early attachment. *Attachment and Human Development*, 5, 19-37.
- Millî Eğitim Bakanlığı Okul Öncesi Eğitim Ve İlköğretim Kurumları Yönetmeliği. (2014) http://mevzuat.meb.gov.tr/html/ortaogrkurumyon_1/ortaogrkurumyon_1.html. Erişim Tarihi: 05.04.2025
- Mikulincer, M. (1998). Adult attachment style and individual differences in functional versus dysfunctional experiences of anger. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 513-524.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.
- Miller, P. H. (1993). *Theories of developmental psychology*, New York: W. H. Freeman and Company.
- Moss, E., Cyr, C., Bureau, J.-F., Tarabulsy, G. M., and Dubois-Comtois, K. (2005). Stability of Attachment During the Preschool Period. *Developmental Psychology*, 41(5), 773-783. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.41.5.773>
- Moustakas, C. E. (1959). *Psychotherapy with children: The living relationship*. New York: Harper ve Row.
- Önder, S. (2016). *5-6 Yaş Çocukların Bağlanma Stillerinin Akran İlişkilerine Etkisi*. (Tez No. 450108) [Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi].
- Özel, E., & Zelyurt, H. (2016). Anne Baba Eğitiminin Aile Çocuk İlişkilerine Etkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*(36). <https://doi.org/10.21560/spcd.60151>
- Özkan, K. (2019). *Okul Öncesi Eğitimine Devam Eden 5-6 Yaş Grubu Çocuklarda Bağlanma ve Anne-Baba-Çocuk İlişkisi* (Tez No. 578055) [Yüksek lisans tezi, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi].
- Öztekin, G. G. (2017). *3-10 yaş arası gelişimsel problemleri olan çocuklarda ve ebeveynlerinde filial terapisinin etkisinin incelenmesi*. Sabahattin Zaim Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.
- Özyürek, A., & Erdoğan Mermer, M. (2021). Okul öncesi çocukların duygusal zekâ ve sosyal becerileriyle annelerinin sosyal becerileri arasındaki ilişki. *Millî Eğitim Dergisi*, 50(229), 189-212. <https://doi.org/10.37669/milliegitim.753531>
- Pianta, R. C. ve Longmaid, K. (1999). Attachment-based classifications of children's family drawings: Psychometric properties and relations with children's adjustment in kindergarten, *Journal of Clinical Child Psychology*, 28 (2), 244-255.
- Pierrehumbert, B., Santelices, M. P., Ibáñez, M., Alberdi, M., Ongari, B., Roskam, I., Stievenart, M., Spencer, R., Fresno Rodríguez, A., and Borghini, A. (2009). Gender and Attachment Representations in the Preschool Years: Comparisons Between Five Countries. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 40(4), 543-566. <https://doi.org/10.1177/0022022109335181>
- Polat, A. (2022). Nitel Araştırmalarda Yarı-Yapılandırılmış Görüşme Soruları: Soru Form ve Türleri, Nitelikler ve Sıralama. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(Özel Sayı 2), 161-182. <https://doi.org/10.18037/ausbd.1227335>
- Poon, W. S. (1998). *The relationship between parental empathy and the parental acceptance and the effect of the filial therapy training on this relationship*. Dissertations Abstracts International, A57.

- Ray, D. E. (2003). *The effect of filial therapy on parental acceptance and child adjustment*. Unpublished master's thesis, Emporia State University.
- Roberts, R. E. (2020). Qualitative interview questions: guidance for novice researchers. *The Qualitative Report*, 25(9), 3185-3203. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2020.4640>.
- Sayar, K. ve Tüzün, O. (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. *Düşünen Adam Dergisi*, 19(1), 24-39.
- Segal, E. A. (2011). Social empathy: A model built on empathy, contextual understanding and social responsibility that promotes social justice. *Journal of Social Service Research*, 37.
- Seven, S. (2006). *6 Yaş Çocukların Sosyal Beceri Düzeyleri ile Bağlanma Durumları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi* (Tez No. 187684) [Doktora tezi, Gazi Üniversitesi].
- Shaffer, D. R. (1994). *Social & personality development*, California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Siegel, D.J. (2001). Toward an interpersonal neurobiology of the developing mind: *Attachment relationships, "mindsight", and neural integration*. *Infant Mental Health Journal*, 22(1-2), 67-94.
- Smith, N. & Landreth, G. (2003). Intensive filial therapy with child witnesses of domestic violence: A comparison with individual and sibling group play therapy. *International Journal of Play Therapy*, 12 (1), 67-88.
- Spitz, R. A., & Wolf, K. M. (1946). Anaclitic depression: An inquiry into the genesis of psychiatric conditions in early childhood, II. *The psychoanalytic study of the child*, 2(1), 313-342.
- Sroufe, L. A., Egeland, B., ve Kreutzer, T. (1990). The fate of early experience following developmental change: Longitudinal approaches to individual adaptation in childhood. *Child Development*, 61, 1363-1373.
- Sroufe, L. A. (2005). Attachment and development: A prospective, longitudinal study from birth to adulthood. *Attachment & Human Development*, 7(4), 349-367.
- Subia, G.S. (2018) Think Like My Teacher (TLMT): A New Method in Assessing Millennial Learners. *International Journal of Arts Humanities and Social Sciences*, 3.
- Sümer, N., Güngör, D. (1999). Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*. 14(44): 35-63.
- Sümer, N. (2006). *Parental warmth, rejection, and attachment security among turkish high school students*. Paper Presented in The Invited Symposia at the European Association for Research on Adolescence Conference. Antalya, Turkey, 2-7 May 2006.
- Thompson, R. A. (2002). *Attachment theory and research*. In *child and Adolescent Psychiatry* (Ed: Lewis M.). Philadelphia: Lippincott Williams Wilkins.
- Tortamış Özkaya, B. (2015). Ebeveyn-çocuk ilişkisi üzerine odaklanan bir oyun terapisi yaklaşımı: Filial terapi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 7, 208- 220.
- Trawick-Smith, J. (2013). *Early childhood development: A multicultural perspective*. Pearson.
- Turan, E. (2018). Filial terapi uygulamasının çocuk çizimleri üzerindeki etkisinin projektif değerlendirmesi [Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi].
- Tuzcuoğlu, S. (2000). Aile resmi çiz testinde çocukların aile içi konumlarının değerlendirilmesi. *Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Dergisi*, 3(2), 25-34.

- Türköz, Y. (2007). *Okul öncesi çocuklarda bağlanma örüntüsünün kişilerarası problem çözme ve açık bellek süreçlerine etkisi* (Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Uğurlu, B. (2021). Filial terapi eğitiminin annelerin ebeveynlik becerilerine etkisi [Yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi].
- Uluç, S. (2005). *Okul öncesi çocuklarda benliğe ilişkin inançlar, kişilerarası şemalar ve bağlanma ilişkisinin temsilleri arasındaki ilişki: Ebeveynlerin kişilerarası şemalarının ve bağlanma modellerinin etkisi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- Uluç, S. (2005). Güvenli yer senaryoları testinin Türkiye'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 20(56), 65–79.
- Uluç, S. ve Öktem, F. (2010). Okul öncesi çocuklarda güvenli ye senaryoları ve kişilerarası beklentiler arasındaki ilişki. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*. 17 (3), 139-147.
- VanFleet, R. (2021). *Filial terapi- Ebeveyn Çocuk İlişkilerinin Oyun Yoluyla Güçlendirilmesi*. (H. K. Çakmakçı ve S. Karakoç, Çev.) İstanbul: Apamer.
- VanFleet, R. (2011). Filial therapy: What every play therapist should know. *Play Therapy: Magazine of the British Association of Play Therapists*, 65: 16-1.
- VanFleet, R. (2011). *Filial Therapy: What every play therapist should know. Part One of a series. Play Therapy: Magazine of the British Association of Play Therapists*, 65, 16–19.
- VanFleet, R., Sywulak, A. E. & Sniscak, C. C. (2010). *Child-centered play therapy*. New York, NY: Guilford Press.
- VanFleet, R and Guernsey, L. (2003). *Casebook of Filial Therapy*. Boiling Springs, PA: Play Therapy Press.
- Van IJzendoorn, M.H. ve Sagi, A. (1999). Cross-cultural patterns of attachment: Universal and contextual dimensions. J. Cassidy ve P. R. Shaver, (Ed.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications içinde* (713- 734). New York: Guilford.
- Waters, E. ve Beauchaine, T. P. (2003). Are There Really Patterns Of Attachment? Theoretical and Empirical Perspectives. *Development Psychology*, 14 Haziran 2025, http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/online/frale_y_comm
- Yarcel, H. (2024). *Filial terapinin özel yetenekli çocukların öz düzenleme becerileri ve akademik azim düzeyleri üzerine etkisi* (Doktora Tezi) Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van.
- Yavuz, S. (2017). *Filial terapinin bakım elemanlarının öz-yeterlik ve kaygı düzeyleri ile korunma ihtiyacı olan çocukların davranış sorunları üzerine etkisi*. İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Yavuzer, H. (2002). *Çocuğunuzun İlk Altı Yılı*. Remzi Kitapevi, İstanbul.
- Yavuzer, H. (2013). *Çocuk psikolojisi* (37. basım). Remzi Kitabevi.
- Yerlioğlu, A. E. (2010). *The Relation of Attachment Security with Maternal Responsiveness and Child's Socioemotional Competence: Using the Attachment Q-Set with a Turkish Preschool Sample* (Tez No. 271072) [Yüksek lisans tezi, Boğaziçi Üniversitesi].
- Yiğit, E. (2015). *Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Bağlanma Örüntülerinin Davranış Problemleri ve Ebeveyndeki Psikopatolojik Belirtiler Açısından İncelenmesi* (Tez No. 410211) [Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi].
- Yıldırım, G. (2020). Filial terapi eğitiminin annelerin ebeveynlik davranışlarına ve çocukların bağlanma temsillerine etkisi [Yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi].
- Yurtseven, B. (2017). *Okul Öncesi Çocuklarda Bağlanma ve Saldırganlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Tez No. 485563) [Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi].

Yüksel, M. ve Kurtuluş, H. (2016). Okulöncesi dönemdeki 4-5 yaş grubu öğrencilerin benlik kavramı ve bağlanma stillerinin anne davranışları açısından incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 182-195.



EKLER

EK-1

Tarih:

AİLE VE ÇOCUK BİLGİ FORMU

1. DEMOGRAFİK BİLGİLER

Cocuğun

Adı Soyadı :

Doğum Tarihi :

Okulu / Sınıfı :

Annesinin

Babasının

Adı Soyadı :

Yaşı :

Mezuniyeti :

Mesleği :

İş Yeri / Adresi :

Telefon :

Anne-Baba

Birlikte / Ayrı :

(Ayrı ise çocuk kimde kalıyor?) :

Hayatta / Vefat :

Kardeşleri

Adı

Yaşı

Cinsiyeti

Sınıfı

1)

2)

3)

4)

2. ÇOCUĞUN SORUNLARI

A) Kendine Göre

B) Annesine Göre (Başlangıç, sıklık)

C) Babasına Göre (Başlangıç, sıklık)

D) Çevreye Göre

Bu konu hakkında daha önce yardım alındı mı? Ne zaman ve nereden? Neler yapıldı?

3. ÇOCUĞUN GELİŞİM ÖYKÜSÜ

Doğum Öncesi

Daha önce gebelik var mı?

Gebelik planlı mı? (Değil ise ne zamana planladınız?)

Cinsiyet tercihi var mıydı?

Gebelik süreci fiziksel olarak nasıldı? (Geçirilen hastalık, kaza, tedavi vb.)

Gebelik süreci psikolojik olarak nasıldı? (Üzüntü, travma, çalışma zorunluluğu vb.)

Doğum Sırası

Zamanında mı, erken mi?

Normal mi, sezaryen mi? (Sezaryen ise nedeni)

Ağırlık:

Nasıl bir doğumdu? (Kolay – zor)

Doğum anına ilişkin neler hatırlanıyor? (Anne ve baba)

Doğum Sonrası

Kim yardım etti?

Adını kim koydu? Anlamı nedir?

Nasıl bir bebektir?

Beslenme Alışkanlığı

Meme (Ne kadar süre emdi? Ne zaman nasıl bıraktı? Emzik kullanımı var mıydı? Biberon alışkanlığı var mıydı?)

İştah (Beslenmeye karşı tepkisi nasıl? İnatçılık veya ağlama var mı?)

Uyku Düzeni

Düzenli mi? Gece uyanmaları var mı? Nerede uyur? Uykuya nasıl geçer? Uykuda konuşma veya yürüme var mı?

Yürüme

Emekleme, ayağa kalkma, yürüme kaç aylıkken gerçekleşti?

Tuvalet Alışkanlığı

Ne zaman ve nasıl eğitim verildi? Hangi yaşlarda tamamladı? Geri dönüşler oldu mu?
Şimdiki durum nasıl?

Konuşma

İlk kelimeler (Kaç yaşında?)

İlk cümleler (Kaç yaşında?)

Konuşma bozukluğu var mı? (Kekemelik, telaffuz)

Geçirilen Hastalık, Kaza veya Operasyon

Hangi yaşlarda oldu? Hastaneye yattı mı? Tepkileri nelerdi?

Anneye Bağımlılık

Bebeklikte nasıldı? Şimdiki durum nasıl?

Yabancılardan Korkma

Olduysa kaç aylıkken?

Anneden Ayrılma Korkusu

Kaç aylıkken, neden, nasıl, tepkisi?

Geçiş Nesnesi

Korkuları

Bakıcı Öyküsü

Yuvaya Gitti mi?

Yaşı, süresi, evden ayrılma zorluğu, yuvada ilişkileri

Okul Yılları

Okula gitme isteği, evden ayrılma güçlüğü, kuvvetli ve zayıf dersleri, arkadaş ve öğretmenleriyle geçinme, sınıf içi davranışları

Disiplin

Nasıl? Tepkisi?

Kardeş İlişkisi

Uyumlu, paylaşımcı, kıskanç, kavgacı vb.

Yaşıtl İlişkileri

Yetişkinlerle İlişkileri

Boş Zamanlarını Değerlendirme

(Erkekse) Sünnet

Ne zaman? Nasıl? Tepkisi?

Nasıl Bir Çocuktur?

Hareketli, sakin, sevdiği oyuncaklar vb.

***Görüşmeye ilişkin gözlemlerim:**

EK-2

GÜVENLİ YER SENARYOLARI TESTİ (Örnek Öyküler)

Yönerge

Şimdi, nelerimiz var bir bakalım (aile figürlerini çıkarın). Bak bu bizim ailemiz. Bu büyükanne, bu anne, bu baba ve bu da çocuk. (figürleri katılımcıya gösterin ve isimlerini söyleyin). Katılımcının çocuk figürüne isim vermesi sağlanır.

Uygulamacı: bu annesi, bu babası, bu büyük annesi, bu da çocuk. Hadi çocuğa isim verelim.

Çocuğun ismi ne olsun istersin

Uygulamacı: Şimdi ailemizle ilgili bazı öyküler uydurup, oynatacağız. Ben bu aile ile ilgili öyküler anlatmaya başlayacağım, sende bu öykülerin sonunu anlatacaksın.

Doğum günü öyküsü (ısınma oyunu)

Bu bir masa. Bakalım üzerinde ne varmış (katılımcı pastayı görüp isimlendirene kadar beklenir) bu ne pastası..... Evet bir doğum günü pastası. Şimdi öyküyü dikkatlice dinle.

Anne çok güzel bir doğum günü pastası yapmış. Şimdi de herkesi masaya çağırıyor.

Anne: büyükanne, baba, ... (çocuk figürün adı) hadi gelin. Doğum günü partisi yapalım.

Hadi bakalım sen bu öykünün gerisini oynat.

Kazara Dökülen Meyve Suyu Öyküsü (Çocuk, anne, baba, masa, tabaklar)

Uygulamacı: “Tamam, Aklıma yeni bir hikaye geldi” (büyükanneyi alın ve yeni figürleri aşağıda gösterildiği gibi yerleştirin, masadan uzaklaştırın.)

Uygulamacı: (içinde sofrta malzemelerinin olduğu kutuyu sallayın) “akşam yemeği için sofrayı hazırlamamda bana yardım eder misin?” (kutu katılımcıya verilir, katılımcı sofrayı hazırlayana kadar beklenir, eğer yardım isterse yardımcı olunur.)

Uygulamacı: “Şimdi aileyi yemek masasının etrafına oturtalım, böylece yemeğe hazır olsunlar” (katılımcı figürleri yerleştirene kadar beklenir) Uygulamacı: (kaldığı yerden devam eder) “Burada ailemiz akşam yemeği yiyor. (çocuğun verdiği isim) ayağa kalktı, uzandı ve meyve suyunu kazara devirdi.” (çocuk figürünü meyve suyu kabını devirecek şekilde hareket ettirin, çocuğun kabı açıkça görmesini sağlayın) Anne:

“....., meyve suyunu döktün” (sitemli ama aşırıya kaçmayan bir ses tonuyla; anneyi’a çevirin ve konuştuğu sırada hareket ettirin).

Uygulamacı: “şimdi ne olduğunu bana göster”

Yardımlar

Eğer katılımcı kendiliğinden söze başlamazsa terapist yardım eder: “meyve suyu dökülünce neler yapmışlar?” Eğer katılımcı sadece tek bir tepki verirse terapist yardım eder: “Sonra ne olmuş?”; “Daha başka”; “Başka bir şey” Eğer katılımcı figürlerle belirsiz hareketler yapıyorsa: “Ne yapıyorlar?”

Eğer katılımcı figürler hakkında konuşurken hangi figürü kastettiği belirsizse: “Kim yapıyordu?”

Terapist katılımcının söylediklerini tasdik etmek için, katılımcının cümlelerini soru formunda tekrar edebilir: Örn: “anne meyve suyunu silmiş ve sonra ne olmuş?” Eğer katılımcı büyükanneye ne olduğunu sorarsa: “Bu öyküde o yok, daha sonra onunla tekrar oynayacağız.” **NOT:** Bu yardımlar katılımcının aklına belli fikirleri getirmek için hazırlanmamıştır. Bu konuda tek istisna, eğer katılımcı asıl konudan söz etmiyorsa, katılımcının dikkatini asıl konuya (dökülen meyve suyuna) odaklamak için yapılan yardımlardır.

Yatak Odasındaki Canavar Öyküsü

Yaralı Diz Öyküsü

Ayrılık Öyküsü

Yeniden Bir araya Gelme Öyküsü

DEĞERLENDİRME

ÖYKÜ 1 (dökülen meyve suyu) Eğer anne-baba dökülenleri temizlerse, şiddet içermeyen bir disipline baş vurursa (daha dikkatli ol oğlum/kızım gibi) öykü güvenli olarak sınıflanır.

Eğer fiziksel ya da sözel şiddet varsa, çocuk cezaya çarptırılıyorsa ya da katılımcı bilmiyorum şeklinde tepki veriyorsa öykü güvensiz olarak sınıflanır.

ÖYKÜ 2 (uyanık çocuk) Eğer anne-baba korkan çocukla ilgileniyorsa ve çocuk tekrar uykuya dönüyorsa öykü güvenli olarak sınıflanır.

Eğer anne-baba çocukla ilgilenmiyorsa, canavar çocuk ya da anne-babaya zarar veriyorsa, çocuk uykuya dönemiyorsa ya da katılımcı bilmiyorum şeklinde tepki veriyorsa güvensiz olarak sınıflanır.

ÖYKÜ 3 (park)

Çocuk dizini yaraladığında anne-baba onunla ilgileniyorsa, tedavi ediyorsa, anne-baba kayanın üstüne çıkıp yaralanmadan aşağıya iniyorsa öykü güvenli olarak sınıflanır.

Anne-baba çocukla ilgilenmiyorsa, cezalandırıyor, fiziksel-sözel şiddet varsa, figürlerden biri ölüyorsa ya da katılımcı bilmiyorum şeklinde tepki veriyorsa öykü güvensiz olarak sınıflanır.

ÖYKÜ 4 (ayrılma)

Ayrılık öyküsünde çocuk herhangi bir başa çıkma işareti gösteriyorsa (büyükanneyle oynama, televizyon izleme, alışverişe çıkma gibi) öykü güvenli olarak sınıflanır.

Çocuk sürekli olarak ağlıyorsa, saldırganlaşıyorsa, biri ölüyor-evden kaçıyor, yada katılımcı bilmiyorum şeklinde tepki veriyorsa öykü güvensiz olarak sınıflanır.

ÖYKÜ 5 (yeniden bir araya gelme)

Eğer aile bir araya gelip diyalog kuruyorsa, birbirlerine sarılıyorsa, bir aile etkinliğinde bulunuyorlarsa öykü güvenli olarak sınıflanır.

Aile üyeleri bir araya gelemiyorsa, çocuk saldırganlaşıyorsa, biri ölüyor-evden kaçıyor anne-babanın tavırları şiddet içeriyorsa ya da katılımcı bilmiyorum şeklinde tepki veriyorsa öykü güvensiz olarak sınıflanır.

SINIFLAMA (küçük çocuklar için puanlama yerine kullanıla bilir) Çocuk 4 ya da 5 öyküye güvenli tepki verdiyse güvenli olarak sınıflanır.

Çocuk 3 ya da daha az öyküye güvenli tepki verdiyse güvensiz olarak sınıflandırılır

EK-3

ÇOCUK-ANABABA İLİŞKİ ÖLÇEĞİ (Örnek Maddeler)

Aşağıdaki her bir ifadenin çocuğunuz ile ilişkinizi hangi derecede yansıttığını değerlendiriniz.

Aşağıdaki dereceleri düşünerek, her bir ifade için uygun rakamı yuvarlak içine alınız. (1) Kesinlikle uygun değil (2) Pek uygun değil (3) Karasızım (4) Oldukça uygun (5) Kesinlikle uygun

1 *Çocuğumla sıcak ve şefkatli bir ilişki paylaşıyorum* 1 2 3 4 5

2 *Çocuğumla ben sürekli olarak birbirimizle çatışma halinde gibiyiz* 1 2 3 4 5

3 *Çocuğum iyi hissetmediğinde benim kendisini rahatlatmamı bekler* 1 2 3 4 5

5 *Çocuğum benimle olan ilişkisine değer verir* 1 2 3 4 5

7 *Çocuğum ihtiyaç duyduğunda yardım kabul etmek istemez* 1 2 3 4 5

8 *Çocuğumu övdüğümde, gururla gözlerinin içi güler* 1 2 3 4 5

Bu çalışma, “Okul Öncesi Çocukların Bağlanma Stillerinde Filial Terapinin Etkisi” başlıklı bir araştırma çalışması olup ebeveynlerle yapılacak Filial Terapi uygulamasının çocuklarının bağlanma stillerine olan etkisini araştırmak amacını taşımaktadır. Çalışma, Mehtap AKKURT tarafından yürütülmekte ve sonuçları ile ebeveynlerin çocukları ile ilişkilerinin gelişimine ışık tutulacaktır.

- Bu çalışmaya katılımınız gönüllülük esasına dayanmaktadır.
- Çalışmanın amacı doğrultusunda, bireysel görüşmeler yapılarak sizden veriler toplanacaktır.
- İsminizi yazmak ya da kimliğinizi açığa çıkaracak bir bilgi vermek zorunda değilsiniz. Araştırmada katılımcıların isimleri gizli tutulacaktır.
- Çalışmanın bazı bölümlerinde, yalnızca araştırma kapsamında değerlendirmeler yapmak üzere ses ve görüntü kaydı alınacaktır.
- Araştırma kapsamında toplanan veriler, ses ve görüntü kayıtları sadece bilimsel amaçlar doğrultusunda kullanılacak, araştırmanın amacı dışında ya da bir başka araştırmada kullanılmayacak ve gerekmesi halinde, sizin (yazılı) izniniz olmadan başkalarıyla paylaşılmayacaktır.
- İstemeniz halinde sizden toplanan verileri inceleme hakkınız bulunmaktadır.
- Sizden toplanan veriler saklama yöntemi ile korunacak ve araştırma bitiminde arşivlenecek veya imha edilecektir.
- Veri toplama sürecinde/süreçlerinde size rahatsızlık verebilecek herhangi bir soru/talep olmayacaktır. Yine de katılımınız sırasında herhangi bir sebepten rahatsızlık hissederseniz çalışmadan istediğiniz zamanda ayrılabilirsiniz. Çalışmadan ayrılmanız durumunda sizden toplanan veriler çalışmadan çıkarılacak ve imha edilecektir.

Gönüllü katılım formunu okumak ve değerlendirmek üzere ayırdığınız zaman için teşekkür ederim. Çalışma hakkındaki sorularınızı çalışmanın sorumlusuna yöneltebilirsiniz.

Araştırmacı Adı: Mehtap AKKURT

Adres :

İş Tel :

Cep Tel:

Bu çalışmaya tamamen kendi rızamla, istediğim takdirde çalışmadan ayrılabileceğimi bilerek verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını kabul ediyorum.

(Lütfen bu formu doldurup imzaladıktan sonra veri toplayan kişiye veriniz.)

Katılımcı Ad ve Soyadı:

İmza:

Tarih:

EK-5**Sayın Veli;**

Çocuğunuzun katılacağı bu çalışma, “Okul Öncesi Çocukların Bağlanma Stilllerinde Filial Terapinin Etkisi ” adıyla yapılacak bir araştırma uygulamasıdır.

Araştırmanın amacı ebeveynlerle yapılacak Filial Terapi uygulamasının çocuklarının bağlanma stillerine olan etkisini araştırmaktır.

Araştırma uygulaması görüşme şeklindedir.

Araştırma T.C. Milli Eğitim Bakanlığı’nın ve okul yönetiminin de izni ile gerçekleştirilmektedir. Araştırma uygulamasına katılım tamamıyla gönüllülük esasına dayalı olmaktadır. Çocuğunuz çalışmaya katılıp katılmamakta özgürdür. Araştırma çocuğunuz için herhangi bir istenmeyen etki ya da risk taşımamaktadır. Çocuğunuzun katılımı tamamen sizin isteğinize bağlıdır, reddedebilir ya da herhangi bir aşamasında ayrılabilirsiniz. Araştırmaya katılmama veya araştırmadan ayrılma durumu, öğrencilerin akademik başarılarını, okul ve öğretmenleriyle olan ilişkilerini etkilemeyecektir.

Çalışmada öğrencilerden kimlik belirleyici hiçbir bilgi istenmemektedir. Çalışmanın bazı bölümlerinde, yalnızca araştırma kapsamında değerlendirmeler yapmak üzere ses ve görüntü kaydı alınacaktır. Cevaplar, ses ve görüntü kayıtları tamamıyla gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilecektir.

Uygulamalar, genel olarak kişisel rahatsızlık verecek sorular ve durumlar içermemektedir. Ancak, katılım sırasında sorulardan ya da herhangi başka bir nedenden çocuğunuz kendisini rahatsız hissederse cevaplama işini yarıda bırakıp çıkmakta özgürdür. Bu durumda rahatsızlığın giderilmesi için gereken yardım sağlanacaktır. Çocuğunuz çalışmaya katıldıktan sonra istediği an vazgeçebilir. Böyle bir durumda veri toplama aracını uygulayan kişiye, çalışmayı tamamlamayacağını söylemesi yeterli olacaktır. Çalışmaya katılmamak ya da katıldıktan sonra vazgeçmek çocuğunuza hiçbir sorumluluk getirmeyecektir.

Onay vermeden önce sormak istediğiniz herhangi bir konu varsa sormaktan çekinmeyiniz. Çalışma bittikten sonra bizlere telefon veya e-posta ile ulaşarak soru sorabilir, sonuçlar hakkında bilgi isteyebilirsiniz. Saygılarımızla,

Araştırmacı : Mehtap AKKURT

İletişim bilgileri :

Velisi bulunduğum sınıfı öğrencisi

.....’in yukarıda açıklanan araştırmaya katılmasına, çalışma kapsamında ses ve görüntü kaydı alınmasına izin veriyorum.

....../....../.....

İsim-Soyisim

İmza:

Telefon Numarası :





ANKARA ÜNİVERSİTESİ

18 Kasım 2024

Sayın Mehtap Akkurt

ÇOCUK-ANABABA İLİŞKİ ÖLÇEĞİ'Nİ (Akgün ve Yeşilyaprak, 2010) ilgili yerlerde kaynak gösterilmesi şartıyla, araştırmanızda kullanabilirsiniz. Adı geçen ölçek başka çalışmalarda kullanılmak istendiğinde bilgi verilmeli ve başkalarına verilmemelidir.

İMZA

Araştırmacılar Adına

Doç. Dr. Ege Akgün

OTURUM İÇERİKLERİ

Oturumlar	Oturumun Amaçları	Videosu İzlenen Katılımcı Anne
1	Tanışma, programın genel yapısının tanıtılması, temel ilkelerin açıklanması, yansıtıcı yanıtlama tekniğine giriş	
2	İlk ödevlerin gözden geçirilmesi, oyun oturumlarının temel ilkeleri, oyuncak tanıtımı ve oyun zamanı planlaması	
3	Oyun zamanı hazırlıklarının gözden geçirilmesi, oyun oturumlarının yapılacaklar ve yapılmayacaklar listesinin açıklanması, rol oyunları ve ilk özel oyun zamanına hazırlık	
4	İlk özel oyun oturumlarının değerlendirilmesi, duygu düzenleme süreçlerine giriş, sınır koyma becerisinin temelleri	4
5	Duygusal farkındalığın ve duyguyu yansıtmanın pekiştirilmesi, sınır koyma becerisinin geliştirilmesi, örnek olaylarla uygulama çalışmaları	2 ve 7
6	Duygu yansıtma ve sınır koyma becerilerinin birleştirilmesi, özel oyun zamanlarında karşılaşılan zorluklara yönelik çözüm yollarının ele alınması, duygulara eşlik etme sürecinin pekiştirilmesi	3
7	Ebeveynin çocuğun oyununa dair içsel yorumlama becerisini geliştirmesi, çocuğun yaşantılarını oyuna nasıl yansıttığını fark etmesi, oyunun “ifade dili” olarak anlaşılması	5 ve 8
8	Çocuğun oyunlarında gözlenen temalara dikkat etmek, bu temaların çocuğun iç dünyasıyla ilişkisini anlamak, “duyguya eşlik etme” becerisini derinleştirmek	6
9	Oyun seanslarında sınır koymanın derinleştirilmesi, güç mücadelelerine karşı ebeveynin tutumunun pekiştirilmesi, duygulara eşlik ederken tutarlılığı koruma	1
10	Eğitim sürecinin değerlendirilmesi, ebeveynlerin gelişimlerinin fark edilmesi, sürdürülebilir ilişki kurma becerilerinin pekiştirilmesi, kapanış ve vedalaşma	

1. OTURUM

Oturumun Amaçları: Tanışma, programın genel yapısının tanıtılması, temel ilkelerin açıklanması, yansıtıcı yanıtlama tekniğine giriş

Oturum, katılımcı annelere yaka kartlarının ve “Çocuk Ebeveyn İlişkisi Eğitimi Ebeveyn Not Defteri”nin dağıtılmasıyla başladı. Eğitimi yürüten uzman kendini tanıttı; ardından katılımcıların da sırayla kendilerini tanıtması ve bu programa neden katıldıklarını paylaşmaları için yönlendirmede bulunuldu. Bu bölümde, grubun yalnız olmadığını hissetmesi, destekleyici ve güvenli bir atmosfer oluşması için sıcak ve kapsayıcı bir dil benimsendi.

Ardından Çocuk Ebeveyn İlişkisi Eğitimi'nin (ÇEİT) ne olduğu, nasıl işlediği ve ne amaçla hazırlandığı hakkında genel bilgilendirme yapıldı. Bu eğitimin çocukların sorunlarını çözmeye değil, ilişkiyi onarmaya ve güçlendirmeye odaklandığı vurgulandı. Haftalık 10 oturum sürecektir bu programın, ebeveynlere çocuklarının iç dünyasını anlamaları ve bu anlayışla onlara eşlik etmeleri konusunda güçlü bir rehberlik sunacağı anlatıldı.

Eğitimin temel ilkelerinden üç tanesi paylaşıldı:

“Simidin kendisine odaklanın, ortasındaki deliğe değil.”

Sorunlara değil, ilişkiye odaklanmanın öneminden söz edildi. Oyunun çocukların dili olduğu; bu dilin, çocukların ihtiyaçlarının ve duygularının anlaşılması için bir araç olduğu vurgulandı.

“Termometre olmayın, termostat olun.”

Tepki vermek yerine yanıt vermeyi öğrenmenin, duygusal düzenlemeyi desteklediği anlatıldı. Çocuğun hislerine kapılıp gitmek yerine, ebeveynin soğukkanlı ve yön gösterici bir tutum sergilemesinin önemi örneklerle açıklandı.

“Önemli olan ne yaptığınız değil, yaptığınız şeyden sonra ne yaptığınızdır.”

Her ebeveynin hata yapabileceği, ancak bu hataların nasıl onarıldığının esas olduğu vurgulandı. Hataları telafi etmenin, ilişkiyi güçlendiren bir beceri olduğu ifade edildi. Bu üç temel kuralın, eğitimin ilerleyen haftalarında sık sık hatırlanacağı belirtildi.

Daha sonra, eğitimin merkezindeki önemli becerilerden biri olan Yansıtıcı Yanıtlama Tekniği tanıtıldı. Bu beceriyle amaçlanan, çocuğu yönlendirmek değil, takip etmektir. Sorularla ya da çözümlerle müdahale etmek yerine; çocuğun duygu, düşünce ve ihtiyaçlarının aynalanmasının, hem çocuğun anlaşıldığını hissetmesine hem de ebeveynin içgörü kazanmasına yardımcı olacağı anlatıldı.

Bu noktada, “Birlikte olmak” kavramı açıklığa kavuşturuldu. Çocuğun her söylediğine katılmak ya da onu mutlu etmeye çalışmak anlamına gelmediği; asıl olanın, çocuğun duyulduğunu, önemsendiğini hissetmesi olduğu ifade edildi.

Oturumun uygulama bölümünde, Duyguları Yanıtlama: Sınıf İçi Uygulama Kağıdı grupça tamamlandı. Her bir duygusal senaryo üzerinde durularak, çocuğun yaşadığı duyguyu tanımlamak ve uygun bir yansıtıcı yanıt geliştirmek üzerine birlikte düşünme egzersizleri yapıldı.

Oturum sonunda verilen ödevler şunlardır:

- Çocuğunuzda daha önce fark etmediğiniz bir fiziksel özelliği gözlemleyin.

- Duyguları Yanıtlama: Ödev Çalışma Kağıdı'nı evde tamamlayın ve gelecek hafta getirin.
- Odaklandığınız çocuğunuzun sizi en çok etkileyen, kalbinizi ısıtan bir fotoğrafını seçin ve haftaya getirin.
- Günlük yaşamda en az bir kez “İlgi Patlaması” uygulaması yapın. 30 saniye boyunca tamamen çocuğunuza odaklanarak sadece onunla olduğunuz özel bir an yaratın.

Oturum şu cümleyle sonlandırıldı:

“Bu yolculukta, çocuğunuzun yanında olmayı değil, onunla birlikte yürümeyi öğreneceksiniz.”

2. OTURUM

Oturumun Amaçları: İlk ödevlerin gözden geçirilmesi, oyun oturumlarının temel ilkeleri, oyuncak tanıtımı ve oyun zamanı planlaması

Oturum, katılımcı annelere önceki hafta verilen ödevlerin değerlendirilmesiyle başladı. Her bir anneye sırayla söz verilerek, 30 saniyelik “İlgi Patlaması” uygulamasına dair deneyimlerini paylaşmaları istendi. Duyguları Yanıtlama: Ödev Çalışma Kağıdı üzerinden yapılan paylaşımlar sırasında annelere duyguları fark etme ve yansıtmak konusundaki gelişimleri yansıtıldı. Çocuklarının fiziksel özelliklerine dair yeni farkındalıkları ve getirdikleri fotoğraflar hakkında da kısa paylaşımlar yapıldı.

Bu haftanın odağı olan oyun oturumları hakkında bilgilendirme yapıldı. Oyun Seanslarının Temel Prensipleri üzerine grupça okuma yapıldı. Ebeveynin çocuğu yönlendirmeden takip etmesinin önemine vurgu yapıldı. Bu süreçte özellikle beden dilinin çocuğa dikkat ve ilgi mesajı verdiği belirtildi:

Temel Kural: “Ebeveynin ayak parmakları burnu ile aynı hizada olmalıdır.”

Bu ifade ile ebeveynlerin sadece sözle değil, beden diliyle de çocuklarına odaklanmaları gerektiği açıklandı.

30 dakikalık özel oyun zamanının kurallarından bahsedildi. Ebeveynin oyun sırasında “dilsiz” olması, sorular sormaması, sadece çocuğu izlemesi, empati göstermesi ve duyguları yansıtmalarının önemi vurgulandı.

Temel Kural: “Sahip olmadığınız bir şeyi veremezsiniz.”

Kendine şefkat göstermeyen bir ebeveynin çocuğuna şefkat veremeyeceği üzerinde durularak uçaklarda verilen oksijen maskesi örneğiyle açıklama yapıldı. Daha sonra oyun oturumlarında kullanılacak oyuncaklara dair tanıtım yapıldı. Oyuncak seti kategorileri üzerinden gidilerek hangi oyuncakların neden önemli olduğu aktarıldı. Bazı oyuncaklar gösterilerek, bu oyuncaklarla oynayan çocuğa nasıl tepkiler verileceğine dair örnekler sunuldu. Kullanılmış ve ekonomik oyuncakların da kullanılabileceği belirtilerek aileler arasında kaynak paylaşımı önerildi. Oyuncakların yarısından fazlasını temin etmeleri gerektiği, aksi takdirde ilk oyun oturumuna hazır olamayacakları açıkça ifade edildi.

Oyun oturumlarının yapılacağı yer ve zaman konusu detaylandırıldı. Ebeveynlerin çocukla birlikte kesintisiz zaman geçirebilecekleri, dikkat

dağınıklığını en aza indirecek bir alan belirlemeleri gerektiği vurgulandı. Bu alanın her hafta düzenli kullanılmasının önemli olduğu ve çocuğun da sürece dahil edilmesinin hem avantajları hem de dezavantajları üzerinde konuşuldu.

Rol oyunları ile birlikte, “Birlikte Olma” tutumları gösterildi: “Buradayım, seni duyuyorum, seni anlıyorum ve sana önem veriyorum.” Bu ifadeler doğrultusunda örnek etkileşimler sergilendi. Ardından anneler eşleşerek oyun oturumları sırasında yaşanabilecek kısa sahneleri prova etti.

Oturum sonunda verilen ödevler şunlardır:

- Oyuncak listesindeki ürünlerden çoğunu temin ederek oyun çantasını hazırlamak.
- Oyun oturumu için evde belirli bir zaman ve mekan seçmek; diğer çocuklar ya da dikkat dağıtıcı etkenler olmadan gerçekleşecek bir ortam sağlamak.
- Ebeveyn Not Defteri’ndeki "Oyun Oturumları için Kurulmuş Oyuncakların Fotoğrafı" sayfasına göz atmak.
- Oyun oturumlarında kullanılacak tüm kağıt ve yönergeleri okumak.
- Gelecek hafta seçilen zaman ve mekanı gruba bildirmek.

Oturum şu cümleyle kapatıldı:

“Kendinize sabır gösterip, kendinizi kabullenmediğiniz sürece, bunu çocuğunuza veremezsiniz.”

3. OTURUM

Oturumun Amaçları: Oyun zamanı hazırlıklarının gözden geçirilmesi, oyun oturumlarının yapılacaklar ve yapılmayacaklar listesinin açıklanması, rol oyunları ve ilk özel oyun zamanına hazırlık

Oturum, katılımcı annelerle önceki haftaya dair kısa bir paylaşım turuyla başladı. Her birinden, oyuncak setlerini hazırlayıp hazırlamadıkları, oyun zamanı için evde hangi alanı seçtikleri ve belirledikleri zaman aralığı hakkında bilgi vermeleri istendi. Ailelerin yaşadığı küçük zorluklar dikkatle dinlendi, çözümler üzerine birlikte düşünülerek cesaret verici yorumlar yapıldı. Bazı ailelerin çocuklarıyla bu süreci birlikte planladıkları, bazı çocukların bu fikre heyecanla yaklaştığı paylaşıldı.

Özel oyun zamanlarının başlamasına az kaldığı için, oturumun büyük kısmı bu süreci detaylandırmaya ayrıldı. Önce, “Oyun Oturumlarında Yapılacaklar ve Yapılmayacaklar” listesinden bahsedildi. Yapılacaklar bölümünde, sahneyi hazırlamak, çocuğun yönlendirmesine izin vermek, aktif ve sözel olarak oyuna katılmak, duyguları yansıtmak, gerektiğinde net sınırlar koymak gibi maddeler üzerinde duruldu. “Çocuğun gücüne saygı göstermek” ve “çabayı teşvik etmek” özellikle vurgulandı.

Yapılmayacaklar bölümünde ise ebeveynlerin oyun sırasında eleştiri, övgü, yönlendirici sorular, bilgi/öğüt verme, sessizlik veya pasif kalma gibi davranışlardan kaçınmaları gerektiği belirtildi. Bu alanlarda yapılan küçük

hataların aslında çok sık karşılaşılan şeyler olduğu ancak bilinçli bir farkındalıkla bunların değiştirilebileceği anlatıldı.

Oturumda, Oyun Oturumu Prosedür Kontrol Listesi de grupça incelendi. Çocukla oyuna başlamadan önce yapılması gereken düzenlemelerden, oturum sırasındaki tutumlara ve oyun zamanı bittiğinde nasıl bir kapanış yapılması gerektiğine kadar adımlar tek tek açıklandı. Özellikle “30 dakika dolduğunda temizlemeyi ebeveyn yapar” ve “temizlik bir kapanış sinyalidir” gibi noktalar ebeveynlerin ilgisini çekti.

Annelere çocuklarına bu süreci nasıl açıklayabilecekleri hakkında öneriler sunuldu. Örneğin: “Seninle özel oyun zamanını nasıl daha güzel geçirebileceğimi öğrenmem için bu eğitime katılıyorum.” gibi çocuklara uygun sade açıklamalar önerildi.

Daha sonra grup içinde kısa rol oyunları yapıldı. “Çocuk” rolüne giren bir katılımcıyla örnek bir sahne canlandırarak oyun sırasında yapılması gereken tutumlar modellenerek gösterildi. Ardından anneler ikili gruplar halinde sırayla “ebeveyn” ve “çocuk” rollerini denedi. Bu pratiklerde annelere, sözel olarak takip, duyguyu yansıtma ve sınır koyma uygulamaları konusunda destek verildi.

Oturum sonunda verilen ödevler şunlardır:

- Oyun çantalarının kalan malzemelerini tamamlamak; örtü/battaniye gibi destekleyici araçları da hazırlamak.
- Belirlenen oyun zamanı ve oyun alanını çocukla birlikte kesinleştirip, bunu gruba gelecek hafta bildirmek.
- Çocuğa randevu kartı hazırlamak ve onunla birlikte “Rahatsız Etmeyin” tabelasını yapmak.
- Ebeveyn Not Defteri’ndeki “Oyun Oturumunda Yapılacaklar & Yapılmayacaklar” ile “Prosedür Kontrol Listesi” bölümlerini dikkatle okumak.
- Bu hafta evde ilk özel oyun oturumunu gerçekleştirmek ve yaşanan deneyimlerle ilgili notlar almak.

Bir sonraki oturumda çocuğuyla ilk oyun saatini izletmeye gönüllü veli soruldu, Katılımcı Anne 4 gönüllü oldu.

Oturum şu temel cümleyle sonlandırıldı:

“Termometre değil, termostat olun.”

Duygulara tepki vermek yerine, yanıt vermeyi hatırlayın.

4. OTURUM

Oturumun Amaçları: İlk özel oyun oturumlarının değerlendirilmesi, duygu düzenleme süreçlerine giriş, sınır koyma becerisinin temelleri

Oturum, annelerin ilk özel oyun zamanlarına dair deneyimlerini paylaşımlarıyla başladı. Her biri sırayla evde yaptıkları oyun oturumlarında neler yaşadıklarını anlattı. Çocuğun oyuna tepkisi, dikkat süresi, seçtiği oyuncaklar ve ebeveynin hissettikleri üzerine konuşuldu. Bazı çocukların oyun zamanına hemen dahil olduğu, bazılarının ise başlangıçta temkinli davrandığı ifade edildi. Bu

farklılıkların doğal olduğu ve çocukların zamanla bu sürece alışacakları vurgulandı.

Katılımcı Anne 4'ün çocuğuyla oynadığı ilk özel oyun saati videosu izlendi, annenin sergilediği olumlu davranışları ve dikkat edilmesi gereken tepkileri konuşuldu.

Paylaşımlar sırasında annelerin oyun sırasında duygu yansıtma becerilerini nasıl uyguladıkları konuşuldu. Bazı anneler ilk başta “ne diyeceğini bilememe” hali yaşadığını, ama çocuğun duygusuna odaklandıklarında bunun giderek kolaylaştığını belirtti. Grup içerisinde benzer duyguların yaşandığını görmek, katılımcılara yalnız olmadıklarını hissettirdi.

Bu oturumda duyguların yoğunlaştığı anlarda ebeveynin nasıl davranması gerektiğine odaklanıldı. Özellikle çocukların öfke, hayal kırıklığı, korku gibi zorlayıcı duygular yaşadıkları anlarda ebeveynlerin hemen kural koyma, öğretme ya da müdahale etme eğiliminde olduğu fark edildi. Bunun üzerine şu önemli ifade vurgulandı:

Temel Kural: “Bir çocuk boğulurken, ona yüzmeyi öğretmeyi denemeyin.”

Bu sözün anlamı üzerinde grupça duruldu: Çocuklar kendilerini zor duyguların içinde kaybolmuş gibi hissettiklerinde, ebeveynin ilk görevinin “duyguyu durdurmak” değil, o duyguya şefkatle eşlik etmek olduğu anlatıldı. Kural öğretmek, problem çözmek ya da mantıklı açıklamalar yapmak için en uygun zamanın o yoğun anlar değil, sonrasında gelen sakinlik anı olduğu vurgulandı.

Bu oturumda aynı zamanda sınır koymanın temelleri ele alındı. Çocuğun güvenli bir ortamda kendini ifade edebilmesi için tutarlı ve açık sınırların gerekliliği üzerinde duruldu. Özellikle oyunda agresif davranışlar sergileyen çocuklar için nasıl sınır konulabileceğine dair örnekler verildi.

Örneğin “Bana silahla ateş etmek istediğini biliyorum ama ben ateş edilmek için değilim. Ona ateş edebilirsin.” gibi, davranışı yönlendiren ama çocuğun ifadesini yasaklamayan cümle yapıları paylaşıldı.

Bu hafta oyun oturumları evde aktif olarak başlamış olduğundan, ebeveynlere bu süreçte neye dikkat edecekleri yeniden hatırlatıldı. Oyunun bitişi, sınır koyma, temizliği ebeveynin yapması gibi detaylar tekrar edildi. Özellikle oyunun sonunda çocuğun ayrılmakta zorlandığı anlarda sabırlı ama kararlı bir şekilde “oyun zamanının bittiğini” ifade etmenin önemi vurgulandı.

Ebeveynlerin çocuklarına her oyun oturumu öncesinde bu zamanın özel olduğunu ve her hafta tekrarlanacağını hatırlatmaları gerektiği söylendi. Böylece çocuğun, bu zamanın tutarlı, güvenli ve sadece kendisine ait olduğunu içselleştirecektiği açıklandı.

Oturum sonunda verilen ödevler şunlardır:

- Oyun oturumlarını haftalık olarak düzenli bir zaman ve yerde sürdürmek.
- Oyunun başında ve sonunda açıklama yapmak: “30 dakika boyunca oyuncaklarla istediğin birçok şekilde oynayabilirsin.” ve “Bugün oyun zamanımız bitti.” gibi cümleleri kullanmak.
- Sınır koyma gerektiren durumlar yaşandığında örnek cümleleri uygulamaya çalışmak ve deneyimleri not almak.

- Oyunun bitişinde çocuğun tepkisine göre hangi yaklaşımın işe yaradığını gözlemlemek.

Bir sonraki oturum için Katılımcı Anne 2 ve 7 çocuklarıyla 2. videosunun izlenmesi konusunda gönüllü oldular.

Oturum şu cümleyle sonlandırıldı:

“Bir çocuk zor bir duygunun içindeyken, ona destek vermek en büyük öğretilerdir.”

5. OTURUM

Oturumun Amaçları: Duygusal farkındalığın ve duyguyu yansıtmanın pekiştirilmesi, sınır koyma becerisinin geliştirilmesi, örnek olaylarla uygulama çalışmaları

Oturum, annelerin son hafta yaptıkları özel oyun zamanlarına dair kısa paylaşımlarıyla başladı. Özellikle çocukların duygusal tepkileri, oyun sırasında sergiledikleri davranışlar ve sınır gerektiren anlar üzerinde duruldu. Katılımcılar, önceki oturumda öğrendikleri cümle kalıplarını uygulama konusunda hala zorlandıklarını belirttiler. Bazı anneler, oyun zamanının sonunda çocuklarının ayrılmak istemediğini ve bu konuda nasıl davrandıklarını anlattılar. Bu tür anların doğal olduğu, önemli olanın sınırın şefkatle ama kararlılıkla sürdürülmesi olduğu hatırlatıldı.

Katılımcı Anne 2 ve 7'nin 2. videoları izlendi, verdikleri tepkiler ve oyuna katılma şekilleri ile ilgili olumlu yanlar ve dikkat edilmesi gereken yanlar belirtildi.

Bu oturumun temel odağı, sınır koyma becerisini pekiştirmek oldu. Grup içerisinde yapılan örnek durum tartışmalarıyla, oyun sırasında karşılaşılabilecek güçlükler ele alındı. Özellikle “çocuğun kuralları zorladığı” ya da “sınırları test ettiği” durumlarda nasıl davranılması gerektiği üzerinde duruldu. Sınır koymanın, ceza vermek ya da kontrol etmek anlamına gelmediği, aksine çocuğun güven duygusunu desteklediği açıklandı.

Sınır koyarken kullanılabilecek dil örnekleri grupça değerlendirildi. Cümlelerde hem duyguyu anlama hem de net bir yönlendirme olması gerektiği vurgulandı. Örneğin “Oyuncağı atmak istiyorsun ama oyuncaklar yere atılmak için değil. Onu yere değil, örtünün üstüne koyabilirsin.”, “Bana bağırarak istediğini fark ettim ama bu şekilde konuşamayız. İstersen oyuncak ayıya söyleyebilirsin.”

Temel kural olarak şu ifade üzerinde duruldu: “Sınır koymak, sevgiyle yön göstermektir.”

Yani sınırlar, çocukların davranışlarını düzenlemek için değil, ilişkide güven ve tutarlılık sağlamak içindir.

Bu oturumda ayrıca duyguları yansıtma becerisi yeniden ele alındı. Çünkü pek çok sınır durumu, aslında çocuğun duygusunun görünmek istemesinden kaynaklanır. Önce duygu görülüp yansıtıldığında, sınırı kabul ettirmek daha kolay olur. Grup çalışmasında örnek olaylar üzerinden duyguyu tanıma ve uygun cümlelerle yansıtma uygulamaları yapıldı. Anneler ikili çalışmalarda birbirlerine örnek durumlar okuyup hem duyguyu belirlediler hem de yansıtıcı yanıt cümleleri oluşturdular.

Bir diğerk önemli konu da çocuğın sınırı aştığında ne yapılacağı idi. Sınırın tekrar edilmesi, oyunun durdurulması, oyuncakların toplanması gibi adımların nasıl ve ne zaman yapılacağı tartışıldı. Amaç çocuğa ceza vermek değıl, güvenli bir alanı sürdürmektir.

Oturum sonunda verilen ödevler şunlardır:

- Özel oyun zamanlarını bu hafta da düzenli şekilde sürdürmek.
- Oyun sırasında bir sınır durumu yaşanırssa kullanılan cümleleri ve çocuğın tepkisini not etmek.
- Oyunun bitiş sürecinde yaşanan ayrılık anlarını gözlemlemek; çocuğın ne hissettiğini anlamaya çalışmak.
- Ebeveyn Not Defteri’ndeki duyguları yansıtmaya ve sınır koyma örneklerini tekrar okumak, ihtiyaç duyulursa kendi örneklerini eklemek.

Bir sonraki oturum için Katılımcı Anne 3, 3. videosunun izlenmesi konusunda gönüllü oldu.

Oturum şu cümleyle sonlandırıldı:

“Sevgi, sınırlarla birlikte daha güvenli bir hale gelir. Çünkü çocuklar, ne zaman durmaları gerektiğini bilmek isterler.”

6. OTURUM

Oturumun Amaçları: Duygu yansıtmaya ve sınır koyma becerilerinin birleştirilmesi, özel oyun zamanlarında karşılaşılan zorluklara yönelik çözüm yollarının ele alınması, duygulara eşlik etme sürecinin pekiştirilmesi

Oturum, annelerin son hafta gerçekleştirdikleri özel oyun zamanlarına dair paylaşımlarıyla başladı. Bu paylaşımlar sırasında özellikle sınır koyma süreçlerine ve çocukların bu sınırlara verdiği tepkilere odaklanıldı. Anneler, hangi cümlelerin işe yaradığını, çocukların hangi anlarda zorlandığını ve kendilerinin bu durumlarla nasıl başa çıktığını samimiyetle anlattı.

Bazı anneler oyun bitiminde çocuklarının yoğun duygular yaşadığını, bazıları ise sınır koyduklarında çocuklarının sinirlenip tepkisel davrandığını paylaştı. Bu paylaşımlar, gruptaki diğerk ebeveynler için de “yalnız değılim” duygusunu güçlendiren, bağ kurmaya yardımcı olan önemli anlatılardı. Grup içinde her paylaşıma empatiyle yaklaşarak, örneklerle destekleyici geri bildirimler verildi.

Katılımcı Anne 3’ün videosu izlendi, Yapılacaklar ve Yapılmayacaklar listelerinde yer alan maddelere göre oyun saati birlikte değerlendirildi.

Bu oturumda, önceki haftalarda öğrenilen iki temel becerinin —duyguyu yansıtmak ve sınır koymak— nasıl birlikte kullanılabileceğı üzerine çalışıldı. Birçok sınır durumu, çocuğın güçlü bir duyguyu yaşadığı anda ortaya çıktığı için, ilk adım olarak her zaman duygunun fark edilmesi ve yansıtılması gerektiğı vurgulandı. Ancak bu duygunun kabul edilmesi, davranışın kabul edilmesi anlamına gelmediğinden, ardından sınırın net bir şekilde ifade edilmesi gerektiğı anlatıldı.

Bu çift beceri şu örnekle açıklandı:

“O oyuncacı atacak kadar sinirlendin. Ama oyuncaklar fırlatmak için değildir. İstersen yastığı atabilirsin.”

Burada çocuğun duygusu görünür kılınırken, aynı zamanda davranışına bir yön verilmiş olur. Bu yaklaşımın çocukların hem duygularını tanımasına hem de davranışlarını düzenlemesine yardımcı olduğu belirtildi.

Grup çalışmasında, gerçek hayattan alınmış sınır durumları senaryolaştırıldı. Katılımcılar ikili ya da küçük gruplar halinde çalışarak bu sahnelerde neler söylenebileceğini, nasıl bir tonla ifade edilmesi gerektiğini tartıştılar. Ardından gönüllü birkaç anne, senaryolardan birini canlandırarak grup önünde rol oyunu yaptı. Bu uygulamalar, katılımcıların hem farkındalıklarını artırdı hem de ifade biçimlerini doğal hale getirmeye başladı.

Temel mesaj olarak şu ifade vurgulandı: “Duyguyu görün, davranışı yönetin.”

Bu kısa cümle, eğitimin merkezindeki yaklaşımı özetleyen güçlü bir hatırlatma olarak katılımcıların defterlerine not ettirildi.

Oturumun sonunda, özel oyun zamanlarının artık belirgin bir ritme oturmaya başladığı, ebeveynlerin çocuklarıyla kurduğu bağda derinleşme gözlemlenmeye başladığı belirtildi. Annelerin gösterdiği çaba ve tutarlılık, çocukların oyun zamanlarını sahiplenmesini ve duygusal olarak daha açık hale gelmesini sağlamıştı.

Oturum sonunda verilen ödevler şunlardır:

- Özel oyun zamanlarını sürdürmek ve bu süreçte hem duygu yansıtma hem sınır koyma becerilerini bir arada kullanmaya devam etmek.
- Çocuğun zorlayıcı bir davranışı karşısında hangi duygunun etkili olduğunu fark etmeye çalışmak ve uygun bir yansıtıcı sınır cümlesi kullanmak.
- Bu hafta yaşanabilecek zor bir sahne ya da duyguya eşlik ettikten sonra kendini nasıl hissettiğini kısa notlarla kaydetmek.
- Ebeveyn Not Defteri'ndeki örnek yansıtma ve sınır koyma kalıplarını gözden geçirerek, kendi ihtiyaçlarına uygun olanları işaretlemek.

Bir sonraki oturum için Katılımcı Anne 5 ve 8 gönüllü oldular.

Oturum şu cümleyle sonlandırıldı:

“Sınır koyarken de, sevgi gösterebiliriz. Duygulara eşlik ederken de, rehber olabiliriz.”

7. OTURUM

Oturumun Amaçları: Ebeveynin çocuğun oyununa dair içsel yorumlama becerisini geliştirmesi, çocuğun yaşantılarını oyuna nasıl yansıttığını fark etmesi, oyunun “ifade dili” olarak anlaşılması

Oturum, yine her hafta olduğu gibi, özel oyun zamanlarına dair kısa ve içten paylaşımlarla başladı. Anneler oyun oturumlarında çocuklarının nasıl davrandığını, hangi oyuncakları tercih ettiğini ve duygusal olarak nasıl tepkiler verdiklerini anlattılar. Bazı çocukların benzer oyunları tekrar tekrar oynadığı, bazı

çocukların ise hikâye kurguladıkları gözlemlendi. Bu tekrarların ya da sembollerin bir anlamı olup olmadığı üzerine konuşuldu.

Katılımcı Anne 5 ve 8'in videoları izlendi, verdikleri uygun tepkiler ve sınır koyma becerileri cesaretlendirildi.

Oturumun ana teması, “oyunun dili” kavramıydı. Çocukların yaşadıklarını, duygularını, korkularını ya da ihtiyaçlarını bazen açıkça ifade edemedikleri; ama bunu oyun yoluyla dışa vurabildikleri vurgulandı.

Oyun sırasında seçilen oyuncaklar, kurulan hikâyeler, tekrar eden davranışların aslında çocuğun iç dünyasına açılan birer pencere olabileceği anlatıldı.

Gruba şu cümle hatırlatıldı:

“Çocuk oyun oynarken sadece eğlenmez, aynı zamanda kendini anlatır.”

Bu anlayışla oyunu yalnızca bir etkinlik olarak görmektense, çocuğun içsel anlatımı olarak görmenin önemi üzerinde duruldu. Bu noktada, ebeveynlerin oyun sırasında “yorumlamak” yerine, “gözlemlemek ve anlamaya çalışmak” yönünde bir tavır geliştirmeleri gerektiği vurgulandı. Oyunun anlamını çözmeye çalışırken doğrudan analiz yapmaktan kaçınarak, sadece fark etmek ve duygulara eşlik etmek gerektiği anlatıldı. Örneğin, bir çocuğun sürekli “doktor oyunu” oynamasının, kendini korumaya ya da iyileştirmeye ihtiyaç duyduğunu gösteriyor olabileceği ya da kuklalarla oynarken rollerin sürekli değişmesinin içsel çatışmalara işaret edebileceği konuşuldu.

Bu doğrultuda yapılan bir uygulamada, katılımcılara çeşitli oyun sahneleri betimlendi ve “Bu oyunda çocuk ne anlatıyor olabilir?” sorusu üzerine düşünceleri istendi. Her sahne için farklı olasılıklar konuşuldu; kesin yargılar yerine, merak eden ve anlayış gösteren bir tutum geliştirmek teşvik edildi.

Temel mesaj şu şekilde özetlendi: “Oyun, çocuğun diliyse; bizim görevimiz onu yargılamak değil, anlamaya çalışmaktır.”

Bu oturumda ayrıca, ebeveynlerin kendi duygularına dikkat etmeleri de önemle ele alındı. Bazı oyunların ebeveynde rahatsızlık, şaşkınlık ya da endişe yaratabileceği; bu gibi durumlarda da yargılayıcı olmadan, sadece çocuğun yanında durmanın yeterli olduğu hatırlatıldı.

Oturum sonunda verilen ödevler şunlardır:

- Bu hafta yapılan özel oyun zamanında, çocuğun tercih ettiği oyuncaklara ve kurduğu oyuna özellikle dikkat etmek; aynı temaların tekrar edip etmediğini gözlemlemek.
- Oyun sırasında çocuğun hangi duyguyu ya da yaşantıyı anlatmaya çalışıyor olabileceğini sezgisel olarak fark etmeye çalışmak; bu konuda kendine kısa notlar almak.
- Ebeveyn Not Defteri'ne, oyun sırasında dikkatini çeken bir davranışı yazmak ve buna nasıl bir duygu eşlik ettiğini tahmin etmeye çalışmak.
- Oyun sırasında kendilerinde oluşan duyguların da farkında olmak; bu duyguların çocukla aralarındaki ilişkiyi nasıl etkilediğini gözlemlemek.

Katılımcı Anne 6, bir sonraki oturumda videosunun izlenmesi konusunda gönüllü oldu.

Oturum şu cümleyle sonlandırıldı:

“Çocukların söylediklerine kulak veriyoruz; ama oyunlarıyla anlattıklarını kalbimizle dinliyoruz.”

8. OTURUM

Oturumun Amaçları: Çocuğun oyunlarında gözlenen temalara dikkat etmek, bu temaların çocuğun iç dünyasıyla ilişkisini anlamak, “duyguya eşlik etme” becerisini derinleştirmek

Oturum, her hafta olduğu gibi ebeveynlerin özel oyun zamanlarında yaşadıkları deneyimleri paylaşımlarıyla başladı. Bu hafta, katılımcı annelerden özellikle çocuklarının oyunlarında tekrar eden temalara odaklanmaları istendi. Bazı çocukların aynı tür oyunları defalarca oynadığı, bazılarınsa özellikle aynı oyuncaklara yöneldiği gözlemlendi. Bu tekrarların arkasında yatan duygular ve anlamlar üzerine düşünceler paylaşıldı.

Katılımcı Anne 6’nın çocuğuyla oyun zamanına ait videosu izlendi, annelerin genel olarak oyun zamanı sırasında yanlış bir tepki vermemek için sessizce izleyen değil oyunlara katılımcı olduklarına dikkat çekildi.

Bu oturumda, çocuğun oyun sırasında ortaya koyduğu temaların bir anlam taşıyabileceği konuşuldu. Oyun, çocuğun yaşantılarını doğrudan ya da dolaylı olarak yansıtmalarının bir yoluydu. Özellikle travmatik bir olay, kardeş kıskançlığı, kontrol ihtiyacı ya da korku gibi durumlar; oyunun içeriğine sembolik yollarla dâhil olabiliyordu.

Grup içerisinde yapılan örnek analizlerde şunlar üzerinde duruldu: Sürekli “kontrol” teması içeren oyunlar (örneğin hapsedilen figürler, disiplin uygulayan karakterler) çocuğun güç dengesine dair ihtiyacını yansıtıyor olabilir. Tekrarlayan “kurtarma” ya da “iyileştirme” senaryoları, çocuğun kaygılarını yatıştırma çabası olabilir. “Savaş” ya da “kaçış” temaları, içsel çatışmaların ya da güvensizlik duygusunun bir dışavurumu olabilir.

Bu analizler kesin teşhisler olarak değil, farkındalık geliştirmek ve ebeveynin oyundaki duygusal sinyalleri daha dikkatle fark etmesini sağlamak amacıyla ele alındı. Çünkü en doğru bilgi, çocuğun sürecinde zamanla ortaya çıkar ve ebeveynin gözlemleriyle pekişir.

Temel mesaj olarak şu ifade paylaşıldı: “Oyun bir harita gibidir. İçinde duyguların, ihtiyaçların ve deneyimlerin izleri vardır.” Ebeveynlerin bu izleri takip etmek, çocuklarını daha derin bir anlayışla görmelerine yardımcı olur.

Bu oturumda ayrıca, oyun sırasında çocuğun anlattığı temaları yeniden yapılandırma ya da değiştirme girişimlerinin oyunun doğal akışını bozabileceği konuşuldu. Ebeveynin görevi, çocuğun kurduğu oyunun peşinden gitmek ve o oyunda “yanında olmak”tır.

Rol oyunu uygulamalarıyla, çocuğun oyununda geçen bir sahneye nasıl eşlik edilebileceği pratik edildi. Örneğin, oyuncak askerlerin sürekli savaş yaptığı bir oyunda nasıl bir yorum yapmadan sadece duygulara eşlik edileceği üzerine örnekler sunuldu: “Savaş uzun sürdü, iki taraf da çok yorulmuş gibi.”, “Birbirlerine üstün gelmeye çalışıyorlar, bu gerçekten zorlayıcı.” Böylece

ebeveynler hem çocuğun anlatımına müdahale etmeden varlık gösterebilmeyi hem de oyunun içinde duyguyu yakalayabilmeyi deneyimlediler.

Oturum sonunda verilen ödevler şunlardır:

- Bu haftaki özel oyun zamanında çocuğun oynadığı temaları fark etmeye çalışmak; oyun içeriğinde tekrar eden hikâyeleri ya da figürleri not etmek.
- Oyun sırasında çocuğun oyununa yön vermek yerine sadece izleyici ve eşlikçi olarak kalmaya çalışmak.
- Ebeveyn Not Defteri'ne, çocuğun oynadığı oyunlardan dikkat çeken bir bölümü yazarak bu sahnede nasıl hissettiklerini ve ne anlamlar çıkardıklarını not etmek.
- Çocuğun oyunlarına duygu açısından yaklaşmaya devam etmek; yorum yapma ya da yönlendirme ihtiyacı hissedildiğinde bunu fark edip durmak.

Bir sonraki oturumda, videosu izlenmemiş son kişi olarak Katılımcı Anne 1 gönüllü oldu.

Oturum şu cümleyle sonlandırıldı:

“Çocuk oyunla konuşur; biz ise dinlemeyi öğreniriz. Sessizce, dikkatle, sevgiyle.”

9. OTURUM

Oturumun Amaçları: Oyun seanslarında sınır koymanın derinleştirilmesi, güç mücadelelerine karşı ebeveynin tutumunun pekiştirilmesi, duygulara eşlik ederken tutarlılığı koruma

Oturum, katılımcı annelerin hafta boyunca gerçekleştirdikleri özel oyun zamanlarına dair paylaşımlarla başladı. Bu hafta özellikle çocukların sınırları zorladığı, ebeveynin yönlendirme yapmadan durmakta zorlandığı anlar konuşuldu. Bazı çocukların “test eden” davranışlar sergilediği, örneğin oyuncakları fırlatma, yasak olanı ısrarla yapmaya çalışma gibi tavırlarla karşılaşıldığı paylaşıldı.

Katılımcı Anne 1'in videosu izlendi, 6. özel oyun saati olduğu hatırlatıldı ve ilk oyun saatine göre gelişmiş tüm beceriler vurgulandı.

Bu oturumun temel konusu, güç mücadeleleri oldu. Ebeveynlerin sınır koyduğu anda çocukların bu sınıra direnç gösterdiği anlarda nasıl bir tutum sergilemeleri gerektiği üzerine odaklanıldı.

Şu temel kural hatırlatıldı: “Tutarlılık, güvenin zeminidir.” Yani çocuklar, her ne kadar sınırları zorlasa da, aslında tutarlı bir yetişkinin varlığıyla kendilerini daha güvende hissederek. Bu nedenle sınır koyarken kararlılığı korumak ama aynı anda yargılamayan, suçlamayan bir dil kullanmak önemlidir.

Rol oyunu ile birlikte örnek sahneler çalışıldı: Bir çocuk oyuncakçı sürekli yere fırlatıyor. Çocuk oyunun sonunda gitmek istemiyor. Çocuk “bunu yapmak zorundayım” diyerek sınırı delmeye çalışıyor.

Bu tür durumlarda ne tür cümlelerin işe yaradığını bulmak üzere küçük grup çalışmaları yapıldı. Örnek cümleler oluşturulurken, hem duygunun yansıtılması hem de davranışın net bir şekilde sınırlandırılması gerektiği hatırlatıldı. Örneğin: “Oyuncağı fırlatmak istediğini görüyorum. Ama oyuncaklar yere atılamaz. Onu

yastığın üstüne atabilirsin.”, “Oyun zamanının bitmesini istemiyorsun, bu senin için zor. Ama bugünlük oyun zamanımız sona erdi.” Bu ifadelerin ardında yatan mesaj şu şekilde özetlendi: “Seni anlıyorum ama sınır da burada.”

Bu oturumda ayrıca “güç savaşı” haline gelen durumlarda ebeveynin duygularını fark etmesi, kendi içinde yükselen öfkeyi ya da çaresizliği tanıması üzerinde duruldu. Güç mücadelesine giren bir ebeveyn, istemeden çocuğun da duygusunu körükleyebilir. Bu nedenle ebeveynin “duygusal termostat” olmaya devam etmesi hatırlatıldı.

Annelere, oyun sırasında ya da günlük hayatta zorlandıkları bir anı hatırlamaları istendi. Bu anı canlandırarak, o anda ne hissettiklerini, çocuklarına ne söylediklerini ve alternatif olarak ne söylenebileceğini düşünmeleri sağlandı. Bu çalışma sayesinde, ebeveynler hem kendi duygusal süreçlerine farkındalık kazandı hem de ilişkisel olarak daha yapıcı yollar geliştirdiler.

Oturum sonunda verilen ödevler şunlardır:

- Bu hafta özel oyun zamanlarında sınır koymayı gerektiren bir durum yaşanırsa, bu durumu ve verdikleri tepkiyi not etmek.
- Sınır koyarken aynı anda duyguyu da yansıtmayı hedefleyen en az iki cümle üretip uygulamak.
- Kendi içsel tepkilerini fark etmeleri için, oyun sonrası kendi kendilerine şu soruyu sormak: “Ben bu durumda ne hissettim?”
- Ebeveyn Not Defteri'ndeki sınır koyma bölümlerini tekrar gözden geçirmek, özellikle kararsız kalınan durumlarla ilgili önerileri okumak.

Oturum şu cümleyle sonlandırıldı:

“Sınır koymak bir duvar değil, sevgiyle çizilmiş bir yoldur. Yön gösterir, uzaklaştırmaz.”

10. OTURUM

Oturumun Amaçları: Eğitim sürecinin değerlendirilmesi, ebeveynlerin gelişimlerinin fark edilmesi, sürdürülebilir ilişki kurma becerilerinin pekiştirilmesi, kapanış ve vedalaşma

Son oturum, özel bir paylaşım halkasıyla başladı. Katılımcı annelerden, 10 haftalık bu süreçte hem çocuklarıyla hem de kendileriyle ilgili neleri fark ettikleri, neyin değiştiği ve onları en çok etkileyen anın ne olduğu soruldu. Paylaşımlar çok içtendi; anneler çocuklarının duygu dünyasına artık daha yakından bakabildiklerini, özel oyun zamanlarının ilişkilerine sıcaklık ve güven kattığını anlattılar. Bazı anneler, çocuklarının kendilerini daha çok ifade ettiğini, bazıları ise sınır koyarken daha az çatışma yaşadıklarını fark ettiklerini; eğitim sürecinin yalnızca burada çalıştıkları çocuklarıyla değil diğer çocuklarıyla olan ilişkilerinde de iyileştirmeye yardımcı olduğunu söyledi.

Bu oturumda, eğitim boyunca öğrenilen beceriler bir bütün hâlinde gözden geçirildi:

- ✓ Duyguyu yansıtma
- ✓ Sınır koyma

- ✓ Çocuğun oyununa eşlik etme
- ✓ Yargılamadan yanında olma
- ✓ Kontrol yerine rehberlik etme

Tüm bu becerilerin aslında bir hedefe hizmet ettiği vurgulandı:

“Çocukla kurulan ilişkiyi güçlendirmek ve ona, olduğu haliyle kabul edildiğini hissettirmek.”

Katılımcılara, eğitim sürecinde çocuklarıyla kurdukları bağın nasıl değiştiğini düşünmeleri ve bu bağ nasıl sürdürebileceklerine dair farkındalık kazanmaları için rehberlik edildi. Özel oyun zamanlarının artık sona ermeyeceği, aksine haftalık bir rutin olarak sürdürülmesinin çocukların duygusal gelişimi açısından çok kıymetli olacağı hatırlatıldı.

Şu mesaj üzerinde özellikle duruldu: “Bu eğitim bitti ama ilişkiniz devam ediyor. Şimdi artık siz bu ilişkiye başka bir yerden bakabiliyorsunuz.”

Annelere, çocuklarıyla ilgili en sevdikleri anı yazmaları ya da anlatmaları istendi. Bu duygusal paylaşım hem grup bağını pekiştirdi hem de kapanışa anlamlı bir derinlik kattı.

Kapanışta, her anneye süreci onurlandıran bir katılım belgesi takdim edildi. Grup olarak çekilen fotoğraflar, kutlama havasında geçen küçük bir pasta kesimiyle program tamamlandı.

Oturum sonunda vurgulanan son mesaj şuydu:

“Mükemmel ebeveynlik diye bir şey yok. Ama yeterince iyi bir ilişki, her şeyi değiştirir.”

Kapanış Önerileri:

- Özel oyun zamanını haftalık olarak sürdürmek
- Zorlandıkları anlarda Ebeveyn Not Defteri’ni tekrar açmak
- Kendilerine zaman tanımaya devam etmek

EK-9

ETİK KURUL ONAY BELGESİ

Evrak Kayıt Tarihi: 15.11.2024	Protokol No: 813584	Tarih: 26.11.2024
--------------------------------	---------------------	-------------------


ANADOLU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL VE İHŞERİ İLİMLER BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİK KURULU
KARAR BELGESİ

ÇALIŞMANIN TÜRÜ:	Yüksek Lisans Tez Çalışması
KONU:	Eğitim Bilimleri
BAŞLIK:	Okul Öncesi Çocukların Bağlanma Stillerinde Filial Terapinin Etkisi
PROJE/TEZ YÜRÜTÜCÜSÜ:	Prof. Dr. Bahtiyar ERASLAN ÇAPAN
TEZ YAZARI:	Mehtap AKKURT
ALT KOMİSYON GÖRÜŞÜ:	-
KARAR:	Olumlu

ÖZGEÇMİŞ

Adı Soyadı : Mehtap AKKURT

Yabancı Dil : İngilizce

Doğum Yeri / Yılı :

E-Posta :

ORCID Numarası :

Eğitim Bilgileri :

2001, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik

Danışmanlık Bölümü

Mesleki Eğitimler :

2019 Yaşantısal Oyun Terapisi – Hülya ÜSTEKİDAĞ (Başkent Psikoloji Atölyesi)

2020 Bütüncül Oyun Terapisi – Pekay AYDIN (Psikoterapi Enstitüsü)

2021 EMDR / Yetişkin – Emre KONUK / Asena YURTSEVER (Davranış Bilimleri
Enstitüsü)

2022 EMDR / Çocuk ve Ergen – Ümran KORKMAZLAR (Fide Danışmanlık Merkezi)

2024 Resim Analizi – Sultanberk HALMATOV (HALDEM Psikoloji ve
Nöropedagoji Enstitüsü)

Mesleki Deneyimi :

2001 – Devam Ediyor Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen, MEB

Dernek Üyelikleri :

Türk PDR Derneği

EMDR Derneği