

T.C.
İSTANBUL 29 MAYIS ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**ANNELERİN UYKUYA DAİR BİLİŞLERİNİN BEBEK
UYKU SORUNLARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ: BEBEK
UYUTMA DAVRANIŞININ ARACI ROLÜ VE ANNE
DUYARLILIĞININ MODERATÖR ETKİSİ**

(YÜKSEK LİSANS TEZİ)

Zeynep YAVUZ

Danışman:
Prof. Dr. T. GÜL ŞENDİL

İSTANBUL

2024

T.C.
İSTANBUL 29 MAYIS ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

ANNELERİN UYKUYA DAİR BİLİŞLERİNİN BEBEK
UYKU SORUNLARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ: BEBEK
UYUTMA DAVRANIŞININ ARACI ROLÜ VE ANNE
DUYARLILIĞININ MODERATÖR ETKİSİ

(YÜKSEK LİSANS TEZİ)

Zeynep YAVUZ

Danışman:
Prof. Dr. T. GÜL ŞENDİL

İSTANBUL

2024

TEZ ONAY SAYFASI

T. C.

İSTANBUL 29 MAYIS ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Psikoloji Anabilim Dalı, 010619YL01 numaralı Zeynep YAVUZ'un hazırladığı “*Annelerin Uykuya Dair Bilişlerinin Bebek Uyku Sorunları Üzerindeki Etkisi: Bebek Uyutma Davranışının Aracı Rolü Ve Anne Duyarlılığının Moderatör Etkisi.*” konulu yüksek lisans tezi ile ilgili tez savunma sınavı, 09/01/2024 günü (15:00 – 16:00) saatleri arasında yapılmış, sorulan sorulara alınan cevaplar sonunda adayın tezinin başarılı olduğuna oy birliği ile karar verilmiştir.

Prof. Dr. T. Gül ŞENDİL
Atlas Üniversitesi
(Tez Danışmanı ve Sınav Komisyonu Başkanı)

Dr. Öğr. Üyesi Ayşe KAYNAK
İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi Duygu AKYÜZ
İstanbul Medeniyet Üniversitesi

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Zeynep YAVUZ

09/01/2024

ÖZ

Çalışmanın amacı annelerin, bebek uyku durumları üzerindeki etkisini; annelerin uykuya dair bilişleri, uyutma davranışları ve anne duyarlılığı faktörleri bağlamında incelemektir. Çalışmanın bir diğer amacı çalışmada kullanılacak olan Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi (ABUİBA) ve Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği (EEYZDÖ) ölçeklerinin Türk popülasyonu için uyarlama çalışmalarını yapmaktır. Bu doğrultuda araştırma iki çalışma halinde yürütülmüştür. İlk çalışmada (Çalışma 1) Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi (ABUİBA) ve Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği (EEYZDÖ) ölçeklerinin Türk popülasyonu için geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Çalışmanın örneklemini sıfır-üç yaş arası en az bir çocuğu olan 321 anne oluşturmuştur. Annelere, annenin temel bilgilerini içeren Demografik Bilgi Formu, Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi (ABUİBA) ve Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği (EEYZDÖ) uygulanmıştır. Ayrıca geçerlilik ve güvenirlik analizlerinde kullanılmak üzere annelere Ebeveyn Tutum Ölçeği (ETÖ) ve Anne Duyarlılığı Ölçeği (ADÖ) uygulanmıştır. Çalışmanın veri toplama süreci çevrimiçi ortamda gerçekleştirilmiştir. Uyarlama çalışmaları sonucunda hem Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi (ABUİBA) hem de Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği'nin (EEYZDÖ) Türk toplumu için geçerli ve güvenilir olduğu bulunmuştur. İkinci çalışmada (Çalışma 2) ise annelerin uykuya dair bilişlerinin, bebek uyku sorunları üzerindeki etkisi; bu etki üzerinde annelerin uyutma davranışının aracı rolü incelenmiştir. Ayrıca annelerin uyutma davranışı ile bebek uyku sorunları arasındaki ilişkide anne duyarlılığının düzenleyici etkisi ele alınmıştır. Araştırmanın örneklemini, sıfır-üç yaş arası en az bir çocuğu olan 208 anne oluşturmuştur. Çalışmanın veri toplama sürecinde annelere, annenin temel bilgilerini içeren Demografik Bilgi Formu, anne duyarlılık düzeyini tespit etmek üzere Anne Duyarlılığı Ölçeği (ADÖ) ve annenin uykuya dair bilişlerinin belirlendiği Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi (ABUİBA) ile annenin uyutma davranışının belirlendiği Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği (EEYZDÖ) uygulanmıştır. Ayrıca bebek uyku sorunlarını tespit etmek amacıyla Bebek/Çocuk Uyku Sorunu Kısa Tanılama Formu (BUKF) kullanılmıştır. Çalışmanın veri toplama süreci çevrimiçi ortamda gerçekleştirilmiştir.

Yapılan analizler sonucunda annenin bebek uykusu ile ilgili bilişleri toplam puanının, ebeveyn etkileşimli yatma zamanı davranışı toplam puanını istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür. Ayrıca annenin bebek uykusu ile ilgili bilişlerinin bebek uyku sorunlarını yordadığı tespit edilmiştir. Ancak bu ilişkide ebeveyn uyutma davranışının aracı rolü olmadığı görülmüştür. Öte yandan ebeveyn uyutma davranışı ile bebek uyku sorunları arasındaki ilişkide anne duyarlılığının düzenleyici etkisine rastlanmamıştır.

Anahtar Kelimeler: bebek uyku düzeni, uyku tutumları, uyku bozuklukları, uyku alışkanlıkları, anne duyarlılığı, uyutma davranışı, uyku düşünceleri, anne bilişleri



ABSTRACT

The aim of the study was to examine the effect of mothers on infant sleep in the context of maternal cognitions about infant sleep, maternal behaviours used to settle infants off to sleep (bedtime behaviors) and maternal sensitivity factors. Another aim of the study is to adapt the Maternal Cognitions About Infant Sleep Questionnaire (MCISQ) and Parental Interactive Bedtime Behaviour Scale (PIBBS) scales to be used in the study for the Turkish population. In this regard, the research was conducted in two studies. In the first study (Study 1), validity and reliability studies of the Maternal Cognitions About Infant Sleep Questionnaire (MCISQ) and Parental Interactive Bedtime Behaviour Scale (PIBBS) scales were conducted for the Turkish population. The sample of the study consisted of 321 mothers who had at least one child between the ages of zero and three. The Demographic Information Form, which includes the mother's basic information, the Maternal Cognitions About Infant Sleep Questionnaire (MCISQ) and Parental Interactive Bedtime Behaviour Scale (PIBBS) were administered to the mothers. In addition, the Parental Attitude Scale (PAS) and the Maternal Sensitivity Scale (MSS) were given to the mothers to be used in validity and reliability analyses. The data collection process of the study was carried out online. As a result of the adaptation studies, both the Maternal Cognitions About Infant Sleep Questionnaire (MCISQ) and Parental Interactive Bedtime Behaviour Scale (PIBBS) scales are valid and reliable for the Turkish population. In the second study (Study 2), the effect of maternal cognitions on infant sleep problems; the mediating role of mothers' bedtime behaviors on this effect was examined. Additionally, the moderating effect of maternal sensitivity on the relationship between mothers' bedtime behaviors and infant sleep problems was discussed. The sample of the research consists of 208 mothers who have at least one child between the ages of zero and three. During the data collection process of the study, mothers were given the Demographic Information Form which includes the mother's basic information; the Maternal Sensitivity Scale (MSS) to determine the mother's sensitivity level; the Maternal Cognitions About Infant Sleep Questionnaire (MCISQ) which determines the mother's cognitions about infant sleep and the Parental Interactive Bedtime Behaviour Scale (PIBBS) which determines the mother's behaviours used to settle infants off to sleep. Additionally, the Brief Infant Sleep

Questionnaire (BISQ) was used to detect infant sleep problems. The data collection process of the study was carried out online. As a result of the analyses, it was revealed that the total score of the maternal cognitions about infant sleep predicted the total score of parental interactive bedtime behavior in a statistically significant way. It has also been found that maternal cognitions about infant sleep predict infant sleep problems. However, it was observed that parental bedtime behavior did not play a mediating role in this relationship. On the other hand, no moderating effect of maternal sensitivity was found in the relationship between parental bedtime behavior and infant sleep problems.

Key Words: infant sleep habits, sleep attitudes, sleep disorders, sleep habits, maternal sensitivity, bedtime behaviors, sleep cognitions, maternal cognitions

ÖNSÖZ

Bu çalışmada bebeklerin uyku sürecinde etkili olduğu düşünülen anne ile ilişkili faktörler incelenmiştir. Çalışma sonucunda elde edilen bulguların alanda yapılacak yeni araştırmalara katkıda bulunmasını temenni ederim.

Gerçekleştirilen çalışma boyunca bilgi birikimi ve tecrübeleri ile her zaman yanımda olan, çözüm odaklı ve içten yaklaşımıyla süreç boyunca ihtiyaç duyduğum ilgi ve desteği hiçbir zaman esirgemeyen, akademik duruşunu ve motivasyonunu kendime örnek aldığım danışman hocam Sayın Prof. Dr. T. Gül ŞENDİL'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Tez komitemde yer alarak önerilerini dile getiren ve tezimin nihai haline bürünmesini sağlayan Sayın Dr. Öğr. Üyesi Ayşe KAYNAK ve Dr. Öğr. Üyesi Duygu AKYÜZ hocalarıma teşekkürlerimi sunarım.

Bu araştırmaya katılarak katkı sağlayan bütün annelere ve o annelere ulaşmamda desteğini benden esirgemeyen Sayın Opr. Dr. Şükran AKALIN hocama teşekkür ederim.

Bu süreçte yardımlarını, önerilerini ve duygusal desteklerini eksik etmeyen; dertlerime ortak olan değerli meslektaşlarıma ve arkadaşlarıma teşekkür ederim.

Beni bugünlere getiren, olduğum kişi olmamı sağlayan, sevgiyle büyüten aileme çok teşekkür ederim.

Son olarak hayatımın her alanında olduğu gibi bu süreçte de bana inanan, cesaret veren, yanımda duran, stresimi kaygımı alıp dönüştüren kıymetli eşim Abdulkerim YAVUZ'a ve hem hayatıma hem de tez sürecime bambaşka anlam katan biricik oğlum Kerem YAVUZ'a çok teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
TEZ ONAY SAYFASI.....	ii
BEYAN	iii
ÖZ	iv
ABSTRACT.....	vi
ÖNSÖZ	viii
İÇİNDEKİLER	ix
GİRİŞ	1
1.1. Bebek Uykusu Üzerinde Etkili Ebeveyn Faktörleri	2
1.2. Ebeveynin Uykuya Dair Bilişleri, Uyum Davranışı ve Bebek Uykusu.....	4
1.3. Bağlamsal Ebeveynlik Modeli, Ebeveynin Uykuya Dair Bilişleri ve Uyum Davranışı.	7
1.4. Anne Duyarlılığı ve Bebek Uykusu.....	9
1.5. Mevcut Çalışma	11
ÇALIŞMA 1	13
YÖNTEM	13
2.1. Katılımcılar	13
2.2. Veri toplama araçları	13
2.2.1. Demografik Bilgi Formu	13
2.2.2. Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi (ABUİBA).....	13
2.2.3. Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği (EEYZDÖ).....	15
2.2.4. Anne Duyarlılığı Ölçeği (ADÖ).....	15
2.2.5. Ebeveyn Tutum Ölçeği (ETÖ)	16
2.3. İşlem.....	16
2.4. Verilerin Analizi	17
BULGULAR	17
3.1. Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketine İlişkin Analizler	18
3.2. Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeğine İlişkin Analizler	23
ÇALIŞMA 2	26

YÖNTEM	26
4.1. Katılımcılar	26
4.2. Veri Toplama Araçları	27
4.2.1. Demografik Bilgi Formu	27
4.2.2. Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi (ABUIBA)	27
4.2.3. Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği (EEYZDÖ)	27
4.2.4. Anne Duyarlılığı Ölçeği (ADÖ)	28
4.2.5. Bebek/Çocuk Uyku Sorunu Kısa Tanılama Formu (BUKF)	28
4.3. İşlem.....	29
4.4. Verilerin Analizi	30
BULGULAR.....	30
5.1. Ön Analizler.....	30
5.2. Hedef değişkenler arasındaki ilişkiler.....	33
5.3. Bağımlı, bağımsız, aracı ve düzenleyici değişken rollerine yönelik analizler.....	35
TARTIŞMA.....	40
6.1. Ölçeklerin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları	41
6.2. Çalışmanın temel değişkenleri arasındaki ilişkiler	45
6.3. Çalışmanın güçlü yönleri ve sınırlılıkları	47
6.4. Sonuç	49
KAYNAKLAR	50
ÖZGEÇMİŞ	55

GİRİŞ

Uyku; bilişsel, duygusal, davranışsal gelişim ve işlevsellik üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Uyku düzeninin oturması ve uyku-uyanıklık kalıplarının oluşması bebeklik döneminde temel gelişimsel görevlerden biridir. Bu dönemde yaygın görülen problemlerin başında uyku sorunları gelmektedir ve birçok ebeveynin bu konuda zorluk yaşadığı bilinmektedir (Gaylor ve diğ., 2005; Mindell, 1999; Sadeh ve diğ., 2007).

Kaliteli uyku, zihinsel gelişimi destekler ve çocuğun gün içinde öğrenme aktivitesini kolaylaştırır (Sadeh ve diğ., 2002; Sadeh, 2007). Kaliteli uyuyan çocukların zihinsel gelişimleri daha iyidir; gündüz daha az sinirlilik hali yaşarlar, aynı zamanda yönetici işlevleri daha gelişmiştir (DeLeon ve Karraker, 2007; Scher, 2005). Öte yandan çocuklukta kronik uyku bozukluğu, gündüz dışa yönelim ve içe yönelim problemleri, uykululuk ve dikkat sorunları ve düşük akademik performans ile bağlantılıdır (El Sheikh ve diğ., 2007; O'Brien ve Gozal, 2004). Çocukluk çağındaki uyku sorunları kronik olma eğilimindedir ve depresyon, anksiyete bozuklukları, aşırı kiloluluk gibi bozuklukların riskini artırır (Kanis ve diğ., 2015). Yapılan bir araştırmada bebeklerin bir yaşındaki gece uyanmalarının, dört yaşındaki uyku düzensizliklerini yordadığı bulunmuştur (Tikotzky ve Shaashua, 2012).

Uyku sorunları sadece çocuğu olumsuz etkilemekle kalmaz, aileyi de etkiler. Literatürde annelerin uyku kalitesinin, çocuğun uyku kalitesi ile belirlendiğine dair bulgular vardır (Kanis ve diğ., 2015). Ayrıca Lam ve diğerlerinin 2003'te yaptığı çalışmada, çocuğun uyku durumunun annenin psikolojik durumunu etkilediği görülmüştür. Çalışmanın sonuçları uyku güçlüğü çeken çocukların annelerinin, sağlıklı çocukları olanlardan daha depresif olduğunu göstermiştir. Tüm bu olumsuz sonuçlara yol açabilen uyku bozukluklarının okul öncesi dönem boyunca görülme oranı yaklaşık olarak %20-45 olarak bilinmektedir (Tyler ve diğ., 2019). Görüldüğü üzere, uyku problemleri gerek çocuk gerekse aile için ciddi sonuçlara yol açabilmekte; hem çocukları, hem de aileleri etkilemektedir. Bu nedenle uyku sorunlarına yol açan etmenlerin anlaşılması büyük önem arz etmektedir.

Bebeklerin uyku durumları üzerinde etkili olan faktörler incelendiğinde uyku durumu üzerinde ebeveyn etkisinin ön plana çıktığı görülmektedir ve mevcut çalışmalarda bebek uyku durumlarında ebeveyn faktörü incelenmiştir (Philbrook ve

Teti, 2016). Çalışmaların sonucunda, ebeveynlerin çocuklarıyla kurdukları ilişki ve onlarla geçirdikleri vakit, ebeveynlik tarzları, bakım verme şekli, kendi psikolojik durumları (depresyon, kaygı v.b.), uyuma ve uyutma davranışları, duyarlılık seviyeleri ve özerkliği destekleme düzeyleri, uykuya dair bilişleri gibi değişkenlerin bebeklerin uyku durumları üzerinde etkili olduğu görülmektedir (Bordeleau ve diğ., 2012; Gözün-Kahraman ve Ceylan, 2018; Lozoff ve diğ., 1985; Morrell, 1999; Nevarez ve diğ., 2010; Owens-Stively ve diğ., 1997; Philbrook ve Teti, 2016; Ragni ve diğ., 2019; Roberts ve diğ., 2020; Tyler ve diğ., 2019).

Bu tez çalışmasında ise bebek uyku sorunları, annelerin uykuya dair bilişleri ve uyutma davranışları arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca annelerin uyutma davranışı ile bebek uyku sorunları arasındaki ilişkide anne duyarlılığının düzenleyici rolü ele alınmıştır. Öte yandan çalışmada kullanılan ölçeklerin Türk popülasyonu için geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır.

Bebeklerin uyku durumları üzerinde yapılan çalışmaların oldukça kapsamlı olması sebebiyle bölümün devamında bebek uykusu üzerinde etkili ebeveyn faktörleri, ebeveynlerin uykuya dair bilişleri ve uyutma davranışları, bağlamsal ebeveynlik modeli, anne duyarlılığının uyku üzerindeki etkisi hakkında güncel literatüre yer verilecektir. Ardından mevcut çalışmadan bahsedilecektir.

1.1. Bebek Uykusu Üzerinde Etkili Ebeveyn Faktörleri

Bebeklerin uyku alışkanlıklarında gelişim süreci boyunca değişiklikler görülür (Gözün-Kahraman ve Ceylan, 2018). Bu uyku alışkanlıklarını ve uyku düzenini etkileyerek uyku problemlerine sebep olan çeşitli kalıtsal ve çevresel etmenler vardır. Uyku süreci, hem biyolojik faktörlerden hem de bakım ortamından etkilenir (Tyler ve diğ., 2019).

Yaşamın ilk yıllarında, bebekler uyum ve düzenleme için ebeveynlerine (bakım verene) ihtiyaç duyarlar. Zamanla bu beceriler bakım verenden bebeğe geçer ve bebek uyum sağlayabilen, kendisini düzenleyebilen ve rahatlatabilen konuma geçer. Bakım verenler, bebeklerin biyolojik ritimlerinin dış düzenleyicileri olarak hareket eder; bebeklerin kendi kendini düzenleme kapasitelerini geliştirir ve dolayısıyla uyku sürecinin düzenlenmesini kolaylaştırır ve çocuklarının sağlıklı uyku düzeni geliştirmelerinde önemli bir rol oynarlar (Alidort, 2016; Anders, 1994; Philbrook ve Teti, 2016).

Literatürde çocukların uyku sürecinde ebeveynlerin etkisini gösteren çeşitli bulgular vardır. Anders'e (1994) göre bebeklik döneminde uykunun düzenlenmesi ebeveyn çocuk etkileşimlerine özellikle duyarlıdır. Uyku ve uyanıklık düzeni, yapısal faktörler ile çocuğun çevresi, özellikle de bakım aldığı ortam arasındaki sürekli etkileşimi yansıtır (Anders, 1994). Küçük çocukların uyku durumlarında ebeveyn-çocuk etkileşimleri özellikle önem arz etmektedir (Tyler ve diğ., 2019). Bordeleau ve diğerleri (2012), ebeveyn-çocuk etkileşimlerinin bebek uykusu üzerindeki etkisini boylamsal olarak inceledikleri çalışmada, 70 anne ve çocuk çiftiyle çalışmıştır. Çalışmada annenin davranışı; duyarlılık seviyesi, bilinçli farkındalık ve özerklik desteği olmak üzere üç boyutta ele alınmış ve çocuklar 12 ve 15 aylıkken ölçülmüştür. Ardından bebekler 18 aylık olduğunda 70 çocuktan 41'inin babası ile etkileşimi laboratuvar ortamında gözlenmiştir. Ayrıca bebeklerin uyku kaliteleri, gece uyanma sıklıkları ve toplam uyku süreleri olmak üzere iki boyutta incelenmiştir. Ebeveyn etkileşimlerinin bebeğin uykusu üzerindeki uzun vadeli sonuçlarına ulaşabilmek amacıyla uyku kaliteleri çocuklar 12, 18, 36 ve 48 aylıkken olmak üzere toplam dört defa değerlendirilmiştir. Çalışmanın sonucunda, ebeveyn-çocuk etkileşiminin, kalitesinin, bebeğin kaliteli uykusu ile ilişkili olduğu ve daha yüksek anne duyarlılığı ve özerklik desteğinin yanı sıra daha kaliteli baba-çocuk etkileşiminin, bebekte görülen daha uzun süre gece uykusu ile ilişkili olduğu görülmüştür (Bordeleau ve diğ., 2012). Başka bir araştırmada, doğumdan sonraki ilk altı ay boyunca belirli aralıklarla incelenen bebeklerin yatmadan önce anneleri ile vakit geçirdiklerinde uykuya dalmada daha az zorluk yaşadıkları ve daha uzun süre uyudukları görülmüştür (Philbrook ve Teti, 2016).

Öte yandan bu bulguların aksine yapılan bazı çalışmalarda uykuya dalma sürecinde ve gece boyunca ebeveyn varlığının uykuyu olumsuz etkilediği ve bebeğin gece boyunca daha sık uyanmasına sebep olduğu belirlenmiştir. Bebeklerin, sürekli ebeveynleri yanındayken uykuya daldıklarında, kendi başlarına uyumayı öğrenemeyecekleri dolayısıyla uykuyu sürdürmede daha fazla problem yaşayacakları belirtilmektedir (Cronin ve diğ., 2008; Sadeh ve diğ., 2010).

Ebeveynlerin bebek bakımında uyguladıkları yöntemler de çocuğun uykusunu etkilemektedir. Bir araştırmada, ek gıdaya erken başlanması, bebeklerin erken yaşta ekrana maruz bırakılması uyku süreleri ile ilişkili bulunmuştur (Nevarez ve diğ., 2010).

Ayrıca çocuğun annesiyle, babasıyla ya da bir başkasıyla yatağını paylaşmasının da uyku sürecini olumsuz etkilediği görülmüştür (Gözün-Kahraman ve Ceylan, 2018).

Uyku üzerinde etkili olduğu düşünülen faktörlerden birisi de ebeveynlik tarzıdır. Yapılan çalışmalarda ebeveynlik tarzının, çocuğun uyku düzeni, süresi ve kalitesine etki ettiği görülmüştür (Lozoff ve diğ., 1985; Owens-Stively ve diğ., 1997). İhmalkar ebeveynlik tarzı, daha fazla uyku sorunu yaşanmasıyla ilişkili bulunmuştur (Owens-Stively ve diğ., 1997).

Bebeğin uykusunu etkileyen ebeveynlerle ilgili etmenlerden bir diğeri ebeveynin psikolojik durumudur. Ebeveynlerin akıl sağlığının, kaygı durumlarının ve gösterdikleri depresif belirtilerin çocukların uyku durumlarını ve alışkanlıklarını etkilediği görülmüştür (Roberts ve diğ., 2020; Tyler ve diğ., 2019). Ebeveynlerin psikososyal işlevselliği de bebeklerin uykusunu etkilemektedir (Ragni ve diğ., 2019).

Bu araştırmalar, bebeğin uyku davranışı üzerinde ebeveyn etkisinin önemini göstermektedir. Özetle, ebeveynler bebeğin uyku davranışını; kendi psikolojik durumları, ebeveynlik tutumları, çocukları ile kurdukları ilişki, uyuma alışkanlıkları ve uyutma davranışı gibi faktörler ile etkilemektedirler. Bu nedenle ebeveynlerin bebeğin uykusu üzerindeki etkisi birçok açıdan yeniden ele alınmalı ve tespit edilmelidir.

1.2. Ebeveynin Uykuya Dair Bilişleri, Uyutma Davranışı ve Bebek Uykusu

Bebeğin uykusuna dair teorik modeller; içsel, dışsal ve çevresel faktörler arasındaki çift yönlü ve karmaşık etkileşimden bahsetmektedir. Bu modellerde tanımlanan önemli bir faktör 'ebeveyn bilişleridir'. Bilişler; ebeveynlerin düşünceleri, duyguları, inançları veya tutumları olarak tanımlanmaktadır (Cook ve diğ., 2022). Uykuya dair bilişler ise ebeveynlerin çocuğun uykusuna dair düşüncelerini, endişelerini ve korkularını içeren algılar, tutumlar ve inançlardır (Knappe ve diğ., 2020).

Ebeveynlerin uykuya dair bilişlerinin bebek uykusu üzerinde etkili olduğunu gösteren çalışmalar vardır. Morrell (1999), annenin sınır belirlemenin zorluğuna ilişkin bilişi, ebeveynlik yeterliliğine ilişkin artan şüpheleri ve bebeğin taleplerine karşı artan öfkesi ile bebek uyku sorunlarının ilişkili olduğunu bulmuştur. Bu çalışmadan bir yıl sonra yapılan bir takip çalışmasında ise annenin sınır koyma konusundaki bilişinin uyku sorunlarıyla en ilişkili iki faktörden biri olduğu belirtilmiştir (Morrell ve Steele, 2003). Başka bir araştırmada Sadeh ve diğ. (2007), bebek uykusu ile ebeveynlerin uykuya

dair bilişleri arasındaki ilişkileri klinik ve kontrol gruplarında değerlendirmiştir. Bu çalışmada tüm bebeklerin uykuları bir hafta boyunca hem aktigrafiye dayalı objektif ölçümlere hem de ebeveyn bildirimine bağlı olarak değerlendirilmiştir. Ayrıca hem annelerin hem de babaların bebek uykusu hakkındaki bilişleri incelenmiştir. Sonuçta iki grup arasında ebeveyn bilişleri açısından önemli grup farklılıkları olduğu görülmüştür. Uyku sorunu yaşayan bebeklerin ebeveynlerinin, kontrol grubundaki ebeveynlere göre sınır belirleme konusunda daha fazla endişe ve zorluk yaşadıkları bildirilmiştir (Sadeh ve diğ., 2007). Benzer şekilde bebek uykusu ile ebeveynlerin uykuya dair bilişleri arasındaki ilişkilerin incelendiği, Tikotzky ve Sadeh (2009) tarafından yapılan araştırmada 85 anne hamilelik döneminden itibaren çalışmaya alınmıştır. Annelerin uykuya dair bilişleri hem hamilelik esnasında hem de bebekleri bir, altı ve on iki aylıkken ölçülmüştür. Ayrıca bu aylarda bebeklerin uyku durumları da değerlendirilmiştir. Sonuçta annenin uykuya dair bilişlerinin bebeğin uykusunu etkilediği ve bu etkide annenin yatıştırıcı davranışının aracı rol üstlendiği görülmüştür.

Bebek uykusu ile ilişkili bulunan bir diğer faktör ise ebeveynlerin uyutma davranışlarıdır. Ebeveynlerin uyutma davranışları, bebekleri uykuya yatırmak için ebeveyn tarafından uygulanan davranışlar olarak tanımlanmaktadır (Morrell ve Cortina-Borja, 2002). En sık uygulanan uyutma davranışları çocuğu beslemek, onunla yumuşak bir şekilde konuşmak, ona sarılmak ve onu okşamak olarak belirlenmiştir. Öte yandan bu davranışlar Morrell ve Cortina-Borja (2002) tarafından aktif fiziksel rahatlatma, özerkliği destekleme, hareket, pasif fiziksel rahatlatma ve sosyal rahatlatma olmak üzere beş strateji altında gruplandırılmıştır ve fiziksel rahatlatma ile özerkliği destekleme davranışları uyku sorunları ile ilişkili bulunmuştur. Benzer şekilde Sadeh ve Anders de (1993) uyutma sürecinde ebeveyn tarafından uygulanan aşırı fiziksel rahatlatma davranışının çocuk uyku sorunuyla doğrudan ilişkili olduğunu belirtmiştir. Öte yandan çocuğun uyuma sürecinde artan ebeveyn katılımı ile çocuk uyku problemleri arasındaki ilişkiyi gösteren birçok çalışma bulunmaktadır. Sadeh ve diğerleri (2010), yatma vaktindeki ebeveyn-çocuk etkileşimleri, ebeveynin yatıştırma ve sınır koyma stratejileri gibi davranışlarının bebek uyku değişkenleriyle ilişkisini incelemiştir. Geceleri aktif ebeveyn katılımı ve bebeği aşırı rahatlatma davranışı, bebeklerde ve küçük çocuklarda uykuya başlama güçlükleri ve gece uyanma sorunlarıyla ilişkilendirilmiştir. Diğer çalışmalar uykuya geçiş sürecinde ve uyku

sırasında ebeveyn varlığının, bebeklerin daha sık gece uyanmasıyla ilişkili olduğunu bulmuştur. Özellikle, besleme veya birlikte uyuma gibi bebekle temas halinde geçirilen sürenin uzunluğu, daha sık ve daha uzun gece uyanmaları ile ilişkilendirilmiştir (Burnham ve diğ., 2004; Cronin ve diğ., 2008; Mao ve diğ., 2016). Buna karşılık, minimum ebeveyn yardımı ve bebeklerin özerkliğinin teşviki, daha kesintisiz uyku ile ilişkili bulunmuştur (Sadeh ve diğ., 2010). Görüldüğü üzere önceki araştırmalar ebeveyn uyutma davranışlarının, bebeklerin gece uykusunu etkilediğini göstermektedir. Ancak literatür incelendiğinde bu alanda ülkemizde yapılan çalışmaların yetersiz olduğu görülmektedir. Dolayısıyla ebeveynlerin uyutma davranışlarının bebek uykusu üzerinde etkisinin ve bu davranışları belirleyen faktörlerin incelenmesi önemlidir.

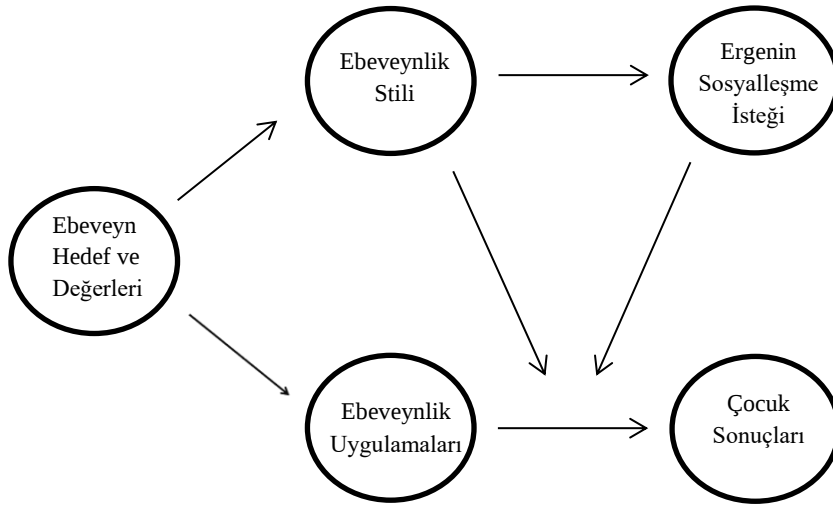
Ebeveynlerin uyutma davranışlarının, bebeğin içsel faktörlerinden (örneğin mizaç) ve ebeveyn psikopatolojisi gibi sosyo-duygusal durumlardan etkilendiği bilinmektedir (Zreik ve diğ., 2021). Uyutma davranışını etkileyen faktörlerden biri de ebeveynin uykuya dair bilişleridir. Ebeveyn bilişlerinin, ebeveynlerin uyutma sürecinde nasıl davrandığını ve çocuklarının uykusuna nasıl tepki verdiklerini yönlendirebileceği ileri sürülmüştür (Cook ve diğ., 2022; Zreik ve diğ., 2021). Klinik deneyimler; birçok ebeveynin, uyku sürecinde kendi katılımlarını azaltmayı çocuğa karşı duyarsızlık, ihmalkârlık ya da istismar edicilik olarak algıladıkları için azaltmakta zorlandığını göstermektedir. Bu durum özellikle ebeveynler, bebeklerinin gece ağlamasını bir endişe veya sıkıntı işareti olarak yorumladıklarında görülür. Bu sorunlar, bebek uykusuyla ilgili ebeveyn bilişlerinin, gece boyunca ebeveyn katılımının türünü ve miktarını etkileyebileceğine işaret eder (Tikotzky ve Sadeh, 2009). Daha önce de bahsedildiği gibi Morrell (1999), annenin bebeğin uykusuna dair bilişlerinin, bebeğin taleplerine karşı öfkesinin ve ebeveynlik yeterliliğine ilişkin şüphelerin bebek uyku sorunları ile önemli ölçüde ilişkili olduğunu bulmuştur. Johnson ve McMahon (2008) ise annenin çocuğunun taleplerine karşı koymakta güçlük çekmesi, talepleri karşısında öfke duyması, çaresizlik duyguları ve anne olarak yeterliliğine ilişkin şüpheleri gibi uykuyla ilgili problemli bilişlerin, ebeveynlerin uyku öncesi etkileşimlerindeki varyansın %21'ini açıkladığını bulmuştur.

Özetle, bebek uykusu üzerinde etkili olduğu görülen iki önemli faktör ebeveynin uykuya dair bilişleri ve ebeveyn uyutma davranışlarıdır. Ebeveynin uykuya dair bilişlerinin bebek uykusu üzerinde doğrudan ve dolaylı etkileri bulunmuştur. Ayrıca

yukarıda bahsedilen çalışmalarda görüldüğü üzere ebeveyn uyutma davranışlarının, ebeveynin uykuya dair bilişlerinden etkilendiği ve bilişler ile çocuk uyku sorunları arasındaki ilişkide aracı rol üstlendiği görülmüştür. Ancak uyutma davranışları ile çocuk uyku sorunları arasındaki ilişkide etkili olabilecek faktörlere dair çalışmalar yetersizdir. Bu doğrultuda, ebeveynin uykuya dair bilişleri, ebeveyn uyutma davranışları ve çocuk uykusu arasındaki ilişkiler yeniden ele alınmalıdır.

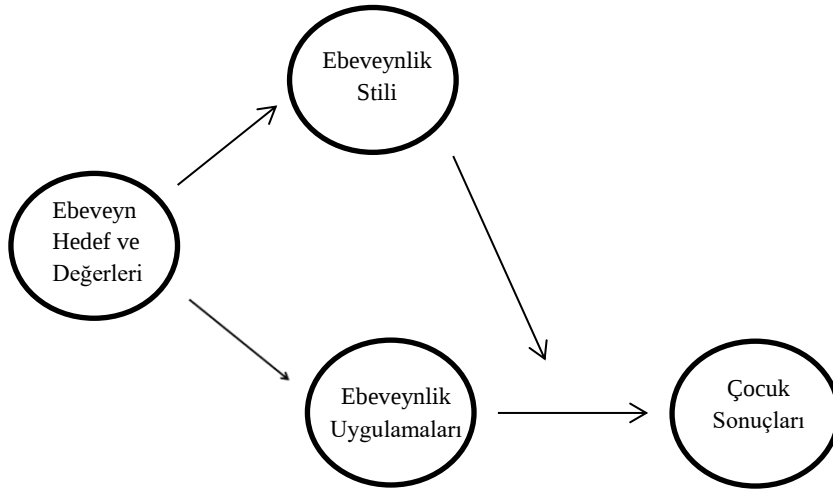
1.3. Bağlamsal Ebeveynlik Modeli, Ebeveynin Uykuya Dair Bilişleri ve Uyutma Davranışı

Ebeveynin uykuya dair bilişleri, uyutma davranışları ve çocuk uykusu arasındaki ilişkiyi ele alırken ebeveynlik uygulamaları ve ebeveynlik tutumları ayırımından bahsetmek yerinde olacaktır. Her ne kadar yerli literatürde birbirleri yerine kullanılsalar da bu kavramlar birbirinden farklıdır (Sümer ve diğ., 2010). Darling ve Steinberg'e (1993) göre ebeveynlik tutumu çocuğun içinde yetiştiği duygusal iklimi ifade ederken, çocuğun sosyalizasyon sürecinde kullanılan belli başlı uygulamalar ebeveynlik uygulamaları olarak tanımlanmaktadır. Ebeveynlik tutumları, ebeveynlerin çocuk yetiştirmeye ilişkin tutum, inanç, davranış ve beklentilerini kapsamaktadır ve tüm kültürlerde çocukların sosyalleşme süreçlerini açıklayan temel dinamik olarak görülmektedir. Darling ve Steinberg (1993), ebeveynlik tutumlarının, ebeveynlerin çocuklarına aşlamak istedikleri değerleri aktarma başarısını etkileme olasılığından bahseder ve farklı otorite kullanım yöntemlerinin çocuklar üzerinde farklı sonuçlara yol açacağını belirtir. Darling ve Steinberg'in (1993) modeline göre ebeveynlik uygulamaları; ebeveyn hedef ve değerlerinin çocuk sonuçlarına etkisinde aracı rol oynar. Yani ebeveyn hedef ve değerleri; çocuk sonuçlarını ebeveynlik uygulamaları aracılığıyla etkiler. Ebeveynlik stili ise ebeveynlik uygulamalarının çocuk sonuçlarına etkisi üzerinde düzenleyici bir etkiye sahiptir.



Şekil 1: Bağlamsal Ebeveynlik Modeli (Darling ve Steinberg, 1993).

Darling ve Steinberg'in (1993) modeli yukarıda görüldüğü gibidir. Ancak çalışmada bu modelde yer alan "Ergenin Sosyalleşme İsteği" faktörü ele alınmadan, modelin diğer değişkenleri kullanılmıştır. Çalışmada temel alınan model aşağıdaki gibidir.



Şekil 2: Bağlamsal Ebeveynlik Modeli – Çalışmada kullanılan kısım.

Çalışmayı modele uyarladığımızda annenin uykuya dair bilişlerinin, ebeveyn hedef ve değerlerine; annenin uyutma davranışının ise ebeveynlik uygulamalarına

karşılık geldiği görülmektedir. Bu bağlamda annenin uykuya dair bilişlerinin (ebeveyn hedef ve değerleri), bebek uyku sorunları (çocuk sonuçları) üzerinde etkili olması beklenmektedir. Bu etkide, annenin uyutma davranışının (ebeveynlik uygulaması) aracı rol oynadığı düşünülmektedir. Öte yandan annenin uyutma davranışı (ebeveynlik uygulaması) ile bebek uyku sorunları (çocuk sonuçları) arasında ebeveynin çocuk yetiştirmeye ilişkin davranışlarını içeren ve çocuğun yetiştiği duygusal ortamı ifade eden ebeveynlik stiline düzenleyici rolü olduğu öngörülmektedir.

1.4. Anne Duyarlılığı ve Bebek Uykusu

Doğrudan uykuya ilgili ebeveyn davranışlarına ek olarak, tüm ebeveyn çocuk etkileşimleri çocukların uykusu üzerinde potansiyel bir etkiye sahiptir. Bu etkileşimler anne-çocuk bağlanma güvenliğini ve buna karşılık gelen anne davranışını, yani anne duyarlılığını da içerir. Anne duyarlılığı, bebek ipuçlarını anında ve uygun şekilde algılama ve bunlara uygun yanıt verme kapasitesi olarak tanımlanır (Tétreault ve diğ., 2017). Duyarlılığı yüksek anneler, çocuklarından gelen sinyalleri doğru okur ve olumlu ve tutarlı bir şekilde tepki verirler (Tétreault ve diğ., 2017). Bu tepkilerin, öz düzenleme kapasitelerinin temelini destekleyen bebek duygulanımının dış düzenlemesini sağladığı düşünülmektedir (Parade ve diğ., 2019).

Duyarlılık, çocukların çevreleri üzerindeki kontrol duygularının ve duygusal güvenliğinin gelişimini olumlu etkiler (Baumwell ve diğ., 1997), bu da uyku saatine özgü ayrılık, karanlık gibi nedenlerden kaynaklanan strese uyumu kolaylaştırır. Öte yandan duygusal güvensizlik yaşayan çocuk, yatağa yatırıldığında bakıcılarından ayrılma konusunda endişe duyabilir. Bu endişe çocuğun uykuda kalmasını zorlaştırır (Keller ve El Sheikh, 2011) ancak yüksek anne duyarlılığı çocukta duygusal güvenliğini sağladığından çocuğun uykusunu başlatma ve sürdürmesini de kolaylaştıracaktır (Tétreault ve diğ., 2017). Bu yanılla anne duyarlılığının, bebek uyku sorunları üzerinde etkili olacağı düşünülmektedir.

Literatürde çocuk uykusu ile anne duyarlılığı arasındaki ilişkiyi araştıran az sayıda çalışma vardır ve bu çalışmaların sonuçları tutarsızdır. Örneğin, Scher (2001), bir yaşındaki bebeklerde anne duyarlılığı ile uyku arasında bir ilişki bulamamıştır. Bates ve diğerlerinin (2002), dört-beş yaş çocuklarıyla yaptığı çalışmada, benzer sonuçlar bildirmiştir.

Bu çalışmaların aksine anne duyarlılığı ve uyku arasında anlamlı ilişkiler bulan çalışmalar da vardır. Tikotzky ve Sadeh 2009 yılında bir yaşında bebekler ile yaptıkları çalışmada yüksek anne duyarlılığı seviyelerinin, daha fazla gece uyanması ile ilişkili olduğunu gözlemlemiştir. Weinraub ve arkadaşları da (2012), benzer şekilde daha yüksek anne duyarlılığı düzeylerinin, daha fazla gece uyanmasıyla ilişkili olduğunu gözlemlemiştir. Öte yandan bu çalışmalardan farklı olarak duyarlılığın uyku üzerinde olumlu etkilerini gösteren çalışmalar mevcuttur. Örneğin, Bell ve Belsky (2008), okul çağındaki çocuklarda daha yüksek anne sıcaklığı ve duyarlılığı ile daha iyi uyku arasında bir ilişki bulmuştur. Priddis (2009), uyku kalitesi daha iyi olan 7-18 aylık bebeklerin annelerinin duyarlılığının daha yüksek olduğunu gözlemlemiştir. Teti ve diğerlerinin (2010), 1-24 aylık bebekler ve anneleriyle yaptığı çalışma, yatma zamanında annenin daha fazla duyarlılığının bebeklerin gece uyanma sıklığı ve annelerin bebeklerinin uyku güçlüğüne dair algısıyla ters orantılı olduğunu göstermiştir. Bordeleau ve diğerleri (2012), bebekler bir yaşındayken değerlendirilen anne duyarlılığının, üç ve dört yaşlarında çocukların uyku bütünleşmesi (gece uykusunun yüzdesi) ile pozitif ilişkili olduğunu bulmuştur, öte yandan anne duyarlılığı ile çocukların gün içindeki toplam uyku süresi arasında bir ilişki bulunamamıştır. Philbrook ve Teti, 2016 yılında yaptıkları çalışmada, doğumdan sonraki altı ay objektif ölçümler yapmış ve annelerin uyku vaktinden önce daha duyarlı ve çocuklarına karşı duygusal açıdan daha açık olduklarında bebeklerinin gece boyunca daha fazla uyuduğunu bulmuştur. Tétreault ve diğerleri (2017), anne duyarlılığı ile çocukların uyku bütünleşmesi (gece uykusunun yüzdesi) arasında iki, üç ve dört yaşlarında anlamlı pozitif ilişkiler ortaya koyarken, 12 ve 18 aylık değerlendirmelerde anlamlı bir ilişki bulamamışlardır.

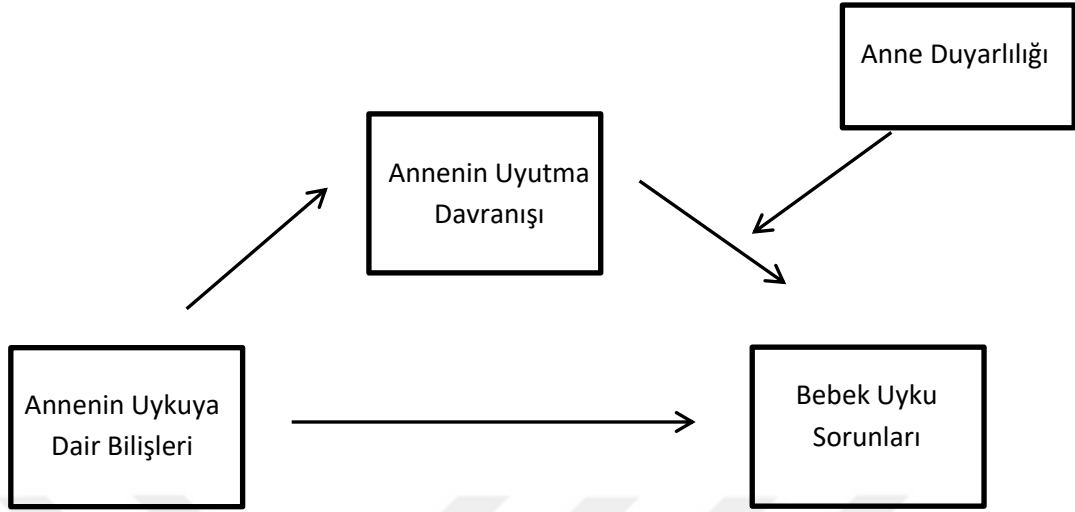
Görüldüğü üzere anne duyarlılığının çocuk uykusu üzerindeki etkisine dair çalışmaların sonuçları tutarsızdır. Bu durum anne duyarlılığının, çocuk uykusu üzerinde doğrudan etkisi dışında farklı mekanizmalarla etkili olabileceğini düşündürmektedir. Öte yandan literatürde anne davranışlarının çocuk üzerindeki etkisinde anne duyarlılığının düzenleyici rolünü gösteren çalışmalar vardır (Alink, ve diğ., 2009; Burchinal ve diğ., 2014). Bu çalışmalar ve Darling ve Steinberg'in modeli göz önünde bulundurulduğunda anne duyarlılığının, annenin uyutma davranışları ile bebek uykusu arasındaki ilişkide düzenleyici rol üstleneceği öngörülmektedir.

1.5. Mevcut Çalışma

İncelenen literatür bağlamında çocukların uyku durumlarında ebeveynlerin çeşitli faktörler aracılığıyla etkili olduğu görülmektedir. Ebeveynlerin uyutma davranışları, kendi psikolojik durumları, ebeveynlik tutumları, uykuya dair bilişleri, çocuklarıyla etkileşimleri ve duyarlılık seviyeleri bu faktörlerden bazılarıdır.

Darling ve Steinberg'in (1993) modeli ve ilgili literatür göz önünde bulundurulduğunda, ebeveynin uyutma davranışının; çocuğun uykusuna dair düşünceleri, endişeleri ve korkuları içeren algılar, tutumlar ve inançlardan yani ebeveynin uykuya dair bilişlerinden etkilendiği düşünülmektedir. Yine ilgili literatüre bakıldığında ebeveynin uykuya dair bilişleri ve çocuk uyku durumları arasındaki ilişkinin incelendiği az sayıda çalışma bulunmaktadır (Alidort, 2016; Johnson ve McMahon, 2008; Knappe ve diğ., 2020; Morrell, 1999; Sadeh ve diğ., 2007; Tikotzky ve Sadeh, 2009; Tikotzky ve Shaashua, 2012; Zreik ve diğ., 2021). Öte yandan anne duyarlılığının, annenin uyutma davranışı ile çocuk uykusu arasındaki ilişkiye etkisini araştıran herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Anne duyarlılığının bebek uykusu üzerindeki etkisinin araştırıldığı az sayıda çalışmada ise yukarıda açıklandığı üzere sonuçlar birbiriyle tutarsızdır (Bates ve diğ., 2002; Bell ve Belsky, 2008; Bordeleau ve diğ., 2012; Philbrook ve Teti, 2016; Priddis, 2009; Scher, 2001; Teti ve diğ., 2010; Tétreault ve diğ., 2017; Tikotzky ve Sadeh, 2009; Weinraub ve diğ., 2012). Tüm bunlar bu alanda yapılacak yeni çalışmaların gerekliliğine işaret etmektedir.

Bu doğrultuda mevcut çalışmanın temel amacı annelerin uykuya dair bilişlerinin, bebek uyku sorunları üzerindeki etkisini ve bu etkide annelerin uyutma davranışının aracı rolünü incelemektir. Ayrıca annelerin uyutma davranışı ile çocuk uyku sorunları arasındaki ilişkide anne duyarlılığının düzenleyici etkisinin incelenmesi hedeflenmektedir. Çalışma modeli aşağıda belirtilmiştir.



Şekil 3: Çalışmanın modeli.

Literatür incelendiğinde annenin bebek uykusuna dair bilişlerini ve ebeveyn etkileşimli uyutma davranışını değerlendiren, Türk popülasyonunda geçerlik güvenirlik çalışmaları yapılmış herhangi bir ölçeğe rastlanmamıştır. Bu nedenle çalışmanın bir diğer amacı da bu çalışmada kullanılacak olan Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi (ABUİBA) ve Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği'nin (EEYZDÖ) Türkçe'ye uyarlamasını yapmaktır.

Araştırma, iki çalışma halinde yürütülmüştür. Birinci çalışmada, araştırmada kullanılacak olan Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi (ABUİBA) ve Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği'nin (EEYZDÖ) Türkçe'ye uyarlaması yapılmıştır. İkinci çalışmada ise araştırmanın temel amacı doğrultusunda annelerin uykuya dair bilişlerinin, bebek uyku sorunları üzerindeki etkisi ve bu etki üzerinde annelerin uyutma davranışının aracı rolü; annelerin uyutma davranışı ile bebek uyku sorunları arasındaki ilişkide ise anne duyarlılığının düzenleyici etkisi incelenmiştir.

Metinde çalışmalar; Çalışma 1 ve Çalışma 2 başlıkları altında ayrı ayrı anlatılacak; tartışma kısmında ise birlikte ele alınacaktır.

ÇALIŞMA 1

Bu çalışmanın amacı, ikinci çalışmada kullanılacak olan Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi (ABUİBA) ve Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği'nin (EEYZDÖ) Türk popülasyonu için uyarlama çalışmalarını yapmaktır.

YÖNTEM

2.1. Katılımcılar

Bu çalışmanın örneklemini, 0-3 yaş arası en az bir çocuğu olan 321 anne oluşturmaktadır. Annelerin yaşları 22-47 arasında ($\bar{x}=31.04\pm4.38$ yıl) değişmektedir. Katılımcılara, uygunluk prensibi doğrultusunda, kadın doğum uzmanları, hamilelik eğitim grupları, yeni ebeveynlerin tanıştığı sosyal medya platformları (doğuma hazırlık eğitimi grubu, emzirme grubu, yeni anneler grubu vb.), sosyal çevre ve kreşler aracılığıyla ulaşılmıştır.

2.2. Veri toplama araçları

Çalışmada annelere, Demografik Bilgi Formu, Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi (ABUİBA) ve Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği (EEYZDÖ) ölçekleri uygulanmıştır. Ayrıca, geçerlilik güvenirlik analizlerinde kullanılmak üzere annelere Ebeveyn Tutum Ölçeği (ETÖ) ve Anne Duyarlılığı Ölçeği (ADÖ) uygulanmıştır.

2.2.1. Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların yaş, eğitim durumu, medeni durum, sosyo-ekonomik düzey, evdeki oda sayısı, katılımcıların ve bebeklerinin psikolojik/fizyolojik durumları vb. bilgileri belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Üçü açık uçlu, dokuzu çoktan seçmeli olmak üzere 12 sorudan oluşmaktadır.

2.2.2. Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi (ABUİBA)

Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi (ABUİBA); orijinal adıyla Maternal Cognitions About Infant Sleep Questionnaire (MCISQ), Morrell (1999) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, annelerin bebeklerin uykusuna dair bilişlerini beş alt boyutta

değerlendirmektedir. Bu alt boyutlar; sınır koyma, öfke/hiddet, şüphe, besleme ve güvenlidir. Sınır koyma alt boyutu annenin çocuğun isteklerine karşı koyma derecesini ölçer, bu alt boyuttan alınan yüksek puanlar daha düşük sınır koymayı göstermektedir. Öfke/hiddet alt boyutundan alınan yüksek puanlar ise yüksek öfke, pişmanlık, çaresizlik duygularına işaret etmektedir. Şüphe alt boyutunda ise yüksek puan ebeveynlikten şüphe duyulduğunu göstermektedir. Besleme alt boyutunda yüksek skor annenin çocuğun gece acıkmasına dair korkusunu ifade etmektedir. Son olarak, güvenlik alt boyutundan alınan yüksek skor beşik ölümüne dair abartılı düşünceleri göstermektedir.

Ölçek maddeleri, Daws'ın (1989) Gece Boyunca kitabındaki vakalardan yararlanılarak oluşturulmuştur. Daws (1989), çocukları uyku sorunu yaşayan çiftlere kısa süreli psikodinamik psikoterapi uygulamaktadır ve davranışsal sorunlardan ziyade duygusal ve bağlanma sorunlarına odaklanır. Bu nedenle kitabın, bebek uyku sorunlarıyla ilişkili anne bilişlerini belirlemek için uygun bir kaynak olduğu düşünülmüştür (Akt., Morrell, 1999).

Ölçek için yirmi yedi madde oluşturulmuş ve "kesinlikle katılıyorum" (5) ile "kesinlikle katılmıyorum" (0) arasında değişen altılı Likert tipi bir ölçekte derecelendirilmiştir. Konsültasyon, tartışma ve maddelerin gözden geçirilmesi Londra'daki Tavistock Kliniğinde bir Bebek Ruh Sağlığı Çalıştayında yapılmıştır. Bu çalışmaya katılanlar arasında çocuk psikoterapisti, psikologlar ve bebek uyku sorunlarının klinik yönetiminde kapsamlı deneyime sahip sağlık çalışanları yer almıştır. Öncelikle 34 anne ile pilot çalışma yapılmış, annelerden anlaşılması zor veya belirsiz olan maddeler hakkında geri bildirim istenmiştir. Bu geri bildirimler sonucu maddeler yeniden düzenlenmiştir. Test-tekrar test güvenilirliğini kontrol etmek amacıyla, ilk uygulamadan bir ay sonra test tekrar 34 anneye uygulanmıştır.

Pilot çalışmanın ardından bazı maddeler çıkartılmış, ölçeğin son halinde 20 madde yer almıştır. Maddeler; yukarıda bahsedilen beş alt boyutta ele alınmıştır. Yapılan analizler sonucunda ölçek maddelerinin iç tutarlılık katsayısı .82 olarak bulunmuştur. Test/tekrar test uygulamaları arasında ise anlamlı korelasyon bulunmuştur (.81, $p < .001$, 2-kuyruklu). Yapı geçerliliği kontrolü için iki grup (bebekleri uyku problemi yaşayanlar/kontrol grubu) karşılaştırılmış ve sınır koyma, öfke, şüphe ve toplam ölçek puanları için gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Besleme ve güvenlik puanları için ise iki grup arasında anlamlı bir

farklılık bulunamamıştır. Yakınsak geçerliliği test etmek amacıyla 59 anneden oluşan bir alt grupta uyku günlüklerinden alınan bileşik puanlar, ABUIBA alt ölçekleri ile karşılaştırılmış ve Pearson korelasyon katsayıları sınır koyma için .52 ($p < .001$), öfke için .39 ($p = .002$), şüphe için .37 ($p = .004$) ve ölçeğin tamamı için .48 ($p < .001$) olarak bulunmuştur. Besleme ve güvenlik alt ölçekleri ise bileşik uyku günlüğü puanlarıyla (sırasıyla .026 ve -.009) hiçbir korelasyon göstermemiştir. Sonuçlar, Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi'nin hem klinik hem de araştırma amaçlı kullanılabilir, geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğunu göstermektedir.

Ölçekte hem alt boyutlar hem de toplam bir anket puanı (tüm alt boyutların toplanmasıyla elde edilen) hesaplanabilir. Daha yüksek puanlar, tüm alt boyutlarda ve toplam puanda artan endişeleri ve şüpheleri temsil eder (Morrell, 1999).

2.2.3. Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği (EEYZDÖ)

Morrell ve Cortina-Borja (2002) tarafından geliştirilmiş olan Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği, orijinal adıyla Parental Interactive Bedtime Behaviour Scale (PIBBS) ebeveynlerin çocuklarını uyuturken kullandıkları stratejileri beşli likert tipi bir ölçekte derecelendirmelerini gerektiren, 19 maddelik bir öz bildirim ölçeğidir. İlk 17 madde sıfır ile dört puan arasında puanlanır, son iki madde puanlamaya dahil edilmez. Ölçeğin ebeveynler tarafından kullanılan farklı stratejileri temsil eden beş alt ölçeği vardır. Bu alt ölçekler; aktif fiziksel rahatlama (örneğin, sarılmak veya okşamak), pasif fiziksel rahatlama (örneğin, bebeği kaldırmadan karyola yanında durmak), hareket etme (örneğin, arabayla gezdirmek), özerkliği destekleme (örneğin, ağlarken bırakma) ve sözel/sosyal rahatlatmadır (örneğin, yumuşak bir şekilde konuşma).

Ölçek, Morrell ve Cortina-Borja tarafından 2002 yılında geliştirilmiş, geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .70 olarak bulunmuştur.

Ölçekte ters puanlanan madde yoktur. Hem alt boyutlar hem de toplam yüzde anket puanı hesaplanır. Daha yüksek toplam puan, uyutmada artan ebeveyn katılımını temsil eder (Morrell ve Cortina-Borja, 2002).

2.2.4. Anne Duyarlılığı Ölçeği (ADÖ)

Güner Algan ve Şendil (Basım aşamasında) tarafından geliştirilen Anne Duyarlılığı Ölçeği, anne duyarlılığını, öz bildirime dayalı olarak beşli likert tipinde ölçek 19

maddelik bir ölçektir. Ulaşılabilirlik/İhmal, Özerklik/Müdahale ve Kabul/Red olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Alt boyutların iç tutarlılık katsayısı, Ulaşılabilirlik/İhmal alt boyutu için .85; Özerklik/Müdahale için .84 ve Kabul/Red için .79 olarak bulunmuştur. Ölçeğin toplam cronbach alfa puanı ise .90 şeklindedir.

Ölçekte ters puanlanan maddeler vardır. Özerklik/Müdahale boyutundan alınan yüksek puanlar çocuğun özerkliğine daha fazla izin verilmesini ifade ederken Ulaşılabilirlik/İhmal boyutundan alınan yüksek puanlar daha fazla ulaşılabilirliği, Kabul/Red boyutundan alınan yüksek puanlar ise daha fazla annelik rolünü kabulü göstermektedir.

2.2.5. Ebeveyn Tutum Ölçeği (ETÖ)

Karabulut Demir ve Şendil (2008) tarafından geliştirilen ölçek, 2-6 yaş arasında çocukları olan ebeveynlerin ebeveynlik tutumlarını ölçmektedir. Ölçek; demokratik (17 madde), otoriter (11 madde), aşırı koruyucu (9 madde) ve izin verici (9 madde) olmak üzere dört alt boyuttan ve 46 maddeden oluşmaktadır.. Ölçek beşli likert tipinde olup, “Her zaman böyledir” (5 puan) ve “Hiçbir zaman böyle değildir” (1 puan) arasında derecelendirilmektedir. Her boyuttan alınan puanlar ayrı ayrı hesaplanarak her boyut için bir puan elde edilmektedir. Bir boyuttan yüksek puan almak o boyutun temsil ettiği davranış şeklini benimsemek anlamına gelmektedir.

Yapılan geçerlik ve güvenirlik çalışmalarında ölçeğin Cronbach Alfa değerleri Demokratik boyut için .83, Otoriter boyut için .76, Aşırı Koruyucu boyut için .75 ve İzin Verici boyut için ise .74 olarak bulunmuştur (Karabulut Demir ve Şendil, 2008).

2.3. İşlem

Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği’nin Türkçe’ye uyarlanması için orijinal formu geliştiren araştırmacıdan izin alınmıştır. Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi (ABUIBA)’nin orijinal formunu geliştiren araştırmacıya ise adli bir suç işlemesi ve mesleğinden uzaklaştırılması nedeniyle ulaşılammıştır. Bu nedenle ölçek kullanım izni kendisinden alınamamıştır. Ancak ölçeğin tüm maddeleri, puanlama ve uygulama yönergeleri kendisi tarafından daha öncesinde yayınlandığından uyarlama çalışması yapılabilmektedir. Ardından, ölçekler üç uzman tarafından İngilizce’den Türkçe’ye, üç farklı uzman tarafından da Türkçe’den tekrar İngilizce’ye çevrilmiştir.

Çevirilerin arasındaki tutarlılık dikkate alınarak maddeler yeniden düzenlenmiştir. Ayrıca çalışma için İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulundan onay alınmıştır.

Katılımcılara whatsapp, Instagram gibi bazı sosyal medya platformlarından yollanan Google Forms aracılığıyla ulaşılmıştır. Araştırmaya katılmayı kabul eden katılımcılara; Onam Formu, Demografik Bilgi Formu, Anne Duyarlılığı Ölçeği (ADÖ), Ebeveyn Tutum Ölçeği (ETÖ) ile Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi (ABUIBA) ve Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği (EEYZDÖ) ölçekleri gönderilmiş ve formları eksiksiz doldurmaları talep edilmiştir. Katılımcıların ölçekleri doldurmaları yaklaşık 25 dakika sürmüştür. Ardından ölçekten elde edilen ölçümlerin zaman içerisindeki tutarlılığını belirlemek amacıyla ilk uygulamadan 15 gün sonra 59 katılımcı ile test tekrar test çalışması gerçekleştirilmiştir.

2.4. Verilerin Analizi

Çalışma verilerinin analizinde, sosyo-demografik değişken gruplarının sayı ve yüzde dağılımlarını belirlemek için frekans analizi; kullanılan ölçme araçlarından elde edilen puanların betimleyici istatistiklerini hesaplamak için betimsel istatistikler; ölçme araçlarından elde edilen ölçümlerin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayılarını incelemek için madde analizi yapılmıştır. Ayrıca, ölçme araçlarından elde edilen ölçümler arasındaki ilişki katsayılarının yönünü ve derecesini belirlemek için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Türkçeye çevirisi yapılan ölçeklerin psikometrik özelliklerinin incelenmesinde de madde analizi, açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Bunun dışında ölçek toplam puanlarının normal dağılım değerleri incelenmiş ve ölçek puanlarının çarpıklık ve basıklık değerlerinin büyük oranda -1,5 ile +1,5 arasında değiştiği gözlenmiştir. Bu doğrultuda bu değerler göz önünde bulundurularak verilerin normal dağılım gösterdiği varsayılarak parametrik testlerin kullanılması uygun bulunmuştur.

BULGULAR

Birinci çalışma, Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi ve Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği ölçme araçlarının Türkçeye çevrilmesi ve

daha sonra psikometrik özelliklerinin incelenmesi aşamalarından oluşmaktadır. Bulgular başlığı altında ilk önce ölçeklerin çeviri çalışmasına yönelik bulgular sunulacaktır.

Çalışmada, öncelikle, Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi çeviri çalışmasına yönelik madde analizi, doğrulayıcı faktör analizi, test tekrar test güvenirlik analizi ve kriter geçerlik analizi sonuçları sunulmuştur. Daha sonra Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği'ne yönelik bulgular sunulmuştur.

3.1. Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketine İlişkin Analizler

Tablo 1. Sosyo-Demografik Değişkenlerin Sayı ve Yüzde Dağılımları

Değişken	Grup	n	%
Eğitim Durumu	İlkokul	1	0.3
	Orta Okul	7	2.2
	Lise	36	11.2
	Ön Lisans	63	19.6
	Lisans	160	49.8
	Yüksek Lisans	45	14.0
	Doktora	9	2.8
Medeni Durum	Evli	319	99.4
	Bekar/boşanmış	2	0.6
Gelir Durumu	Düşük	12	3.7
	Orta	270	84.1
	Yüksek	39	12.1
Evliyseniz, eşinizle birlikte mi yaşıyorsunuz?	Evet	314	97.8
	Hayır	4	1.2
	Boş	3	0.9
Herhangi bir kronik rahatsızlığınız var mı?	Evet	32	10.0
	Hayır	289	90.0
Herhangi bir psikolojik rahatsızlık tanısı aldınız mı?	Evet	0	0.0
	Hayır	321	100.0
Bebğinizin bakımıyla (yemek, uyku, tuvalet vs.) siz mi ilgileniyorsunuz?	Evet	321	100.0
	Hayır	0	0
	Boş	0	0
Bebğinizin kendisine ait bir odası var mı?	Kendisine Ait	182	56.7
	Kardeşle Paylaşımli	56	17.4
	Yok	83	25.9
Bebğinizin kronik bir rahatsızlığı var mı?	Evet	0	0.0
	Hayır	321	321
	Toplam	321	100.0

Çalışmada ilk olarak katılımcıların sosyo-demografik özellikleri incelenmiştir. Buna göre Katılımcıların 1'i ilkokul, 7'si ortaokul, 36'sı lise, 63'ü ön lisans, 160'ı lisans, 45'i yüksek lisans ve 9'u doktora mezunu olduğunu bildirmiştir. Katılımcıların 319'u evli ve

2'si bekar/boşanmış olduğunu; 12'si gelir durumunun düşük, 270'i orta ve 39'u yüksek olduğunu belirtmiştir. Ayrıca Katılımcıların 314'ü eşiyile birlikte yaşadığını, 4'ü eşiyile birlikte yaşamadığını belirtmiş ve 3'ü de bu soruyu boş bırakmıştır. Katılımcıların 32'si bir kronik rahatsızlığı olduğunu, 289'u herhangi bir kronik rahatsızlığı olmadığını belirtmiştir. Diğer taraftan Katılımcıların 182'si bebeğinin kendisine ait bir odasının olduğunu, 56'sı kardeşiyle paylaşımlı bir odasının olduğunu ve 83'ü bebeğinin kendisine ait bir odası olmadığını belirtmiştir. Son olarak, Katılımcıların tamamı bebeğinin bakımıyla kendisinin ilgilendiğini, psikolojik bir rahatsızlığı olmadığını ve bebeğinin herhangi bir kronik rahatsızlığının olmadığını belirtmiştir. (Bkz. Tablo 1).

Tablo 2. Çalışmada Kullanılan Ölçme Araçlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları

Toplam Puan	N	Min.	Maks.	$\bar{x}$	Ss	Çarpıklık	Basıklık
Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi ($\alpha=0.76$)	321	3.00	43.00	21.88	9.11	0.214±0.136	-0.604±0.271
Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği ($\alpha=0.76$)	321	0.00	44.00	20.28	8.52	0.430±0.136	-0.125±0.271
Anne Duyarlılığı Ölçeği Özerklik/Müdahale Alt Boyutu	321	17.00	35.00	27.18	3.64	-0.251±0.136	-0.211±0.271
Anne Duyarlılığı Ölçeği Anne Rolünü Kabul/Red Alt Boyutu	321	11.00	25.00	20.50	3.24	-0.283±0.136	-0.162±0.271
Anne Duyarlılığı Ölçeği ($\alpha=0.56$)	321	51.00	94.00	74.91	7.85	-0.293±0.136	-0.013±0.271
Ebeveyn Tutum Ölçeği Demokratik Alt Boyutu ($\alpha=0.81$)	321	55.00	85.00	76.92	6.51	-1.015±0.136	0.723±0.271
Ebeveyn Tutum Ölçeği Otoriter Alt Boyutu ($\alpha=0.82$)	321	11.00	55.00	18.55	5.75	1.644±0.136	5.615±0.271
Ebeveyn Tutum Ölçeği Aşırı Korumacı Alt Boyutu ($\alpha=0.78$)	321	14.00	45.00	30.17	6.28	-0.211±0.136	-0.311±0.271
Ebeveyn Tutum Ölçeği İzin Verici Alt Boyutu ($\alpha=0.68$)	321	10.00	45.00	20.61	5.15	0.677±0.136	1.126±0.271
Annenin Yaşı (yıl)	321	22.00	47.00	31.04	4.38		
Bebeğin Yaşı (ay)	321	1.00	40.00	18.40	11.04		

Çalışmada kullanılan ölçme araçlarının betimleyici istatistikleri hesaplanmıştır. Katılımcı annelerin yaşları 22 ile 47 arasında ($\bar{x}=31.04\pm4.38$ yıl) ve bebeklerin yaşları ise 1 ile 40 ay arasında ($\bar{x}=18.40\pm11.04$ ay) değişmektedir (Bkz. Tablo 2).

Çalışmada çevirisi yapılacak olan ölçeklerin psikometrik özellikleri incelenmiştir. Öncelikle Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi İngilizce orijinal formunun (Morrell, 1999) faktör yapısının Türkçe konuşan örneklemede desteklenmediği açıklayıcı faktör analizi sonuçlarında görülmüştür. Ölçeğin orijinal

faktör yapısının elde edilememesinin yanında 20 maddeden oluşan bu ölçeğin maddeleri madde analizi ile incelenmiştir. Madde analizi sonuçlarına göre birden fazla maddenin madde-ölçek toplam puan korelasyonlarının çok düşük olduğu gözlenmiştir. Birden fazla maddenin madde-ölçek toplam puan korelasyonlarının düşük olmasından dolayı ölçekte yer alan maddeler tekrar gözden geçirilmiş ve bazı maddeler silinmiştir. Madde-ölçek toplam puan korelasyonları çok düşük olan maddelerin silinmesinde madde analizi ve doğrulayıcı faktör analizleri döngüsel olarak tekrarlanmıştır. Madde analizinde her bir maddenin madde-ölçek toplam puan korelasyonları ve Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı dikkate alınarak, doğrulayıcı faktör analizinde ise uyum indeksleri ve standardize edilmiş regresyon katsayıları dikkate alınarak madde silme işlemleri gerçekleştirilmiştir. Her bir madde analizinde madde-ölçek toplam puan korelasyonu en düşük olan maddenin atılmasıyla madde silme işlemleri gerçekleştirilmiştir. 20 maddeden oluşan ölçekte öncelikle en düşük madde-ölçek toplam puan korelasyonu gösteren madde silinmiş ve bu madde silindikten sonra tekrar madde analizi yapılarak devam edilmiştir. Her bir maddenin silinmesinden sonra tekrar madde analizi yapılmış ve her bir maddenin madde-ölçek toplam puan korelasyonu 0.30 ve / veya üzerinde olması (DeVellis, 2014) referans olarak alınmıştır. Bütün bu işlemlerden sonra hem madde analizi hem de doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına bakılarak toplamda 10 madde silinmiştir. Geriye kalan 10 maddenin madde analizi sonuçları Tablo 3'te ve doğrulayıcı faktör analizi sonuçları Tablo 4'te sunulmuştur.

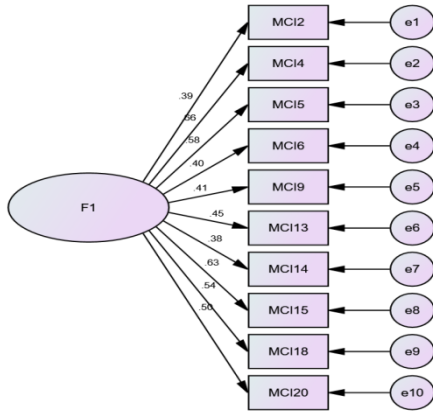
Tablo 3. Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi Madde Analizi Sonuçları

n=321 k=10 $\alpha=0.76$ trt=0.83	Maddeler	Madde Silindiğinde Ölçeğin Ortalaması	Madde Silindiğinde Ölçeğin Varyansı	Madde -Ölçek Toplam Puan Korelasyonu	Madde Silindiğinde Ölçeğin alfası
	MCI 2	20.73	72.89	0.35	0.75
	MCI 4	19.24	64.77	0.56	0.73
	MCI 5	19.87	64.94	0.51	0.73
	MCI 6	18.36	71.03	0.34	0.76
	MCI 9	20.21	70.55	0.36	0.75
	MCI 13	18.60	70.49	0.37	0.75
	MCI 14	20.55	71.99	0.34	0.76
	MCI 15	20.47	66.06	0.54	0.73
	MCI 18	18.32	69.01	0.47	0.74

MCI 20	20.55	67.91	0.44	0.74
--------	-------	-------	------	------

n: toplam kişi sayısı, k: madde sayısı, α :Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı, trt: test-tekrar-test güvenirlik katsayısı

Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi'nin madde analizi sonuçları incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre en düşük madde-ölçek toplam puan korelasyonu 0.34 ve en yüksek madde-ölçek toplam puan korelasyonu 0.56 olarak gerçekleşmiştir. Ayrıca ölçeğin son formu için 0.76 düzeyinde Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı hesaplanmıştır. Bunun dışında ölçekten elde edilen ölçümlerin zaman içerisindeki tutarlılığını belirlemek amacıyla 15 gün arayla 59 katılımcı ile test tekrar test çalışması gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen test tekrar test çalışmasından elde edilen korelasyon katsayısı 0.83 ($r=0.83$; $p<0,001$) olarak hesaplanmıştır (Bkz. Tablo 3).



Tablo 4. Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi Doğrulayıcı Faktör Analizi Uyum İyiliği indeks sonuçları

Ki-Kare	98.797***
Serbestlik derecesi	35
Ki-kare/serbestlik derecesi	2.82
İyi Uyum İndeksi (GFI)	0.94
Düzeltilmiş İyi Uyum İndeksi (AGFI)	0.91
Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI)	0.88
Normlaştırılmış Uyum İndeksi (NFI)	0.83
Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (RMSA)	0.08

*** $p<0.001$

Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi Doğrulayıcı Faktör Analizi Uyum İyiliği indeksleri hesaplanmıştır. Buna göre Ki-Kare değeri 98,797, serbestlik

derecesi 35, Ki-kare/serbestlik derecesi 2.82, İyi Uyum İndeksi (GFI) 0.94, Düzeltilmiş İyi Uyum İndeksi (AGFI) 0.91, Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI) 0.88, Normlaştırılmış Uyum İndeksi (NFI) 0.83 ve Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (RMSA) 0.08 olarak hesaplanmıştır (Bkz. Tablo 4).

Tablo 5. Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi'nin Kriter Geçerlik İşlemleri İçin Ele Alınan Diğer Ölçeklerle Olan Korelasyon Analizi Sonuçları

	Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi Toplam Puanı
Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği Toplam Puanı	0.31***
Anne Duyarlılığı Ölçeği Özerklik/Müdahale Alt Boyutu Toplam Puanı	-0.16**
Anne Duyarlılığı Ölçeği Annelik Rolünü Kabul/Red Alt Boyutu Toplam Puanı	-0.03
Anne Duyarlılığı Ölçeği Toplam Puanı	-0.09
Ebeveyn Tutum Ölçeği Demokratik Alt Boyutu Toplam Puanı	0.11*
Ebeveyn Tutum Ölçeği Otoriter Alt Boyutu Toplam Puanı	0.05
Ebeveyn Tutum Ölçeği Aşırı Koruyucu Alt Boyutu Toplam Puanı	0.37***
Ebeveyn Tutum Ölçeği İzin Verici Alt Boyutu Toplam Puanı	0.27***

Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi'nin kriter geçerlik işlemleri için ele alınan diğer ölçeklerle olan korelasyon analizi sonuçları incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi toplam puanı ile Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği toplam puanı arasında pozitif yönde ($r=0.31$; $p<0.001$), Anne Duyarlılığı Ölçeği Özerklik/Müdahale Alt Boyutu toplam puanı ile negatif yönde ($r=-0.16$; $p<0.01$), Ebeveyn Tutum Ölçeği Demokratik Alt Boyutu toplam puanı ile pozitif yönde ($r=0.11$; $p<0.05$), Ebeveyn Tutum Ölçeği Aşırı Koruyucu Alt Boyutu toplam puanı ile pozitif yönde ($r=0.37$; $p<0.001$) ve Ebeveyn Tutum Ölçeği İzin Verici Alt Boyutu toplam puanı ile pozitif yönde ($r=0.27$; $p<0.001$) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır. Bu sonuçlara göre Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi toplam puanı arttıkça, Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği toplam puanı artmakta, Anne Duyarlılığı Ölçeği Özerklik/Müdahale Alt Boyutu toplam puanı azalmakta, Ebeveyn Tutum Ölçeği Demokratik Alt Boyutu toplam puanı artmakta, Ebeveyn Tutum Ölçeği Aşırı Koruyucu Alt Boyutu toplam puanı ve Ebeveyn Tutum Ölçeği İzin Verici Alt Boyutu toplam puanı da artmaktadır. Ancak Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi toplam

puanı ile Anne Duyarlılığı Ölçeği Annelik Rolünü Kabul/Red Alt Boyutu toplam puanı ($r=-0.03$; $p>0.05$), Anne Duyarlılığı Ölçeği toplam puanı ($r=-0.09$; $p>0.05$) ve Ebeveyn Tutum Ölçeği Otoriter Alt Boyutu toplam puanı arasında ($r=0.05$; $p>0.05$) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur (Bkz. Tablo 5).

3.2. Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeğine İlişkin Analizler

Bu aşamadan sonra çeviri çalışması yapılan ikinci ölçeğin bulguları sunulmuştur. Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği'nin psikometrik özelliklerinin incelenmesinde de madde analizi ve doğrulayıcı faktör analizi işlemleri döngüsel olarak gerçekleştirilmiştir. Bu ölçeğin de orijinal formu Türkçe örnekleme desteklenmemiştir. Açıklayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin hem boyut sayısı olarak hem de genel yapısı Türkçe konuşan örnekleme korunamamıştır. Bu doğrultuda tekrar madde analizi yapılmış ve madde-ölçek toplam puan korelasyonları düşük olan maddeler silinmiştir. Bu madde seçme sürecinde de en düşük madde ölçek toplam puan korelasyonu gösteren madde silinmiştir. Daha sonra bütün maddelerin madde-ölçek toplam puan korelasyonları 0.30 ve üzerinde olana kadar madde seçme işlemi sürdürülmüştür. Hem madde analizi hem de doğrulayıcı faktör analizi sonuçları doğrultusunda toplamda altı madde silinerek ölçekte 11 madde yer almıştır. Ölçeğin son halinde yer alan maddelerin madde analizi sonuçları Tablo 6'da ve doğrulayıcı faktör analizi sonuçları da Tablo 7'de sunulmuştur.

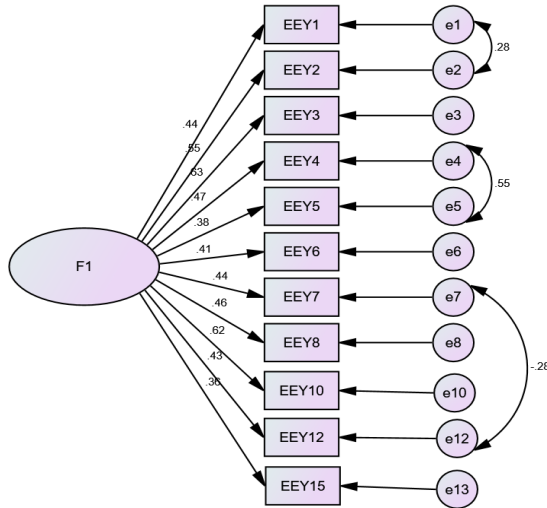
Tablo 6. Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği Madde Analizi Sonuçları

Maddeler n=321 k=11 $\alpha=0,761$ trt=0,701	Madde Silindiğinde Ölçeğin Ortalaması	Madde Silindiğinde Ölçeğin Varyansı	Madde-Ölçek Toplam Puan Korelasyonu	Madde Silindiğinde Ölçeğin alfası
EEY1	17.52	62.35	0.41	0.74
EEY2	17.60	60.27	0.49	0.73
EEY3	19.00	57.76	0.55	0.72
EEY4	19.54	62.42	0.46	0.74
EEY5	19.75	65.19	0.40	0.75
EEY6	18.83	61.15	0.35	0.75
EEY7	17.58	63.52	0.32	0.75
EEY8	17.45	61.42	0.40	0.74
EEY10	18.67	56.97	0.53	0.73

EEY12	17.51	61.83	0.33	0.75
EEY15	18.80	62.68	0.31	0.76

n: toplam kişi sayısı, k: madde sayısı, α :Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı, trt: test-tekrar-test güvenirlik katsayısı

Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği madde analizi sonuçları incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre en düşük madde-ölçek toplam puan korelasyonu 0.31 ve en yüksek madde-ölçek toplam puan korelasyonu 0.55 olarak gerçekleşmiştir. Ayrıca ölçekten elde edilen ölçümlerin zaman içerisindeki tutarlılığını belirlemek amacıyla 15 gün arayla 59 katılımcı ile test tekrar test çalışması gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen test tekrar test çalışmasından elde edilen korelasyon katsayısı 0.70 ($r=0.70$; $p<0.001$) olarak hesaplanmıştır (Bkz. Tablo 6).



Tablo 7. Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi Uyum İyiliği indeks sonuçları

Ki-Kare	108.599***
Serbestlik derecesi	41
Ki-kare/serbestlik derecesi	2.65
İyi Uyum İndeksi (GFI)	0.94
Düzeltilmiş İyi Uyum İndeksi (AGFI)	0.90
Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI)	0.90
Normlaştırılmış Uyum İndeksi (NFI)	0.86
Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (RMSA)	0.07

Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği Doğrulamalı Faktör Analizi Uyum İyiliği indeksleri hesaplanmıştır. Buna göre Ki-Kare değeri 108.599, serbestlik derecesi 41, Ki-kare/serbestlik derecesi 2.65, İyi Uyum İndeksi (GFI) 0.94, Düzeltilmiş İyi Uyum İndeksi (AGFI) 0.90, Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI) 0.90, Normlaştırılmış Uyum İndeksi (NFI) 0.86 ve Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (RMSA) 0.07 olarak hesaplanmıştır (Bkz. Tablo 7).

Tablo 8. Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği'nin Kriter Geçerlik İşlemleri İçin Ele Alınan Diğer Ölçeklerle Olan Korelasyon Analizi Sonuçları

	Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği Toplam Puanı
Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi Toplam Puanı	0.31***
Anne Duyarlılığı Ölçeği Özerklik/Müdahale Alt Boyutu Toplam Puanı	-0.12*
Anne Duyarlılığı Ölçeği Annelik Rolünü Kabul/Red Alt Boyutu Toplam Puanı	-0.04
Anne Duyarlılığı Ölçeği Toplam Puanı	-0.06
Ebeveyn Tutum Ölçeği Demokratik Alt Boyutu Toplam Puanı	0.14*
Ebeveyn Tutum Ölçeği Otoriter Alt Boyutu Toplam Puanı	0.04
Ebeveyn Tutum Ölçeği Aşırı Koruyucu Alt Boyutu Toplam Puanı	0.17**
Ebeveyn Tutum Ölçeği İzin Verici Alt Boyutu Toplam Puanı	0.05

*p<0.05; **p<0.01; ***p<0.001

Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği'nin kriter geçerlik işlemleri için ele alınan diğer ölçeklerle olan korelasyon analizi sonuçları incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği toplam puanı ile Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi toplam puanı arasında pozitif yönde ($r=0.31$; $p<0.001$), Anne Duyarlılığı Ölçeği Özerklik/Müdahale Alt Boyutu toplam puanı ile negatif yönde ($r=-0.12$; $p<0.05$), Ebeveyn Tutum Ölçeği Demokratik Alt Boyutu toplam puanı ile pozitif yönde ($r=0.14$; $p<0.05$) ve Ebeveyn Tutum Ölçeği İzin Verici Alt Boyutu toplam puanı ile pozitif yönde ($r=0.17$; $p<0.01$) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır. Bu sonuçlara göre Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği toplam puanı arttıkça, Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi toplam puanı artmakta, Anne Duyarlılığı Ölçeği Özerklik/Müdahale Alt Boyutu toplam puanı azalmakta, Ebeveyn Tutum Ölçeği Demokratik Alt Boyutu toplam puanı artmakta

ve Ebeveyn Tutum Ölçeği İzin Verici Alt Boyutu toplam puanı da artmaktadır. Buna karşın Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği toplam puanı ile Anne Duyarlılığı Ölçeği Annelik Rolünü Kabul/Red Alt Boyutu toplam puanı arasında ($r=-0.04$; $p>0.05$), Anne Duyarlılığı Ölçeği toplam puanı arasında ($r=-0.06$; $p>0.05$), Ebeveyn Tutum Ölçeği Otoriter Alt Boyutu toplam puanı arasında ($r=0.04$; $p>0.05$) ve Ebeveyn Tutum Ölçeği İzin Verici Alt Boyutu toplam puanı arasında ($r=0.05$; $p>0.05$) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur (Bkz. Tablo 8).

ÇALIŞMA 2

Çalışmanın amacı; annelerin uykuya dair bilişlerinin, bebek uyku sorunları üzerindeki etkisini ve annelerin uyutma davranışının bu etkideki aracı rolünü incelemektir. Ayrıca annelerin uyutma davranışı ile çocuk uyku sorunları arasındaki ilişkide anne duyarlılığının düzenleyici etkisinin incelenmesi hedeflenmektedir. Bu amaç doğrultusunda 0-3 yaş aralığında en az bir çocuğu olan 225 anneye; Anne Duyarlılığı Ölçeği (ADÖ), Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi (ABUİBA), Bebek/Çocuk Uyku Sorunu Kısa Tanılama Formu (BUKF) ve Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği (EEYZDÖ) uygulanmıştır. Araştırmaya katılım koşullarını sağlayan 208 anne ile çalışma tamamlanmıştır.

YÖNTEM

4.1. Katılımcılar

Bu çalışmanın örneklemini; 0-3 yaş aralığında en az bir çocuğu olan, bebeği veya kendisi herhangi bir psikolojik/fizyolojik bozukluk tanısı almamış ve bebeğinin uyku sürecinde birincil görev alan 208 anne oluşturmaktadır. Annelerin yaşları 21-47 ($\bar{x}=30.25\pm4.40$) arasında değişmektedir. Çalışmanın birinci aşamasına katılan anneler bu aşamada çalışmaya alınmamıştır. Annelere; kadın doğum uzmanları, hamilelik eğitim grupları, yeni ebeveynlerin tanıştığı sosyal medya platformları (anneliğe hazırlık eğitimi grubu, emzirme grubu, yeni anneler grubu vb.), sosyal çevre ve kreşler aracılığıyla ulaşılmıştır.

4.2. Veri Toplama Araçları

Çalışmada annelere, Demografik Bilgi Formu, Çalışma 1’de Türkçe uyarlama çalışmaları gerçekleştirilmiş olan Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi (ABUIBA) ve Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği (EEYZDÖ) ölçekleri, Anne Duyarlılığı Ölçeği (ADÖ) ve Bebek/Çocuk Uyku Sorunu Kısa Tanılama Formu (BUKF) uygulanmıştır.

4.2.1. Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların yaş, eğitim durumu, medeni durum, sosyo-ekonomik düzey, evdeki oda sayısı, katılımcıların ve bebeklerinin psikolojik/fizyolojik durumları vb. bilgileri belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Üçü açık uçlu, dokuzu çoktan seçmeli olmak üzere 12 sorudan oluşmaktadır.

4.2.2 Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi (ABUIBA)

Orijinal formu Morrell tarafından 1999 yılında geliştirilen ölçeğin Türk popülasyonu için geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Şendil ve Yavuz tarafından 2023 yılında gerçekleştirilmiştir. Ölçek, annelerin bebeklerin uykusuna dair bilişlerini beşli likert tipi ölçekte değerlendiren 10 maddeden oluşmaktadır. Tüm maddelerden alınan puanların toplanmasıyla ölçek puanı elde edilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar; annenin, bebeğin uykusuna dair artan endişeleri ve şüphelerini göstermektedir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı 0.76 olarak hesaplanmıştır.

4.2.3. Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği (EEYZDÖ)

Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği, ebeveynlerin çocuklarını uyuturken kullandıkları stratejileri beşli likert tipi bir ölçekte derecelendirmelerini gerektiren bir öz bildirim ölçeğidir (Morrell ve Cortina-Borja, 2002).

Orijinal formu, Morrell ve Cortina-Borja tarafından 2002 yılında geliştirilen ölçeğin Türk popülasyonu için geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Şendil ve Yavuz tarafından 2023 yılında gerçekleştirilmiştir ve ölçek 11 maddeden oluşan yeni halini almıştır. Ölçekten alınan yüksek puanlar; annenin, bebeğin uyku sürecinde artan katılımını göstermektedir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı 0,76 olarak hesaplanmıştır.

4.2.4. Anne Duyarlılığı Ölçeği (ADÖ)

Güner Algan ve Şendil (Basım aşamasında) tarafından geliştirilen Anne Duyarlılığı Ölçeği, anne duyarlılığını, öz bildirime dayalı olarak beşli likert tipinde ölçen 19 maddelik bir ölçektir. Ulaşılabilirlik/İhmal, Özerklik/Müdahale ve Kabul/Red olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Alt boyutların iç tutarlılık katsayısı, Ulaşılabilirlik/İhmal alt boyutu için .85; Özerklik/Müdahale için .84 ve Kabul/Red için .79 olarak bulunmuştur. Ölçeğin toplam cronbach alfa puanı ise .90 şeklindedir.

Özerklik/Müdahale boyutundan alınan yüksek puanlar çocuğun özerkliğine daha fazla izin verilmesini ifade ederken Ulaşılabilirlik/İhmal boyutundan alınan yüksek puanlar daha fazla ulaşılabilirliği, Kabul/Red boyutundan alınan yüksek puanlar ise daha fazla annelik rolünü kabulü göstermektedir.

4.2.5 Bebek/Çocuk Uyku Sorunu Kısa Tanılama Formu (BUKF)

Avi Sadeh tarafından Brief Infant Sleep Questionnaire (BISQ) adı ile 2004 yılında geliştirilen form, 2009 yılında Sadeh, Mindell, Luedtke ve Wiegand tarafından genişletilmiştir. Genişletilmiş formun, Türk toplumu için geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Bayık ve Taşdemir tarafından 2011 yılında gerçekleştirilmiş ve form Bebek/Çocuk Uyku Sorunu Kısa Tanılama Formu (BUKF) olarak adlandırılmıştır (Bayık-Temel ve Taşdemir, 2015).

Formda bebeklerin/çocukların uyku durumu; çocuğun uykuya başlama saati, uykuya dalma süresi, gece uyanma sıklığı, gece uykusuzluk süresi, gece uyku süresi, gündüz uyku süresi, toplam uyku süresi olmak üzere yedi ölçütte değerlendirilmektedir. Bu ölçütler değerlendirilerek toplam uyku süresi; gece uyku süresi ile gündüz uyku süresi toplanıp, gece uykusuzluk süresinin çıkarılması ile hesaplanır. Şu üç durumdan en az birinin görülmesi durumunda bebeğin/çocuğun uyku sorunu yaşadığı belirlenir; 1) Bebeğin/çocuğun gecede üç kereden fazla uyanması, 2) Bebeğin/çocuğun gece uyanarak bir saatten daha fazla uykusuz kalması ya da 3) Bebeğin/çocuğun toplam uyku süresinin 9 saatten az olması. Mevcut çalışmada gün içinde toplam uyku süresinden ve bebeğin gece uyanarak bir saatten fazla uyanık kalmasından alınan puanlar uyku sorununu belirlemede ölçüt olarak alınmıştır. Yüksek puanlar, uykuda daha fazla sorun yaşandığını göstermektedir.

Formun ön-test ve son-testten elde edilen yedi soruya ilişkin ortalama değerler arasında pozitif yönde orta-güçlü derecede (.35 - .85) ve anlamlı ($p < .000$) korelasyon bulunmuştur ve zamana göre değişmezlik açısından güvenilir olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca BUKF'nun son testi ve uyku günlüğünden elde edilen yedi ölçüte ilişkin değerler karşılaştırılmıştır, değerler arasında güçlü derecede (0.51 - 0.90) ve anlamlı ilişkiler ($p < .000$) saptanmıştır.

Bebek/Çocuk Uyku Sorunu Kısa Tanılama Formu'nda, 29 soru yer almaktadır. Bu sorular uyku sorununu ve uyku ekolojisini belirlemeye yöneliktir. Çocuğun doğum tarihi, çocuğunun cinsiyeti, doğum sırası, uyuduğu yer, yattığı yer, uyku pozisyonu, horlama davranışı, uykuya dalma biçimi, annenin uyutmadan önceki ritüelleri, çocuğun düzenli yattığı saat, rutin uykusunun başlama saati, yatağa yatma saati, uyku saati sırasında yaşadığı güçlükler, uykuya dalma süresi, uykuya dalma süresince yaşadığı güçlüklerin süresi, gece boyunca uyanma sıklığı (1 gecede/haftada/ayda), çocuğun gece uyanması durumunda annenin davranışları, bir gecede uyanık kaldığı süre (saat/dk.), bir gecede, gece boyunca uyanmaksızın uyuduğu en uzun süre, gece boyunca çocuğun uykuda geçirdiği toplam süre, tipik bir günde çocuğun şekerleme yaptığı süre (saat/dk.), annenin çocuğunun gece uykusu ile ilgili değerlendirmesi, çocuğunda uyku sorunu olduğuna ilişkin algısı soruları oluşturmaktadır (Bayık-Temel ve Taşdemir, 2015).

4.3. İşlem

Tüm ölçekler için kullanım izni alınmıştır. İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulundan onay alındıktan sonra uygulama aşamasına geçilmiştir. Katılımcı annelere hamilelik eğitim grupları, yeni ebeveynlerin tanıştığı sosyal medya platformları (anneliğe hazırlık eğitimi grubu, emzirme grubu, yeni anneler grubu vb.), kadın doğum uzmanları, ebeler, sosyal çevre ve kreşler aracılığıyla ulaşılmıştır.

Anneler, öncelikle çalışma hakkında bilgilendirilmiş ve gönüllü anneler çalışmaya dahil edilmiştir. Katılımcılara whatsapp, Instagram gibi bazı sosyal medya platformlarından yollanan Google Forms aracılığıyla ulaşılmıştır. Araştırmaya katılmayı kabul eden katılımcılara; Onam Formu, Demografik Bilgi Formu, Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi (ABUİBA), Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği (EEYZDÖ), Anne Duyarlılığı Ölçeği (ADÖ), Bebek/Çocuk Uyku

Sorunu Kısa Tanılama Formu (BUKF) ölçekleri gönderilmiş ve formları eksiksiz doldurmaları talep edilmiştir. Katılımcıların ölçekleri doldurmaları yaklaşık 30 dakika sürmüştür.

4.4. Verilerin Analizi

Çalışma verilerinin analizinde, sosyo-demografik değişken gruplarının sayı ve yüzde dağılımlarını belirlemek için frekans analizi, kullanılan ölçme araçlarından elde edilen puanların betimleyici istatistiklerini hesaplamak için betimsel istatistikler, ölçme araçlarından elde edilen ölçümlerin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayılarını incelemek için madde analizi yapılmıştır. Ayrıca, ölçme araçlarından elde edilen ölçümler arasındaki ilişki katsayılarının yönünü ve derecesini belirlemek için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Çalışmanın temel amacına uygun olarak, aracılık ve düzenleyicilik modellemeleri için de SPSS Process Macro'dan yararlanılmıştır. Bu program da SPSS programına uzantı olarak eklenmekte ve regresyon analizlerinde kullanılmaktadır. Bu çalışmada da aracı-düzenleyici (moderated mediation) etkilerini görmek amacıyla model 14 kullanılmıştır.

Bunun dışında ölçek toplam puanlarının normal dağılım değerleri incelenmiş ve ölçek puanlarının çarpıklık ve basıklık değerlerinin büyük oranda -1,5 ile +1,5 arasında değiştiği gözlenmiştir. Bu doğrultuda bu değerler göz önünde bulundurularak verilerin normal dağılım gösterdiği varsayılarak parametrik testlerin kullanılması uygun bulunmuştur.

BULGULAR

5.1. Ön Analizler

İkinci çalışmada; annelerin uykuya dair bilişlerinin, bebek uyku sorunları üzerindeki etkisi ve annelerin uyutma davranışının bu etkideki aracı rolü; annelerin uyutma davranışı ile çocuk uyku sorunları arasındaki ilişkide anne duyarlılığının düzenleyici etkisi incelenmiştir. Bu çalışmada da önce katılımcıların sosyo-demografik özellikleri ele alınmıştır.

Tablo 9. Annelere Yönelik Sosyo-Demografik Değişkenlerin Sayı ve Yüzde Dağılımları

Değişken	Gruplar	n	%
Eğitim Durumu	Ortaokul	5	2.4
	Lise	46	22.1
	Ön Lisans	39	18.8
	Lisans	89	42.8
	Yüksek Lisans	20	9.6
	Doktora	9	4.3
	Toplam	208	100.0
Gelir Düzeyi	Düşük	13	6.3
	Orta	173	83.2
	Yüksek	22	10.6
	Toplam	208	100.0
Medeni Durumunuz	Evli	206	99.0
	Bekar/Boşanmış	2	1.0
	Toplam	208	100.0
Evliyseniz, eşinizle birlikte mi yaşıyorsunuz?	Evet	204	98.1
	Hayır	2	1.0
	Toplam	206	99.0
	Boş	2	1.0
	Toplam	208	100.0
Bebeğinizin bakımıyla (yemek, uyku, tuvalet vs.) siz mi ilgileniyorsunuz?	Evet	208	100.0
	Hayır	0	0.0
	Toplam	208	100.0
Bebeğinizin kendisine ait bir odası var mı?	Ona Ait Odası var	96	46.2
	Kardeşle Paylaştığı Odası Var	40	19.2
	Kendi Odası Yok	72	34.6
	Toplam	208	100.0
Herhangi bir kronik rahatsızlığınız var mı?	Evet	0	0.0
	Hayır	208	100.0
	Toplam	208	100.0
Herhangi bir psikolojik rahatsızlık tanısı aldınız mı?	Evet	0	0.0
	Hayır	208	100.0
	Toplam	208	100.0
Bebeğinizin kronik bir rahatsızlığı var mı?	Evet	0	0.0
	Hayır	208	100.0
	Toplam	208	100.0

Buna göre katılımcıların 5'i eğitim durumunu Ortaokul, 46'sı lise, 39'u ön lisans, 89'u lisans, 20'si yüksek lisans ve 9'u doktora olarak belirtmiştir. Katılımcıların 13'ü gelir durumunu kötü, 173'ü orta ve 22'si yüksek olarak; katılımcıların 206'sı medeni durumunu evli ve 2'si dul/boşanmış olarak belirtmiştir. Katılımcıların 204'ü eşiyile birlikte yaşadığını ve 2'si eşiyile birlikte yaşamadığını; katılımcıların 96'sı çocuğunun kendisine ait odası olduğunu, 40'ı kardeşiyle paylaşımlı odası olduğunu ve 72'si çocuğunun kendi odasının olmadığını belirtmiştir. Ayrıca tüm katılımcılar kendisi

ve bebeğinin herhangi bir fizyolojik/psikolojik rahatsızlık tanısı almadığını ve bebeğinin bakımıyla kendisinin ilgilendiğini bildirmiştir (Bkz. Tablo 9).

Tablo 10. Çocuklara Yönelik Sosyo-Demografik Değişkenlerin Sayı ve Yüzde Dağılımları

Değişken	Grup	n	%
Çocuğun cinsiyeti	Kadın	96	46.2
	Erkek	112	53.8
	Toplam	208	100.0
Diğer kardeşlerine göre çocuğunuzun doğum sırası nedir?	En Büyük	29	13.9
	En Küçük	55	26.4
	İkiz-Üçüz	4	1.9
	Tek	117	56.3
	Ortanca	3	1.4
	Toplam	208	100.0
Çocuğunuzu uyutmada ailede en çok kim sorumludur?	Anne-Baba Birlikte	60	28.8
	Kendi Kendine	2	1.0
	Anne	144	69.2
	Baba	2	1.0
	Toplam	208	100.0
Çocuğunuz çoğu zaman hangi pozisyonda uyur?	Yüzü Koyun	63	30.3
	Yana Dönük	98	47.1
	Sırt Üstü	47	22.6
	Toplam	208	100.0
Genellikle uyku saati çocuğunuzda ne derecede güçlük oluşturmaktadır?	Ne Kolay Ne De Zor	89	42.8
	Çok Kolay	35	16.8
	Biraz Kolay	36	17.3
	Biraz Zor	31	14.9
	Çok Zor	17	8.2
	Toplam	208	100.0
Eğer çocuğunuzda uykuya dalma problemi varsa, çocuğunuz ne sıklıkla uykuya dalmada güçlük çeker?	Haftada 3-4 Gece	49	23.6
	Haftada 5-6 Gece	11	5.3
	Ayda Birden Az	18	8.7
	Ayda 1-3 Gece	68	32.7
	Her Gece	28	13.5
	Hiç	34	16.3
	Toplam	208	100.0
Çocuğunuz gece boyunca kaç kez uyanır?	3'ten Az	174	83.7
	3'ten Fazla	34	16.3
	Toplam	208	100.0
Çocuğun gece uyku kalitesi	Kötü	9	4.3
	Orta Derece Kötü	5	2.4
	Orta Derece İyi	57	27.4
	İyi	82	39.4
	Çok İyi	55	26.4
	Toplam	208	100.0
Annesi olarak çocuğunuzun uykusunun ne derece bir sorun olduğunu düşünüyorsunuz?	Hiç Sorun Değil	85	40.9
	Küçük Bir Sorun	96	46.2

	Çok Ciddi Bir Sorun	27	13.0
	Toplam	208	100.0

Çalışmada çocuklara yönelik sosyo-demografik özellikler incelenmiştir. Buna göre çocukların %46.2'si (N=96) kız ve %53.8'i (N=112) erkektir. Çocukların %28.8'ini (N=60) anne baba birlikte uyutmakta ve sadece %1'i (N=2) kendi kendine uyumaktadır. Ayrıca çocukların %16.8'i (N=35) çok kolay uyurken; %8.2'si (N=17) çok zor uykuya dalmaktadır. Çocukların %23.6'sı (N=49) haftada 3-4 gece, %13.5'i (N=28) her gece uykuya dalmakta güçlük çekerken; %16.3'ü (N=34) uykuya dalmakta problem yaşamamaktadır. Son olarak annelerin %40.9'u (N=85) çocuklarının uykularında hiç sorun olmadığını, %46.2'si (N=96) küçük bir sorun olduğunu ve %13'ü (N=27) çok ciddi bir sorun olduğunu bildirmiştir (Bkz. Tablo 10).

Tablo 11. Ölçme Araçlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları

	n	Min.	Maks.	$\bar{x}$	S	Çarpıklık	Basıklık
Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi Toplam Puanı ($\alpha=0.71$)	208	5.00	46.00	22.04	8.76	0.326±0.169	-0.257±0.336
Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği Toplam Puanı ($\alpha=0.77$)	208	0.00	44.00	19.74	8.69	0.476±0.169	0.007±0.336
Ebeveyn Duyarlık Ölçeği Özerklik/Müdahale Alt Boyutu Toplam Puanı	208	7.00	27.00	15.63	3.92	0.240±0.169	-0.155±0.336
Ebeveyn Duyarlık Ölçeği Annelik Rolünü Kabul/Red Alt Boyutu Toplam Puanı	208	5.00	22.00	10.43	3.65	0.793±0.169	0.604±0.336
Bir gecede çocuğun uyanık kaldığı toplam süre (dakika)	206	0.00	180.00	20.85	30.34	-	-
Gün boyunca çocuğun uykuda geçirdiği toplam süre (dakika)	206	210.00	1080.00	603.64	91.38	-	-
Anne Yaşı (yıl)	208	21.00	47.00	30.25	4.40	-	-
Bebek Yaşı (ay)	208	1.00	40.00	19.93	11.05	-	-

Çalışmada kullanılan ölçme araçlarının betimleyici istatistikleri hesaplanmıştır. katılımcı annelerin yaşları en düşük 21, en yüksek 47 yıl ($\bar{x}=30.25\pm4.40$) ve bebeklerin yaşları ise en düşük 1, en yüksek 40 ay ($\bar{x}=19.93\pm11.05$) şeklindedir (Bkz. Tablo 11).

5.2. Hedef değişkenler arasındaki ilişkiler

Tablo 12. Ölçek puanları arasındaki korelasyon analizi sonuçları

	1	2	3	4	5	6
1. Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi Toplam Puanı	-	0.26***	0.26***	0.22**	0.21**	-.10
2. Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği Toplam Puanı		-	-0.02	-0.05	0.15*	-0.13
3. Ebeveyn Duyarlık Ölçeği Özerklik/Müdahale Alt Boyutu Toplam Puanı			-	0.34***	0.04	-0.04
4. Ebeveyn Duyarlık Ölçeği Annelik Rolünü Kabul/Red Alt Boyutu Toplam Puanı				-	0.14*	-0.01
5. Bir gecede çocuğun uyanık kaldığı toplam süre					-	-0.203**
6. Gün boyunca çocuğun uykuda geçirdiği toplam süre						-

*p<0,05; **p<0,01; ***p<0,001

Ölçme araçlarından elde edilen toplam puanlar arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi toplam puanı ile Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği toplam puanı arasında pozitif yönde ($r=0.26$; $p<0.001$), Anne Duyarlılık Ölçeği Özerklik/Müdahale alt boyutu toplam puanı arasında pozitif yönde ($r=0.26$; $p<0.001$), Anne Duyarlılık Ölçeği Annelik Rolünü Kabul/Red alt boyutu toplam puanı arasında pozitif yönde ($r=0.22$; $p<0.001$) ve bir gecede çocuğun toplam uyanık kalma süresi ile pozitif yönde ($r=0.21$; $p<0.01$) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır. Ayrıca Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği toplam puanı ile bir gecede çocuğun toplam uyanık kalma süresi arasında pozitif yönde ($r=0.15$; $p<0.05$) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır. Bu sonuca benzer olarak Ebeveyn Duyarlık Ölçeği Annelik Rolünü Kabul/Red alt boyutu toplam puanı ile bir gecede çocuğun toplam uyanık kalma süresi arasında pozitif yönde ($r=0.14$; $p<0.05$) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır. Diğer değişkenler arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı gözlenmiştir (Bkz. Tablo 12).

Bulgular bölümünün bu aşamasından sonra çalışmanın temel amacına uygun olarak yapılan analizlerin sonuçları ele alınmıştır.

5.3. Bağımlı, bağımsız, aracı ve düzenleyici değişken rollerine yönelik analizler

Burada, Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri (Bağımsız Değişken) ile bir gecede bebeğin toplam uyanık kalma süresi (Bağımlı Değişken) arasındaki ilişkide ve Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri (Bağımsız Değişken) ile gün boyunca çocuğun toplam uyku süresi (Bağımlı Değişken) arasındaki ilişkide önce Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışının (Aracı Değişken) aracı sonra da Anne Duyarlılığının (Düzenleyici Değişken) düzenleyici rolünün sonuçları sunulmuştur. Bu model literatürde “moderated mediation” olarak bilinmektedir. SPSS Macro Process uzantısı ile yapılan ve model 14 olarak bilinen analiz sonuçları sunulmuştur. Ayrıca bebek uykusu ile ilgili iki değişken ve Anne Duyarlık Ölçeği’nin de iki alt boyutu olmasından dolayı dört ayrı analizin bulguları sunulmaktadır.

Tablo 13. 1. Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri (Bağımsız Değişken) Toplam Puanının Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı (Aracı Değişken) Toplam Puanını Yordamasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

	B	s.h.	t	p	LLCI	ULCI	R ²	s.d.	F	p
Sabit	-5.59	1.56	-3.57	0.00	-8.67	-2.50				
Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri	0.25	0.07	3.85	0.00	0.12	0.38	0.26	1.204	14.790	0.000

Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri ile bir gecede bebeğin toplam uyanık kalma süresi arasındaki ilişkide Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışının aracılık ve Anne Duyarlılığı Özerklik/Müdahale alt boyutunun düzenleyicilik rollerinin incelenmesi için kurulan modelin sonuçları incelenmiştir. Önce bağımsız değişkenin aracı değişkeni yordamasına yönelik bulgular daha sonra da diğer değişkenlerin doğrudan ve dolaylı etkilerine yönelik bulgular sunulmuştur. Buna göre Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri toplam puanı ile Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı toplam puanının yordanmasına yönelik kurulan model istatistiksel olarak anlamlıdır; $F(1,204)=14.790$; $p<0.001$. Analiz sonuçlarına göre Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri toplam puanı, Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı toplam puanını istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordamaktadır; ($t=3.85$; $p<0.00$) Bkz. Tablo 13. 1.).

Tablo 13. 2. Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri (Bağımsız Değişken) Toplam Puanının, Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı (Aracı Değişken) Toplam Puanının ve Anne Duyarlılığı Özerklik/Müdahale Alt Boyutu (Düzenleyici Değişken) Toplam Puanının Bir Gecede Bebeğin Toplam Uyanık Kalma Süresini (Bağımlı Değişken) Yordamasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

	B	s.h.	t	P	LLCI	ULCI	R ²	s.d.	F	p
Sabit	6.41	5.99	1.07	0.29	-5.41	18.221				
Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi	0.66	0.26	2.56	0.01	0.15	1.158	0.06	4.201	3.014	0.019
Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği	0.34	0.26	1.35	0.18	-0.16	845				
Anne Duyarlılığı Ölçeği										
Özerklik/Müdahale Alt Boyutu	0.01	0.55	0.01	0.99	-1.08	1.095				
İnt.	-0.03	0.06	-0.53	595	-0.15	0.089				

Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri ile bir gecede bebeğin toplam uyanık kalma süresi arasındaki ilişkide doğrudan ve dolaylı etkiler incelenmiştir. Analiz sonuçlarına Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri, Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı, Anne Duyarlılığı Özerklik/Müdahale Alt Boyutu toplam puanı ve etkileşim (interaction) bir gecede bebeğin toplam uyanık kalma süresini yordamak için kurulan model istatistiksel olarak anlamlıdır; $F(4, 201)=3.014$; $p<0.05$). Analiz sonuçlarına göre Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri toplam puanının doğrudan etkisi istatistiksel olarak anlamlıdır; ($t=2.56$; $p<0.05$). Buna karşın Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı toplam puanı ($t=1.35$; $p>0.05$), Anne Duyarlılığı Özerklik/Müdahale Alt Boyutu toplam puanı ($t=0.01$; $p>0.05$) ve etkileşim ($t=-0.53$; $p>0.05$) modelde istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almamaktadır (Bkz. Tablo 13. 2.).

Tablo 14. 1. Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri (Bağımsız Değişken) Toplam Puanının Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı (Aracı Değişken) Toplam Puanını Yordamasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

	B	s.h.	t	p	LLCI	ULCI	R ²	s.d.	F	p
Sabit	-5.59	1.56	-3.57	0.000	-8.67	-2.50				
Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri	0.25	0.07	3.85	0.000	0.12	0.38	0.07	1.204	14.790	0.000

Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri ile bir gecede bebeğin toplam uyanık kalma süresi arasındaki ilişkide Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışının

aracılık ve Anne Duyarlılığı Annelik Rolünü Kabul/Red alt boyutunun düzenleyicilik rollerinin incelenmesi için kurulan modelin sonuçları incelenmiştir. Önce bağımsız değişkenin aracı değişkeni yordamasına yönelik bulgular daha sonra da diğer değişkenlerin doğrudan ve dolaylı etkilerine yönelik bulgular sunulmuştur. Buna göre Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri toplam puanı ile Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı toplam puanının yordanmasına yönelik kurulan model istatistiksel olarak anlamlıdır; $F(1,204)=14.790$; $p<0,001$. Analiz sonuçlarına göre Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri toplam puanı, Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı toplam puanını istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordamaktadır; ($t=3.85$; $p<0.00$) (Bkz. Tablo 14. 1.).

Tablo 14. 2. Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri (Bağımsız Değişken) Toplam Puanının, Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı (Aracı Değişken) Toplam Puanının ve Anne Duyarlılığı Annelik Rolünü Kabul/Red Alt Boyutu (Düzenleyici Değişken) Toplam Puanının Bir Gecede Bebeğin Toplam Uyanık Kalma Süresini (Bağımlı Değişken) Yordamasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

	B	s.h.	t	P	LLCI	ULCI	R ²	s.d.	F	p
Sabit	8.96	5.90	1.52	0.130	-2.67	20.58				
Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri	0.54	0.25	2.17	0.031	0.05	1.04				
Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı	0.42	0.25	1.68	0.095	-0.07	0.92	0.07	4.201	3.714	0.006
Anne Duyarlılığı Annelik Rolünü Kabul/Red Alt Boyutu	1.04	0.61	1.71	0.088	-0.16	2.23				
İnt	0.03	0.07	0.39	0.697	-0.11	0.16				

Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri toplam puanı ile bir gecede bebeğin toplam uyanık kalma süresi arasındaki ilişkide doğrudan ve dolaylı etkiler incelenmiştir. Analiz sonuçlarına Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri, Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı, Anne Duyarlılığı Annelik Rolünü Kabul/Red Alt Boyutu toplam puanı ve etkileşim (interaction) bir gecede bebeğin toplam uyanık kalma süresini yordamak için kurulan model istatistiksel olarak anlamlıdır; $F(4, 201)=3.714$; $p<0.01$). Analiz sonuçlarına göre Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri toplam puanının doğrudan etkisi istatistiksel olarak anlamlıdır; ($t=2.17$; $p<0.05$). Buna karşın Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı toplam puanı ($t=1.68$; $p>0.05$), Anne Duyarlılığı Annelik Rolünü Kabul/Red Alt Boyutu toplam puanı ($t=1.71$; $p>0.05$) ve etkileşim

($t=0.39$; $p>0.05$) modelde istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almamaktadır (Bkz. Tablo 14. 2.).

Buradan itibaren çalışmanın bağımlı değişkenin diğer ölçütü olan çocuğun gün boyunca toplam uyku süresine yönelik analizler sunulmuştur.

Tablo 15. 1. Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri (Bağımsız Değişken) Toplam Puanının Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı (Aracı Değişken) Toplam Puanını Yordamasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

	B	s.h.	t	p	LLCI	ULCI	R ²	s.d.	F	p
Sabit	-5.46	1.56	-3.50	0.001	-8.55	-2.38				
Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri	0.25	0.07	3.76	0.000	0.12	0.38	0.07	1.204	14.152	0.000

Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri ile gün boyunca çocuğun toplam uyku süresi arasındaki ilişkide Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışının aracılık ve Anne Duyarlılık Ölçeği Özerklik/Müdahale alt boyutunun düzenleyicilik rollerinin incelenmesi için kurulan modelin sonuçları incelenmiştir. Önce bağımsız değişkenin aracı değişkeni yordamasına yönelik bulgular daha sonra da diğer değişkenlerin doğrudan ve dolaylı etkilerine yönelik bulgular sunulmuştur. Buna göre Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri toplam puanı ile Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı toplam puanının yordanmasına yönelik kurulan model istatistiksel olarak anlamlıdır; $F(1,204)=14.152$; $p<0.001$. Analiz sonuçlarına göre Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri toplam puanı, Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı toplam puanını istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordamaktadır; ($t=3.762$; $p<0.001$) Bkz. Tablo 15. 1.).

Tablo 15. 2. Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri (Bağımsız Değişken) Toplam Puanının, Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı (Aracı Değişken) Toplam Puanının ve Anne Duyarlılığı Özerklik/Müdahale Alt Boyutu (Düzenleyici Değişken) Toplam Puanının Gün Boyunca Çocuğun Toplam Uyku Süresini (Bağımlı Değişken) Yordamasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

	B	s.h.	t	p	LLCI	ULCI	R ²	s.d.	F	p
Sabit	614.04	18.21	33.72	0.000	578.130	649.946	0.04	4.201	2.041	0.090
Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri	-0.49	0.78	-0.63	0.528	-2.023	1.040				
Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı	-1.46	0.77	-1.89	0.061	-2.984	0.066				

Davranışı						
Anne Duyarlılığı						
Özerklik/Müdahale	-0.71	1.69	-0.42	0.673	-4.041	2.615
Alt Boyutu						
İnt	-0.35	0.19	-1.85	0.066	-0.721	0.024

Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri toplam puanı ile gün boyunca çocuğun toplam uyku süresi arasındaki ilişkide doğrudan ve dolaylı etkiler incelenmiştir. Analiz sonuçlarına Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri, Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı, Anne Duyarlılığı Özerklik/Müdahale Alt Boyutu toplam puanı ve etkileşim (interaction) gün boyunca çocuğun toplam uyku süresini yordamak için kurulan model istatistiksel olarak anlamlı değildir; $F(4,201)=2.014$; $p>0.05$). Analiz sonuçlarına göre Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri toplam puanının doğrudan etkisi istatistiksel olarak anlamlı değildir; $(t=-0.633$; $p>0.05)$. Buna benzer olarak Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği toplam puanı $(t=-1.887$; $p>0.05)$, Anne Duyarlılığı Ölçeği Özerklik/Müdahale Alt Boyutu toplam puanı $(t=-0.422$; $p>0.05)$ ve etkileşim $(t=-1.846$; $p>0.05)$ modelde istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almamaktadır (Bkz. Tablo 15. 2.).

Tablo 16. 1. Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri (Bağımsız Değişken) Toplam Puanının Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı (Aracı Değişken) Toplam Puanını Yordamasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

	B	s.h.	t	p	LLCI	ULCI	R ²	s.d.	F	p
Sabit	-5.46	1.56	-3.495	0.001	-8.545	-2.381				
Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri	0.25	0.07	3.762	0.000	0.118	0.379	0.07	1.204	14.152	0.000

Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri ile gün boyunca çocuğun toplam uyku süresi arasındaki ilişkide Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışının aracılık ve Anne Duyarlılığı Annelik Rolünü Kabul/Red alt boyutunun düzenleyicilik rollerinin incelenmesi için kurulan modelin sonuçları incelenmiştir. Önce bağımsız değişkenin aracı değişkeni yordamasına yönelik bulgular daha sonra da diğer değişkenlerin doğrudan ve dolaylı etkilerine yönelik bulgular sunulmuştur. Buna göre Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri toplam puanı ile Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı toplam puanının yordanmasına yönelik kurulan model istatistiksel olarak anlamlıdır; $F(1,204)=14.152$; $p<0.001$. Analiz sonuçlarına göre Annenin Bebek Uykusu

ile İlgili Bilişleri toplam puanı, Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı toplam puanını istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordamaktadır; ($t=3.762$; $p<0.001$) (Bkz. Tablo 16. 1.).

Tablo 16. 2. Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri (Bağımsız Değişken) Toplam Puanının, Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı (Aracı Değişken) Toplam Puanının ve Anne Duyarlılığı Annelik Rolünü Kabul/Red Alt Boyutu (Düzenleyici Değişken) Toplam Puanının Gün Boyunca Çocuğun Toplam Uyku Süresini (Bağımlı Değişken) Yordamasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

	B	s.h.	t	P	LLCI	ULCI	R ²	s.d.	F	p
Sabit	617.42	118.179	33.96	0.000	581.57	653.267				
Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri	-0.64	0.77	-0.83	0.409	-2.167	0.886				
Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı	-1.28	0.78	-1.65	0.100	-2.812	0.250	0.02	4.201	1.241	0.295
Anne Duyarlılığı Annelik Rolünü Kabul/Red Alt Boyutu	-0.59	1.88	-0.31	0.755	-4.295	3.119				
İnt	-0.14	0.22	-0.65	0.520	-0.563	0.286				

Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri toplam puanı ile gün boyunca çocuğun toplam uyku süresi arasındaki ilişkide doğrudan ve dolaylı etkiler incelenmiştir. Analiz sonuçlarına Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri, Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı, Anne Duyarlılığı Annelik Rolünü Kabul/Red Alt Boyutu toplam puanı ve etkileşim (interaction) gün boyunca çocuğun toplam uyku süresini yordamak için kurulan model istatistiksel olarak anlamlı değildir; $F(4, 201)=1.241$; $p>0.05$). Analiz sonuçlarına göre Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri toplam puanının doğrudan etkisi istatistiksel olarak anlamlı değildir; ($t=-0.83$; $p>0.05$). Aynı şekilde Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranışı toplam puanı ($t=-1.65$; $p>0.05$), Anne Duyarlılığı Annelik Rolünü Kabul/Red Alt Boyutu toplam puanı ($t=-0.31$; $p>0.05$) ve etkileşim ($t=-0.65$; $p>0.05$) modelde istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almamaktadır (Bkz. Tablo 16. 2.).

TARTIŞMA

Çocukluk çağında uyku, hem çocukları hem de aileleri önemli ölçüde etkileyen bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu yönüyle çocuğun uykusunu etkileyen

faktörlerin araştırılması önem arz etmektedir. Mevcut çalışmalar ebeveynlerin çocukların uykuları üzerinde çeşitli açılardan etkili olduğunu göstermektedir (Bordeleau ve diğ., 2012; Gözün-Kahraman ve Ceylan, 2018; Lozoff ve diğ., 1985; Morrell, 1999; Nevarez ve diğ., 2010; Owens-Stively ve diğ., 1997; Philbrook ve Teti, 2016; Ragni ve diğ., 2019; Roberts ve diğ., 2020; Tyler ve diğ., 2019). Bu çalışmalar, ebeveynlerin çocuk uykusu üzerinde etkisini göstermenin yanı sıra bu etkiye sebep olan daha pek çok farklı faktörün olabileceğine işaret etmektedir. Bu sebeple çalışmanın odağında ebeveyn ile bebek uykusu arasındaki ilişkinin incelenmesi vardır. Darling ve Steinberg (1993) ebeveynlerin çocuk üzerindeki etkilerini bir model bağlamında ele almaktadır. Çalışmada annenin bebek uykusu üzerindeki etkisi incelenirken bu model temel alınmıştır.

İlgili literatür ve Darling ve Steinberg'in modeli doğrultusunda mevcut çalışmanın temel amacı annelerin uykuya dair bilişlerinin, bebek uyku sorunları üzerindeki etkisini ve annelerin uyutma davranışının bu etkideki aracı rolünü; annelerin uyutma davranışı ile çocuk uyku sorunları arasındaki ilişkide anne duyarlılığının düzenleyici etkisini incelemektir. Çalışmada, annenin bebeğin uykusuna dair artan endişelerinin uyku sürecinde anne katılımını artırarak çocuklarda daha fazla uyku sorunlarına neden olması beklenmiştir. Ayrıca ebeveynin uyku sürecine katılımı ile bebeğin yaşadığı uyku problemi arasındaki ilişkinin annenin duyarlılık seviyesinden etkileneceği öngörülmüştür.

Öte yandan çalışmanın bir diğer amacı araştırmada kullanılacak iki ölçeğin Türk popülasyonu için geçerlik ve güvenirlik çalışmalarının yapılması olarak belirlenmiştir.

Bu bölümde önce geçerlik ve güvenirlik çalışmalarının sonuçları ele alınacaktır. Ardından araştırmanın temel değişkenlerine dair analizlerin sonuçları tartışılacaktır.

6.1. Ölçeklerin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları

Çalışmanın amacı doğrultusunda ilk olarak ebeveynlerin uykuya dair bilişleri ve ebeveynlerin uyku uygulamalarını değerlendirmede kullanılacak olan Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi ve Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeğinin Türk popülasyonu için geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Yerli literatürde annelerin bebek uykusuna dair bilişlerini ve ebeveyn etkileşimli yatma zamanı uygulamalarını ölçen bir ölçeğe rastlanmamıştır. Bu nedenle bu ölçeklerin Türk

literatürüne önemli bir katkı sağlayacağı öngörülmektedir. Bu kısımda sırasıyla Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketine ardından Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeğine dair geçerlik ve güvenirlik çalışmaları ele alınacaktır.

Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi 20 maddelik bir ölçektir. Ancak yapılan doğrulayıcı faktör analizi ve madde analizi sonuçlarına göre ölçeğin orijinal formu Türkçe konuşan örnekleme korunamamıştır ve ölçekten 10 madde çıkarılmıştır. Son haliyle ölçeğin Cronbach alfa güvenirlik katsayısı 0.76 olarak hesaplanmıştır. Ayrıca ölçek için bir diğer güvenirlik kriteri olarak test tekrar test çalışması yapılmıştır. Ön test ile son test toplam puanı arasında hesaplanan katsayı ilgili literatürde iki ölçümün birbirine benzediğini ve ölçekten alınan puanın zaman içinde tutarlı olduğunu göstermektedir (DeVellis, 2014). Öte yandan ölçek maddelerinin Doğrulayıcı Faktör Analizi Uyum İyiliği indeksleri hesaplanmıştır. Bu sonuçlar genel olarak ilgili yazında belirtilen sınırların üzerinde veya bu sınırlara yakın olarak gerçekleşmiştir (Erkorkmaz ve diğ., 2012). Bu değerlerin ilgili alan yazında örneklem büyüklüğü ve faktör sayısı gibi etkenlerden etkilendiği belirtilmiştir (Hooper ve diğ., 2008). Bu doğrultuda bu değerlerin kabul edilen düzeylerin üzerinde veya buna yakın olarak gerçekleştiği gözlenmiştir. Son olarak, kriter geçerliliğini sağlamak amacıyla geliştirilen ölçek ile Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği, Anne Duyarlılığı Ölçeği ve Ebeveyn Tutum Ölçeği arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi toplam puanı ile Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği toplam puanı arasında pozitif yönde, Anne Duyarlılığı Ölçeği Özerklik/Müdahale Alt Boyutu toplam puanı ile negatif yönde, Ebeveyn Tutum Ölçeği Demokratik Alt Boyutu toplam puanı ile pozitif yönde, Ebeveyn Tutum Ölçeği Aşırı Koruyucu Alt Boyutu toplam puanı ile pozitif yönde ve Ebeveyn Tutum Ölçeği İzin Verici Alt Boyutu toplam puanı ile pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır. Bu sonuçlara göre Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi toplam puanı arttıkça, ebeveynin uyutma sürecine ve çocuğun özerkliğine müdahalesi artmakta ayrıca ebeveyn daha fazla aşırı koruyucu tutumu benimsemektedir. Bu sonuçlar beklenen yöndedir. Öte yandan Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi toplam puanı ile Anne Duyarlılığı Ölçeği Annelik Rolünü Kabul/Red Alt Boyutu toplam puanı, Anne Duyarlılığı Ölçeği toplam puanı ve Ebeveyn

Tutum Ölçeği Otoriter Alt Boyutu toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur.

Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği ise 19 maddelik bir ölçektir ancak yapılan doğrulayıcı faktör analizi ve madde analizi sonuçlarına göre bu ölçeğin orijinal formu da Türkçe konuşan örnekleme korunamamıştır ve ölçekten 9 madde çıkarılmıştır. Geliştirilen ölçek için Cronbach alfa güvenirlik katsayısı 0.76 olarak hesaplanmıştır. Ayrıca yapılan test tekrar test çalışması ölçekten alınan puanın zaman içinde tutarlı olduğunu göstermektedir. Öte yandan ölçek maddelerinin Doğrulayıcı Faktör Analizi Uyum İyiliği indeksleri hesaplanmıştır. Bu sonuçlar genel olarak ilgili yazında belirtilen sınırların üzerinde veya bu sınırlara yakın olarak gerçekleşmiştir (Erkorkmaz ve diğ., 2012). Bu doğrultuda bu değerlerin kabul edilen düzeylerin üzerinde veya buna yakın olarak gerçekleştiği gözlenmiştir. Son olarak, Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği'nin kriter geçerlik işlemleri için ele alınan diğer ölçeklerle olan korelasyon analizi sonuçları incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği toplam puanı ile Annenin Bebek Uykusu ile İlgili Bilişleri Anketi toplam puanı arasında pozitif yönde, Anne Duyarlılığı Ölçeği Özerklik/Müdahale Alt Boyutu toplam puanı ile negatif yönde, Ebeveyn Tutum Ölçeği Demokratik Alt Boyutu toplam puanı ile pozitif yönde ve Ebeveyn Tutum Ölçeği İzin Verici Alt Boyutu toplam puanı ile pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır. Bu sonuçlara göre Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği toplam puanı arttıkça, annenin bebeğin uykusuna dair endişesi artmakta ve annenin bebeğin özerkliğini destekleme davranışı azalmaktadır. Öte yandan anne, demokratik ve izin verici tutumu benimseme eğiliminde olmaktadır. Buna karşın Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği toplam puanı ile Anne Duyarlılığı Ölçeği Annelik Rolünü Kabul/Red Alt Boyutu toplam puanı arasında, Anne Duyarlılığı Ölçeği toplam puanı arasında, Ebeveyn Tutum Ölçeği Otoriter Alt Boyutu toplam puanı arasında ve Ebeveyn Tutum Ölçeği İzin Verici Alt Boyutu toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur.

Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi'nin orijinal formu 1999 yılında, Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeğinin orijinal formu ise 2002 yılında geliştirilmiştir. Orijinal formların faktör yapısının ve bazı maddelerinin korunamamasında aradaki zaman faktörünün etkili olabileceği düşünülmektedir. Öte

yandan çeviri nedeniyle bazı maddelerin tam olarak doğru anlaşılamadığı düşünülmektedir. Örneğin; Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeğinin orijinal formunda yer alan 4. Madde “ Walks in pram or buggy” ve 5. Madde “Car rides”; Türkçeye “Bebek arabasıyla gezdirmek” ve “Arabayla gezdirmek” olarak çevrilmiştir. Türkçede her iki aracın da araba olarak adlandırılması nedeniyle bu maddelerin katılımcılar tarafından aynı eylem olarak algılandığı düşünülmektedir. Benzer şekilde aynı ölçekte yer alan 1. Madde “Çocuğun bir yerini sevmek veya okşamak” ve 2. Madde “Sarılmak veya kucakta sallamak” maddelerinin birbiri ile yakın eylemler olarak algılandığını düşünülmektedir. Faktör yapısının ve maddelerin korunamamasında etkili olduğu düşünülen bir diğer etmen ise kültürdür. Bazı maddelerin Türk kültürüne uygun olmadığı düşünülmektedir. Örneğin, Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi orijinal formunda yer alan “Çocuğum gece ağladığında, kontrolü kaybedecek ve ona zarar verecekmiş gibi hissederim” (madde 7) ve “Çocuğum gece uyandığında gün içerisinde ona yeteri kadar ilgi gösteremediğimi düşünürüm”(madde 8) maddelerinin Türk toplumunun çoğunluğuyla uyuşmadığı düşünülmektedir. Çocuğun gece ağlaması; Türk toplumunda çoğunlukla daha normal görülen ve dolayısıyla kontrolünü kaybedecek kadar öfkeye sebep olma ihtimali düşük olan bir durumdur. Ayrıca toplumumuzda gece uyanmalarının kaynağı genellikle bebekle ilgili bir duruma (açlık, gaz sancısı, diş çıkarma v.b.) yorulmaktadır. Bu nedenle annenin gün içerisindeki ilgisiyle ilişkilendirilmesinin düşük bir olasılık olduğu düşünülmektedir. Benzer şekilde Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeğinde yer alan uyuması için çocuğa alkol ve uyku ilacı vermek (madde 18 ve 19) maddeleri de Türk toplumunda yaygın olmayan uygulamalardır. Son olarak, madde ve faktör analiz sonuçlarında ölçeklerin uyarlandığı yaş aralığının etkili olduğu düşünülmektedir. Sıfır-üç yaş aralığı; bebek uykusu ile ilgili düşünce ve uygulamaların önemli ölçüde değişim gösterebileceği bir yaş aralığıdır. Örneğin, Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi orijinal formunda yer alan “Çocuğum gece ağladığında, ona çok kötü bir şey olduğunu düşünürüm” (madde 1) ve “Çocuğum uykusunda ansızın ölebilir” (madde 3) maddeleri bebeği henüz yeni doğmuş, lohusa bir anne için bebeği üç yaşına gelmiş bir anneye göre daha olasıdır. Benzer şekilde, Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeğinde yer alan “Çocuğa hikaye okumak” (madde 9) ve “Özel bir oyuncak/kıyafet vermek” (madde 11) maddeleri de

sıfır ve üç yaş aralığında uygulanma ihtimali değişim gösterebilecek maddelerdir. Üç yaşındaki bir çocuğa hikaye okunması ve özel bir oyuncak verilmesinin, yeni doğmuş bir bebeğe verilme ihtimaline göre daha yüksek olacağı düşünülmektedir.

Sonuç olarak yapılan geçerlik ve güvenirlik çalışmaları sonucunda hem Annenin Bebek Uykusu İle İlgili Bilişleri Anketi hem de Ebeveyn Etkileşimli Yatma Zamanı Davranış Ölçeği Türk toplumu için geçerli ve güvenilir ölçeklerdir. Ölçeklerin Türk popülasyonunda kullanılmasının yanı sıra bu alanda geliştirilecek yeni ölçekler için de bir zemin oluşturması açısından faydalı olması beklenmektedir.

6.2. Çalışmanın temel değişkenleri arasındaki ilişkiler

Çalışmanın amacı doğrultusunda annelerin uykuya dair bilişlerinin, bebek uyku sorunları üzerindeki etkisi ve annelerin uyutma davranışının bu etkideki aracı rolü ele alınmıştır. Annelerin uyutma davranışı ile çocuk uyku sorunları arasındaki ilişkide ise anne duyarlılığının düzenleyici etkisi incelenmiştir.

Yapılan analizler sonucunda annenin bebek uykusu ile ilgili bilişleri toplam puanının, ebeveyn etkileşimli yatma zamanı davranışı toplam puanını istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür. Bu bulgu ebeveynlerin uykuya dair bilişlerinin uyutma davranışları üzerindeki etkisini araştıran birçok çalışma ile uyumludur (Alidort, 2016; Cook ve diğ., 2022; Johnson ve McMahon; 2008; Tikotzky ve Sadeh, 2009; Zreik ve diğ., 2021).

Çalışmada annenin bebeğin uykusuna dair bilişleri ile bir gecede bebeğin toplam uyanık kalma süresi arasındaki ilişkide doğrudan ve dolaylı etkiler incelenmiştir. Buna göre annenin bebek uykusuna dair bilişleri ile bebeğin gece boyunca toplam uyanık kaldığı süre arasındaki doğrudan ilişki anlamlıdır. Yani annenin bebeğin uykusuna dair artan endişesi, daha fazla bebek uyku sorununu yordamaktadır. Ancak beklenenin aksine bu ilişkide ebeveyn uyutma davranışlarının aracılık rolünün olmadığı saptanmıştır. Ebeveynin uykuya dair bilişlerinin, bebek uykusuna etkisi pek çok çalışmada görülmüş ve bebek uykusuna dair artan ebeveyn endişeleri uyku sorunlarıyla ilişkili bulunmuştur (Morrell, 1999; Morrell ve Steele, 2003; Sadeh ve diğ., 2007). Bu yönüyle çalışmada saptanan anne bilişlerinin bebek uyku sorunu üzerindeki doğrudan etkisi ilgili literatür ile uyumludur. Ancak bu etkide ebeveyn uyutma davranışının aracı

rolünün olmadığına dair bulgu önceki çalışmalar ile uyusmamaktadır (Tikotzky ve Sadeh, 2009).

Öte yandan annenin uyutma davranışı ile bebeğin bir gecede toplam uyanık kaldığı süre arasındaki ilişkide anne duyarlılığının düzenleyici etkisi duyarlılığın her iki alt boyutu (annelik rolünü kabul/red ve özerklik/müdahale) için de anlamsız bulunmuştur. Bilindiği kadarıyla bu çalışma anne duyarlılığının, annenin uyutma davranışı ile bebek uykusu sorunu arasındaki ilişkide etkisinin incelendiği ilk çalışmadır. Öte yandan anne davranışlarının çocuklar üzerindeki etkisinde anne duyarlılığının düzenleyici etkisinin görüldüğü çalışmalar vardır (Alink ve diğ., 2009; Burchinal ve diğ., 2014). Dolayısıyla bu çalışmada da benzer bir sonuç beklenmiş ancak ulaşılamamıştır.

Çalışmada bebek uykusunun değerlendirildiği diğer değişken çocuğun gün boyunca uyuduğu toplam süredir. Annenin bebek uykusu ile ilgili bilişleri ile gün boyunca çocuğun toplam uykusu süresi arasındaki ilişkide doğrudan ve dolaylı etkiler incelenmiştir. Ancak yapılan analizler sonucunda annenin bebek uykusuna dair bilişleri ile bebeğin gün içinde toplam uykusu süresi arasında doğrudan ve dolaylı hiçbir anlamlı etki bulunamamıştır. Dolayısıyla bu ilişkide herhangi bir aracılık ya da düzenleyicilik etkisinden de bahsedilememektedir.

Annenin uykuya dair bilişleri ile bebek uykusu sorunları arasındaki ilişkide beklenen dolaylı etkilerin saptanamaması birden çok sebep ile açıklanabilir. İlk olarak, çalışmanın verileri pandemi koşullarında toplanmıştır. Bu durum laboratuvar ortamında, yüz yüze yapılacak objektif ölçümleri imkansız kılmıştır. Dolayısıyla tüm değişkenler annelerin bildirimine dayalı olarak değerlendirilmiştir. Ancak uyku üzerine yapılan çalışmalarda hem bildirim dayalı ölçekleri hem de aktigrafi gibi objektif ölçüm araçlarını kullanmanın daha doğru sonuçlar vereceği düşünülmektedir. Benzer şekilde annelerin duyarlılık seviyeleri de sadece kendi bildirimlerine dayalı olarak ölçülmüştür ve bunun da yanıltıcı olabileceği düşünülmektedir.

Öte yandan pandemi sürecinde alınan tedbirler; kreşlerin, okulların, iş yerlerinin kapatılması; sosyal alanların kısıtlanması; sokağa çıkma yasağı günlük rutinlerde çarpıcı değişikliklere yol açmış ve insanların refah ve sağlık durumları üzerinde etkili olmuştur. Evde uzun süre kalmanın uyku üzerinde olumsuz etkileri olacağı uyku uzmanları tarafından belirtilmiştir (Kahn ve diğ., 2021). Karantinanın bebek ve çocukların uyku

kalitesi üzerinde etkisinin araştırıldığı bir çalışmada farklı ülkelerden 452 bebek (0-35 ay) ve 412 okul öncesi çocuk (36-71 ay) incelenmiştir. Her iki grubun da uyku kalitesinde akut bir azalma tespit edilmiş ancak yapılan takip değerlendirmelerinde bu etkinin zamanla ortadan kalktığı görülmüştür. Ayrıca, çalışmada bakım verenin stres düzeyi, her iki çocuk grubunda da uyku kalitesinin düşmesini belirleyen önemli bir risk faktörü olarak belirlenmiştir (Markovic ve diğ., 2021). Yapılan diğer çalışmalarda pandemi sürecinde uyku kalitesi ve süresinde azalma, uykuyu başlatma ve sürdürmede zorluk ve daha yüksek parasomni oranları gözlenmiştir. Anksiyete ve depresyon oranlarının iki katına çıktığı ve bunun uyku üzerinde etkili olduğu görülmüştür (Catarozoli, 2023). Pandemi süreci, ebeveynlerin psikolojik süreçleri üzerinde de etkili olmuştur. Ebeveynlerin depresyon ve anksiyete düzeylerinde artış meydana gelmiş ve aile içi ilişkiler bu süreçten olumsuz etkilenmiştir. Annelerin, ev içindeki sorumluluklarının artması, stres seviyelerindeki artışla ilişkili bulunmuştur (Koçak ve Harmancı, 2020). Öte yandan sosyal destek kaynaklarının azalması, stres faktörlerin artması aile içinde tartışma ve şiddet olaylarının artmasına neden olmuştur (Barış ve Taylan, 2020 Kaynak ve Duran, 2022; Koçak ve Harmancı, 2020). Tüm bunlar annelerin uyku üzerindeki etkilerinde pandemi sürecine özgü yaşanan durumların rol oynayabileceğini göstermektedir.

Son olarak literatürde çocukların uykusunu değerlendirirken anne ve babaların farklılaştığına dair bulgular vardır (Sadeh ve diğ., 2007). Anne-bebek ilişkilerinin genellikle çok karmaşık ve iç içe geçmiş olduğu bilinmektedir. Önceki çalışmalarda, babaların daha tarafsız bir konumda kalarak, farklı bakış açıları ve davranışları benimseyerek çocuğun uyku problemini çözmede etkili olduğu öne sürülmüştür (Sadeh ve diğ., 2007). Ayrıca babaların ebeveynlik stresi ve evlilik memnuniyetinin yanı sıra annelerin algıladıkları sosyal desteğin, çocukların uyku bütünleştirmeleri ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Bernier ve diğ., 2013). Bu nedenle ebeveynlerin her ikisi ile birlikte yapılacak yeni çalışmaların önemli sonuçlar doğuracağı düşünülmektedir.

6.3. Çalışmanın güçlü yönleri ve sınırlılıkları

Mevcut çalışma, bebeklerin uyku sorunları üzerinde annelerin etkisini; annelerin uykuya dair bilişleri, uyutma davranışları ve duyarlılık seviyeleri bağlamında incelemektedir. Literatürde anneyle ilişkili faktörlerin uyku üzerinde etkili olduğuna

dair çalışmalar vardır ancak bu faktörlerin hangi mekanizmalar ile etki ettikleri henüz tam anlaşılamamıştır. Bu doğrultuda çalışmanın güçlü yanlarından biri anneye ilişkin faktörlerin, uyku üzerinde farklı mekanizmalar aracılığıyla etki edebileceğine ve anne duyarlılığının bu ilişkide belirleyici rolü olabileceğine dair bir farkındalık oluşturmasıdır. Ayrıca bu çalışma annenin uyutma davranışının bebek uyku sorunları üzerindeki etkisinde anne duyarlılığının etkisinin incelendiğı ilk çalışmadır. Bu yönüyle literatüre önemli katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Çalışma, sadece ebeveynlik stilinin değerlendirildiğı çalışmalara bir alternatif olarak ebeveynlerin belli durumlarda başvurdukları uygulamalara dikkat çekmektedir. Bu yönüyle çalışmanın perspektifinin önemli olduğı düşünülmektedir.

Literatür incelendiğinde, ülkemizde ebeveynlerin uykuya dair bilişleri ve uyutma davranışlarının incelendiğı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ayrıca bebeğin uykusu üzerinde ebeveyn etkisinin araştırıldığı çok az çalışma olduğı görülmüştür. Çalışmanın, ülkemizde yapılacak yeni çalışmalar için yol gösterici olması beklenmektedir.

Çalışmada anne duyarlılığı ve uyku sorunları farklı alt boyutlar üzerinden değerlendirilerek her alt boyut için analizler tekrarlanmıştır. Bu durum değişkenler arası ilişkilerin daha iyi anlaşılması ve yorumlanması açısından önemlidir.

Öte yandan çalışmada annelerin uykuya dair bilişlerini ve yatmadan önce ebeveyn davranışlarını değerlendiren iki ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Türk popölasyonunda bu değişkenleri ölçebilecek herhangi bir ölçeğe rastlanmamıştır. Bu anlamda çalışmanın bir diğer güçlü yanı, ülkemizde yapılacak benzer çalışmalarda kullanılabilecek iki önemli ölçeğı literatüre kazandırmış olmasıdır.

Toplamda 529 katılımcı ile gerçekleştirilen çalışmanın bir diğer güçlü yanı katılımcı sayısıdır.

Bununla birlikte çalışma birtakım sınırlılıkları da barındırmaktadır. Çalışmada, pandemi koşulları nedeniyle bebeğin uykusu ve anne duyarlılığına dair değerlendirmeler sadece annelerin bildirimine dayalı olarak yapılmıştır. Bunun yerine objektif ve gözleme dayalı ölçümlerle yapılacak değerlendirmelerin daha doğru sonuçlar vereceğı düşünülmektedir. Pandemi süreci aynı zamanda çok sayıda değişimi içinde barındıran ve hayatımıza yeni normaller katan bir süreç olması açısından sonuçlar üzerinde etkili olabilecek birtakım durumları barındırmaktadır. Bu açıdan

pandemi sürecinin çalışma sonuçları üzerindeki etkisi tam olarak bilinmemektedir. Bu durum da çalışma açısından sınırlılık oluşturmaktadır.

6.4. Sonuç

Özetle mevcut çalışma annelerin uykuya dair bilişlerinin bebek uykusu üzerindeki etkisini, annelerin uyutma davranışları aracılığıyla incelemiştir. Ayrıca annelerin uyutma davranışı ile bebek uyku sorunları arasındaki ilişkide anne duyarlılığının rolünü değerlendirmiştir. Özellikle anne duyarlılığının bu etkideki düzenleyici rolü daha önce ele alınmadığından literatürdeki önemli bir boşluğa katkı sağlamaktadır. Bu araştırmanın bulguları, hem aile hem de çocuk için önemli sonuçlar doğuran çocuk uyku durumları üzerinde etkili olabilecek faktörlere ışık tutmaktadır. Ayrıca çalışmada geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılan ölçekler bu alanda yapılacak çalışmalara katkı sağlayacaktır.

KAYNAKLAR

- Alidort, H. O. (2016). *Maternal autonomy support, sleep related cognitions and infant sleep: A longitudinal study*. (Yayımlanmamış lisans tezi). Ben-Gurion Üniversitesi İnsan ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Beerşeba.
- Alink, L. R. A., Mesman, J., van Zeijl, J., Stolk, M. N., Juffer, F., Bakermans-Kranenburg, M. J., van IJzendoorn, M. H. ve Koot, H. M. (2009). Maternal sensitivity moderates the relation between negative discipline and aggression in early childhood. *Social Development*, 18(1), 99–120.
- Anders, T. F. (1994). Infant sleep, nighttime relationships and attachment. *Psychiatry*, 7, 11–21.
- Barış, İ. ve Taylan, H. H. (2020). Küresel salgın sürecinde Türkiye’de aile içi sorunlar. *Nosyon: Uluslararası Toplum ve Kültür Çalışmaları Dergisi*, 5, 13-32.
- Bates, J., Viken, R., Alexander, D., Beyers, J. ve Stockton, L. (2002). Sleep and adjustment in preschool children: Sleep diary reports by mothers relate to behavior reports by teachers. *Child Development*, 73(1), 62-74.
- Baumwell, L., Tamis-LeMonda, C. S. ve Bornstein, M. H. (1997). Maternal verbal sensitivity and child language comprehension. *Infant Behavior & Development*, 20(2), 247–258.
- Bell, B. G. ve Belsky, J. (2008). Parents, parenting, and children’s sleep problems: Exploring reciprocal effects. *British Journal of Developmental Psychology*, 26, 579–593.
- Bernier, A., Bélanger, M.È., Bordeleau, S. ve Carrier, J. (2013). Mothers, fathers, and toddlers: parental psychosocial functioning as a context for young children's sleep. *Developmental Psychology*, 49(7), 1375-1384.
- Bordeleau, S., Bernier, A. ve Carrier, J. (2012). Longitudinal associations between the quality of parent–child interactions and children's sleep at preschool age. *Journal of Family Psychology*, 26(2), 254–262.
- Burchinal, M. R., Lowe Vandell, D., ve Belsky, J. (2014). Is the prediction of adolescent outcomes from early child care moderated by later maternal sensitivity? Results from the nichd study of early child care and youth development. *Developmental Psychology*, 50(2), 542–553.
- Catarozoli, C. (2023). Sleep during the pandemic. *Sleep Medicine Clinics*, 18(2), 219-224.
- Cook, G., Appleton, J. V. ve Wiggs, L. (2023). The relationship between parents’ cognitions, bedtime behaviours and sleep-related practices with their child's sleep. *Journal of Sleep Research*, 32(2), e13627.

- Cronin, A., Halligan, S. L. ve Murray, L. (2008). Maternal psychosocial adversity and the longitudinal development of infant sleep. *Infancy*, 13(5), 469–495.
- Darling, N. ve Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487-496.
- Daşdemir, F. (2012). *Yaşamın ilk üç yılında uyku sorunları ve etkili uyku ekolojisi etmenleri*. (Yayımlanmamış lisans tezi). Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- DeLeon, C. W. ve Karraker, K. H. (2007). Intrinsic and extrinsic factors associated with night waking in 9-month-old infants. *Infant Behavior & Development*, 30(4), 596–605.
- DeVellis, R. F. (2014). *Ölçek geliştirme kuram ve uygulamalar*. (T. Totan, Çev.). Ankara: Nobel.
- El-Sheikh, M., Buckhalt, J. A., Keller, P. S., Cummings, E. M. ve Acebo, C. (2007). Child emotional insecurity and academic achievement: The role of sleep disruptions. *Journal of Family Psychology*, 21(1), 29–38.
- Erkorkmaz, Ü., Etikan, İ., Demir, O., Özdamar, K. ve Sanisoğlu, Y. (2012). Doğrulayıcı faktör analizi ve uyum indeksleri. *Türkiye Klinikleri Tıp Bilimleri Dergisi*, 33(1).
- Gaylor E. E., Burnham M. M., Goodlin-Jones B. L. ve Anders T. F. (2005). A longitudinal follow-up study of young children's sleep patterns using a developmental classification system. *Behavioral Sleep Medicine*, 3(1), 44-61.
- Gözün-Kahraman, Ö. ve Ceylan, Ş. (2018). 0-3 Yaş grubu çocukların uyku alışkanlıklarının belirlenmesi. *Journal of History Culture and Art Research*, 7(3), 607-620.
- Hooper, D., Coughlan, J. ve Mullen, M. R. (2008). Structural equation modelling: Guidelines for determining model fit. *The Electronic Journal of Business Research Methods*, 6, 53-60.
- Johnson, N. ve McMahon, C. (2008). Preschoolers' sleep behaviour: associations with parental hardness, sleep-related cognitions and bedtime interactions. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(7), 765–773.
- Kahn, M., Barnett, N., Glazer, A. ve Gradisar, M. (2021). Infant sleep during COVID-19: longitudinal analysis of infants of us mothers in home confinement versus working as usual. *Sleep Health*, 7(1), 19-23.
- Kanis, J. B., Schwerdtle, B., Kübler, A. ve Schlarb, A. A. (2015). Parent perceptions and practices regarding sleep in children. *Somnologie*, 4, 263-270.
- Karabulut-Demir, E. ve Şendil, G. (2008). Ebeveyn tutum ölçeği (ETÖ). *Türk Psikoloji Yazıları*, 11(21), 15-25.

- Kaynak, S. ve Duran, S. (2022). Pandemi döneminde 0-17 yaş arası çocuğu olan annelerde algılanan stres ve stresle başa çıkma tarzları. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 16, 190-201.
- Keller, P. ve El-Sheikh, M. (2011). Children's emotional security and sleep: Longitudinal relations and directions of effects. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 52, 64–71.
- Knappe S., Pfarr A. L., Petzoldt J., Härtling S. ve Martini J. (2020). Parental Cognitions About Sleep Problems in Infants: A Systematic Review. *Front Psychiatry*, 11, 1-16.
- Koçak, Z. ve Harmanlı, H. (2020). Covid-19 pandemi sürecinde ailede ruh sağlığı. *Karatay Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5, 183-207.
- Lam, P., Hiscock, H. ve Wake, M. (2003). Outcomes of infant sleep problems: a longitudinal study of sleep, behavior, and maternal well-being. *Pediatrics*, 111, 203–207.
- Lozoff, B., Wolf, A. W. ve Davis, N. S. (1985). Sleep problems seen in pediatric practice. *Pediatrics*, 75, 477–483.
- Mao, A., Burnham, M. M., Goodlin-Jones, B. L., Gaylor, E. E. ve Anders, T. F. (2004). A comparison of the sleep-wake patterns of cosleeping and solitary-sleeping infants. *Child Psychiatry and Human Development*, 35(2), 95-105.
- Markovic, A., Mühlematter, C., Beaugrand, M., Camos, V. ve Kurth, S. (2021). Severe effects of the COVID-19 confinement on young children's sleep: A longitudinal study identifying risk and protective factors. *Journal of Sleep Research*, 30(5), e13314.
- Mindell, J. A. (1999). Empirically supported treatments in pediatric psychology: bedtime refusal and night wakings in young children. *Journal of Pediatric Psychology*, 24, 465-481.
- Morrell, J. M. (1999). The role of maternal cognitions in infant sleep problems as assessed by a new instrument, the Maternal Cognitions About Infant Sleep Questionnaire. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 40, 247–258.
- Morrell, J. M. ve Cortina-Borja, M. (2002). The developmental change in strategies parents employ to settle young children to sleep, and their relationship to infant sleeping problems, as assessed by a new questionnaire: The Parental Interactive Bedtime Behaviour scale. *Infant Child Development*, 11, 17-41.
- Morrell, J. ve Steele, H. (2003). The role of attachment security, temperament, maternal perception, and caregiving behavior in persistent infant sleeping problems. *Infant Mental Health Journal*, 24, 447–468.

- Nevarez, M. D., Rifas-Shiman, S. L., Kleinman, K. P., Gillman, M. W. ve Taveras, E. M. (2010). Associations of early life risk factors with infant sleep duration. *Academic Pediatrics*, 10(3), 187-93.
- O'Brien, L. M. ve Gozal, D. (2004). Neurocognitive dysfunction and sleep in children: From human to rodent. *Pediatric Clinics*, 51, 187-202.
- Owens-Stively, J., Frank, N., Smith, A., Hagino, O., Spirito, A., Arrigan, M. ve Alario, A. J. (1997). Child temperament, parenting discipline style, and daytime behaviour in childhood sleep disorders. *Developmental and Behavioral Pediatrics*, 18, 314–321.
- Parade, S. H., Wong, K., Belair, R., Dickstein, S. ve Seifer, R. (2019). Infant sleep moderates the effect of infant temperament on maternal depressive symptoms, maternal sensitivity, and family functioning. *Infant Behavior and Development*, 57(1), 101343.
- Philbrook, L. E. ve Teti, D. M. (2016). Bidirectional associations between bedtime parenting and infant sleep: Parenting quality, parenting practices, and their interaction. *Journal of Family Psychology*, 30(4), 431-441.
- Priddis, L. E. (2009). Tuned in parenting and infant sleep patterns. *Early Child Development and Care*, 179, 259–269.
- Ragni, B., Stasio, S., Barni, D., Gentile, S. ve Giampaolo, R. (2019). Parental mental health, fathers' involvement and bedtime resistance in infants. *Italian Journal of Pediatrics*, 45(134), 2-10.
- Roberts, C. M., Harper, K. H., Bistricky, S. L. ve Short, M. B. (2020). Bedtime behaviors: Parental mental health, parental sleep, parental accommodation, and children's sleep disturbance. *Children's Health Care*, 49(2), 115-133.
- Sadeh, A. (2007). Consequences of sleep loss or sleep disruption in children. *Sleep Medicine Clinics*, 2(3), 513–520.
- Sadeh, A. ve Anders, T. F. (1993). Infant sleep problems: Origins, assessment, interventions. *Infant Mental Health Journal*, 14(1), 17–34.
- Sadeh, A., Flint-Ofir, E., Tirosh, T. ve Tikotzky, L. (2007). Infant sleep and parental sleep-related cognitions. *Journal of Family Psychology*, 21(1), 74–87.
- Sadeh, A., Gruber, R. ve Raviv, A. (2002). Sleep, neurobehavioral functioning, and behavior problems in school-age children. *Child Development*, 73, 405-417.
- Sadeh, A. (2004). A Brief Screening Questionnaire for Infant Sleep Problems: Validation and findings for an internet sample. *Pediatrics*, 113(6), 570-577.
- Sadeh, A., Mindell, J., Luedtke, K. ve Wiegand, B. (2009). Sleep and sleep ecology in the first 3 years: A web-based study. *Journal Sleep Research*, 18(6), 60-73.

- Sadeh, A., Tikotzky, L. ve Scher, A. (2010). Parenting and infant sleep. *Sleep Medicine Reviews*, 14, 89–96.
- Scher, A. (2001). Mother–child interaction and sleep regulation in one-year olds. *Infant and Child Development*, 22, 515–528.
- Scher, A. (2005). Crawling in and out of sleep. *Infant and Child Development*, 14(5), 491–500.
- Sümer, N., Aktürk, E.G. ve Helvacı, E. (2010). Anne-baba tutum ve davranışlarının psikolojik etkileri: Türkiye’de yapılan çalışmalara toplu bakış. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13(25), 42-59.
- Taşdemir, F. ve Temel-Bayık, A. (2015). Yaşamın ilk üç yılında uyku sorunları ve etkili uyku ekolojisi etmenleri. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 31(3) , 1-19.
- Teti, D. M., Kim, B. R., Mayer, G. ve Countermine, M. (2010). Maternal emotional availability at bedtime predicts infant sleep quality. *Journal of Family Psychology*, 24, 307–315.
- Tétreault, É., Bouvette-Turcot, A.-A., Bernier, A. ve Bailey, H. (2017). Associations between early maternal sensitivity and children's sleep throughout early childhood. *Infant and Child Development*, 26(4), e2004.
- Tikotzky, L. ve Sadeh, A. (2009). Maternal sleep-related cognitions and infant sleep: A longitudinal study from pregnancy through the 1st year. *Child Development*, 80(3), 860-74.
- Tikotzky, L. ve Shaashua, L. (2012). Infant sleep and early parental sleep-related cognitions predict sleep in pre-school children. *Sleep Medicine*, 13(2), 185-192.
- Tyler, D., Donovan, C. L., Scupham, S., Shiels, A. L. ve Weaver, S. A. (2019). Young children’s sleep problems: The impact of parental distress and parenting style. *Journal of Child and Family Studies*, 28, 2098-2106.
- Weinraub, M., Bender, R. H., Friedman, S. L., Susman, E. J., Knoke, B., Bradley, R. ve Williams, J. (2012). Patterns of developmental change in infants' nighttime sleep awakenings from 6 through 36 months of age. *Developmental Psychology*, 48, 1511–1528.
- Zreik, G., Asraf, K., Tikotzky, L. ve Haimov, I. (2021). Maternal sleep related cognitions and child sleep quality: A cross-cultural comparison between the Arab and Jewish societies in Israel. *Sleep Medicine*, 81, 218-226.

ÖZGEÇMİŞ

Adı, Soyadı	Zeynep		YAVUZ
Doğum Yeri ve Yılı			
Bildiği Yabancı Diller	İngilizce		Arapça
ve Düzeyi	İleri		Orta
Eğitim Durumu	Başlama - Bitirme Yılı		Kurum Adı
Lise	2010	2014	Özel Gülbahar Anadolu Lisesi
Lisans	2014	2019	İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi
Lisans	2016	2020	İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi
Yüksek Lisans	2020	2024	İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi
Doktora	-	-	-
Çalıştığı Kurum/lar	Başlama - Ayrılma Yılı		Çalışılan Kurumun Adı
1. Anaokulu	2021	-	-Özel Deniz Yıldızım Anaokulu
2.	-	-	-
3.	-	-	-
Üye Olduğu Bilimsel ve Mesleki Kuruluşlar	-Türk Psikologlar Derneği		
Katıldığı Proje ve Toplantılar	-		
Yayınlar:			
Diğer:			
İletişim (e-posta):			
Tarih İmza Adı Soyadı		09.01.2024 Zeynep YAVUZ	

