



T.C.

İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

TEMEL EĞİTİM ANA BİLİM DALI

OKUL ÖNCESİ EĞİTİMİ BİLİM DALI

EBEVEYNLERİN DOĞAYA BAĞLILIK ÖZ YETERLİLİĞİ İLE EBEVEYNLİK
STRESİ VE ÇOCUK İLİŞKİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HÜLYA KÜÇÜK

Malatya-2026

T.C.
İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
TEMEL EĞİTİM ANA BİLİM DALI
OKUL ÖNCESİ EĞİTİMİ BİLİM DALI


EBEVEYNLERİN DOĞAYA BAĞLILIK ÖZ YETERLİLİĞİ İLE EBEVEYNLİK
STRESİ VE ÇOCUK İLİŞKİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hülya KÜÇÜK

Danışman: Doç. Dr. Merve PEPELE

Malatya-2026

	KABUL ONAY FORMU	DokümanNo	İNÜ-KYS-FRM-142
		YayınTarihi	19.08.2019
İNÖNÜÜNİVERSİTESİ		RevizyonNo	
		RevizyonTarihi	

**İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ**

**EBEVEYNLERİN DOĞAYA BAĞLILIK ÖZ YETERLİLİĞİ İLE EBEVEYNLIK STRESİ
VE ÇOCUK İLİŞKİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN
Doç. Dr. Merve PEPELE

HAZIRLAYAN
Hülya KÜÇÜK

Jürimiz tarafından 27/01/2026 tarihinde yapılan tez savunma sınavı sonucunda bu tez **oybirliği/oyçokluğu** ile başarılı bulunarak Temel Eğitim Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyelerinin Unvanı Adı Soyadı

İmza

1.

Doç. Dr. Merve PEPELE

.....

2.

Doç. Dr. Rıdvan KARABULUT

.....

3.

Dr. Öğr. Üyesi Seda ŞAHİN

.....

ONAY

Bu tez, İnönü Üniversitesi Lisansüstü Eğitim-Öğretim Yönetmeliği'nin ilgili maddeleri uyarınca yukarıdaki jüri üyeleri tarafından kabul edilmiş ve Enstitü Yönetim Kurulu'nun .../.../20... tarih ve 20.../...sayılı Kararıyla da uygun görülmüştür.

Prof. Dr. Eyüp İZCİ

Enstitü Müdürü

ONUR SÖZÜ

Doç. Dr. Merve PEPELE'nin danışmanlığında yüksek lisans tezi olarak hazırladığım *Ebeveynlerin Doğaya Bağlılık Öz Yeterliliği İle Ebeveynlik Stresi Ve Çocuk İlişkileri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi* başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın tarafımdan yazıldığını ve yararlandığım bütün eserlerden hem metin içinde hem de kaynakçada yöntemine uygun biçimde gösterilenlerden oluştuğunu belirtir, bunu onurumla doğrularım.

Hülya KÜÇÜK

ÖNSÖZ

Teşekkürlerime başlamadan önce, bu süreçte yaşadığım her anın ve üstesinden gelmeye çalıştığım her zorluğun benim için ne kadar öğretici ve kıymetli olduğunu özellikle belirtmek isterim.

Tez sürecimin en başından, araştırmamın tamamlanmasına kadar geçen sürede; mesleki gelişimime katkı sağlayan, engin bilgisi, tecrübesi ve hoşgörüsüyle bana yol gösteren, her zorlukta yoluma ışık tutarak bana sabırla rehberlik eden değerli danışmanım Doç. Dr. Merve PEPELE'ye sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Hayatımın her aşamasında olduğu gibi bu zorlu süreçte de varlıklarıyla bana güç veren, sevgisini ve şefkatini her daim hissettiğim kıymetli annem Sevgi AKBULAK'a; eğitim hayatım boyunca maddi ve manevi desteğini benden hiçbir zaman esirgemeyen, bugünlere gelmemde büyük emeği olan babam Muzaffer AKBULAK'a teşekkürü bir borç bilirim.

Bu yoğun süreçte tüm stresimi ve yorgunluğumu anlayışla karşılayan, sabırla ve varlığıyla bana her zaman motivasyon kaynağı olan, en büyük destekçim sevgili eşim Kadri KÜÇÜK'e teşekkür ederim.

Son olarak, araştırmamın uygulama sürecinde sınıflarını bana açan, olumlu tutumları ve iş birlikleriyle çalışmama katkı sağlayan tüm öğretmen meslektaşlarıma teşekkür ederim.

Hülya KÜÇÜK

ÖZET

EBEVEYNLERİN DOĞAYA BAĞLILIK ÖZ YETERLİLİĞİ İLE EBEVEYNLİK STRESİ VE ÇOCUK İLİŞKİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

KÜÇÜK, Hülya

Yüksek Lisans, İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Okul Öncesi Eğitimi Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Merve PEPELE

Ocak-2026, XI+128

Bu araştırma, ebeveynlerin doğaya bağlılık temelli ebeveyn öz yeterlilik düzeyleri ile ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişkilerinin kalitesi arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Günümüzde çocukların doğayla etkileşim fırsatlarının azalması ve aile yaşamının giderek kapalı ve yapılandırılmış ortamlara kayması, ebeveynlerin doğaya ilişkin yeterlilik algılarının önemini artırmıştır. Ancak alanyazında doğaya bağlılık temelli ebeveyn öz yeterliliğinin ebeveynlik süreçleriyle birlikte ele alındığı çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Bu nedenle doğaya bağlılık temelli ebeveyn öz yeterliliğinin ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi ile birlikte incelenmesine ihtiyaç duyulmuştur.

Araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeliyle yürütülmüştür. Araştırmanın örneklemini, 2025-2026 eğitim öğretim yılında Kırşehir il merkezinde anaokuluna devam eden 48-72 aylık çocuğu bulunan toplam 255 ebeveyn oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Doğaya Bağlılık Ebeveyn Öz Yeterlilik Ölçeği, Ebeveynlik Stresi Ölçeği, Ebeveyn-Çocuk İlişki Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Elde edilen veriler istatistiksel paket programı aracılığıyla analiz edilmiş; analiz sürecinde korelasyon analizi, regresyon analizi, bağımsız örneklemler t-testi ve varyans analizi (ANOVA) yöntemlerinden yararlanılmıştır.

Araştırma bulguları, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri arttıkça ebeveynlik stresinin azaldığını, buna karşılık olumlu ebeveyn-çocuk ilişki düzeylerinin güçlendiğini ortaya koymuştur. Ayrıca doğaya bağlılık temelli ebeveyn öz yeterliliğinin

hem ebeveynlik stresi hem de ebeveyn–çocuk ilişki kalitesi üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu belirlenmiştir. Demografik değişkenlere ilişkin bulgular incelendiğinde, ebeveyn cinsiyetinin yalnızca olumlu ebeveyn–çocuk ilişkileri üzerinde anlamlı bir farklılık yarattığı; ebeveynlerin eğitim düzeyi, çocuk sayısı ve aile gelir durumunun ise doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleriyle anlamlı biçimde ilişkili olduğu saptanmıştır.

Anahtar Sözcükler: Doğaya bağlılık, Ebeveyn-Çocuk ilişkisi, Ebeveyn stresi, Okul öncesi dönem, Öz yeterlilik



ABSTRACT

AN EXAMINATION OF THE RELATIONSHIPS BETWEEN PARENTS' NATURE CONNECTEDNESS SELF-EFFICACY, PARENTING STRESS, AND PARENT-CHILD RELATIONSHIPS

KÜÇÜK, Hülya

M.S., İnönü University, Institute of Educational Sciences

Department of Preschool Education

Advisor: Assoc. Prof. Dr. Merve PEPELE

January-2026, XI+128 pages

This study was conducted to examine the relationships between parents' nature-connected parenting self-efficacy levels, parenting stress, and the quality of parent-child relationships. In recent years, the decreasing opportunities for children to interact with nature and the increasing tendency of family life to take place in enclosed and structured environments have heightened the importance of parents' perceptions of their competence regarding nature. However, the literature shows that studies examining nature-connected parenting self-efficacy together with parenting processes are limited. Therefore, there is a need to investigate nature-connected parenting self-efficacy in relation to parenting stress and the quality of parent-child relationships within a holistic framework.

The study was conducted using a relational survey model, one of the quantitative research methods. The study group consisted of 255 parents who have children aged 48-72 months attending kindergarten in the city center of Kırşehir during the 2025-2026 academic year. Data were collected using the Nature-Connected Parenting Self-Efficacy Scale, the Parenting Stress Scale, the Parent-Child Relationship Scale, and a Personal Information Form. The obtained data were analyzed using a statistical software package. Correlation analysis, regression analysis, independent samples t-test, and analysis of variance (ANOVA) were employed in the data analysis process.

The findings revealed that as parents' nature-connected parenting self-efficacy levels increased, parenting stress decreased, while positive parent-child relationship levels strengthened. In addition, nature-connected parenting self-efficacy was found to be

a significant predictor of both parenting stress and the quality of parent–child relationships. Regarding demographic variables, parental gender created a significant difference only in positive parent–child relationships, whereas parents’ educational level, number of children, and family income were significantly related to nature-connected parenting self-efficacy levels.

Keywords: Nature connectedness, parent–child relationship, parenting stress, preschool period, self-efficacy



İÇİNDEKİLER

ONUR SÖZÜ.....	İ
ÖNSÖZ.....	İİ
ÖZET.....	İİİ
ABSTRACT.....	V
İÇİNDEKİLER.....	Vİİ
TABLolar LİSTESİ.....	X
KISALTMALAR DİZİNİ.....	Xİ
BÖLÜM I.....	1
1. GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu.....	3
1.2. Problem Cümlesi.....	5
1.2.1. Alt Problemler.....	5
1.3. Araştırmanın Önemi.....	6
1.4. Sınırlılıklar.....	7
1.5. Tanımlar.....	8
BÖLÜM II.....	9
2. KURAMSAL BİLGİLER VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	9
2.1. Doğaya Bağlılık Kavramı.....	9
2.1.2. Doğaya Bağlılığın Boyutları.....	11
2.1.3. Doğaya Bağlılıkla İlgili Kuramsal Yaklaşımlar.....	12
2.1.4. Doğaya Bağlılığın Psikolojik, Sosyal ve Davranışsal Yansımaları.....	14
2.1.5. Doğaya Bağlılığın Aile, Ebeveynlik ve Çocuk Gelişimi Açısından Önemi..	15
2.2. Ebeveynlerin Doğaya Bağlılığı.....	16
2.2.1. Ebeveynlik Rolü ve Doğayla Kurulan İlişki.....	16
2.2.2. Ebeveynlerin Doğaya Yönelik Tutumlarının Aile Yaşamına ve Çocuk Gelişimine Yansımaları.....	18
2.3. Ebeveynlerin Doğaya Bağlılık Öz-Yeterliği.....	19
2.3.1. Ebeveynlerin Doğaya Bağlılık Öz-Yeterliği Kavramı.....	20
2.3.2. Doğaya Bağlılık Öz-Yeterliğinin Ebeveyn Davranışlarına Yansımaları.....	22
2.4. Ebeveynlik Stresi.....	24
2.4.1. Ebeveynlik Stresi Kavramı.....	24
2.4.2. Ebeveynlik Stresinin Ebeveyn Davranışları ve Ebeveyn-Çocuk İlişkisi	

Üzerindeki Etkileri	25
2.5. Ebeveyn-Çocuk İlişkisi	27
2.5.1. Ebeveyn-Çocuk İlişkisinin Kavramsal Temeli	27
2.5.2. Ebeveyn Tutumlarının Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Üzerindeki Rolü	28
2.6. Kavramlar Arasındaki İlişkiler.....	30
2.6.1. Doğaya Bağlılık, Doğaya Bağlılık Öz-Yeterliği ve Ebeveynlik Süreci	30
2.6.2. Doğaya Bağlılık ve Doğaya Bağlılık Öz-Yeterliğinin Ebeveynlik Stresi ve Ebeveyn-Çocuk İlişkisiyle İlişkisi.....	32
2.7. İlgili Araştırmalar	33
2.7.1. Doğaya Bağlılık ile İlgili Yapılan Araştırmalar	33
2.7.2. Ebeveyn Stresi ile İlgili Yapılan Araştırmalar.....	38
2.7.3. Ebeveyn-Çocuk İlişkisi ile İlgili Yapılan Araştırmalar	40
BÖLÜM III.....	44
3.YÖNTEM	44
3.1. Araştırmanın Yöntemi.....	44
3.2. Araştırma Modeli	44
3.3. Evren ve Örneklem	45
3.4. Veri Toplama Araçları	46
3.4.1. Kişisel Bilgi Formu.....	47
3.4.2.Doğaya Bağlılık Ebeveyn Öz Yeterliliği Ölçeği (NCPSE)	47
3.4.3. Ebeveyn Stres Ölçeği.....	47
3.4.4. Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeği	48
3.5. Verilerin Toplanması	48
3.6. Verilerin Analizi.....	49
BÖLÜM IV.....	51
4. BULGULAR.....	51
4.1. Araştırmanın Birinci Alt Problemine İlişkin Bulgular.....	51
4.2. Araştırmanın İkinci ve Üçüncü Alt Problemlerine İlişkin Bulgular	52
4.3. Araştırmanın Dördüncü ve Beşinci Alt Problemine İlişkin Bulgular	54
4.4. Araştırmanın Altıncı Alt Problemine İlişkin Bulgular	59
BÖLÜM V	71
5. TARTIŞMA VE YORUM.....	71
5.1. Araştırmanın Birinci Alt Problemine Yönelik Tartışma ve Yorum.....	71
5.2. Araştırmanın İkinci ve Üçüncü Alt Problemine Yönelik Tartışma ve Yorum ...	75

5.3. Araştırmanın Dördüncü ve Beşinci Alt Problemine Yönelik Tartışma ve Yorum	79
5.4. Araştırmanın Altıncı Alt Problemine Yönelik Tartışma ve Yorum	82
BÖLÜM VI	93
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	93
6.1. Sonuçlar	93
6.1.1. Araştırmanın Birinci Alt Problemine İlişkin Sonuçlar	93
6.1.2. Araştırmanın İkinci ve Üçüncü Alt Problemine İlişkin Sonuçlar	94
6.1.3. Araştırmanın Dördüncü ve Beşinci Alt Problemine İlişkin Sonuçlar	94
6.1.4. Araştırmanın Altıncı Alt Problemine İlişkin Sonuçlar	95
6.2. Öneriler	96
6.2.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler	96
6.2.2. Uygulayıcılara (Eğitimcilere ve Uzmanlara) Yönelik Öneriler	97
KAYNAKÇA	99
EKLER	119
EK-1: Kişisel Bilgi Formu	119
EK-2: Doğaya Bağlılık Ebeveyn Öz Yeterliliği (NCPSE) Ölçeği	120
EK-3: Ebeveyn Stres Ölçeği	121
EK-4: Ebeveyn Çocuk İlişkisi Ölçeği	122
EK-5: Doğaya Bağlılık Ebeveyn Öz Yeterliliği (NCPSE) Ölçeği İzni	123
EK-6: Ebeveyn Stres Ölçeği İzni	124
EK-7: Ebeveyn Çocuk İlişkisi Ölçek İzni	125
EK-8: Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu Raporu	126
EK-9: MEB Yasal İzin	127
EK-10: Katılımcılar İçin Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu	128

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Örneklem İlişkin Demografik Özellikler	45
Tablo 2. Araştırmada Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarına İlişkin Güvenirlik Bulguları.....	49
Tablo 3. Ebeveynlerin Doğaya Bağlılık Öz Yeterlilik, Ebeveynlik Stresi ve Ebeveyn-Çocuk İlişki Kalitesine İlişkin Betimsel İstatistikleri	51
Tablo 4. Ebeveynlerin Doğaya Bağlılık Öz Yeterlilik, Ebeveynlik Stresi ve Ebeveyn-Çocuk İlişki Kalitesine İlişkin Betimsel İstatistikler	53
Tablo 5. Doğaya Bağlılık Öz Yeterliliğinin Ebeveynlik Stresi Üzerindeki Yordayıcı Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları	55
Tablo 6. Doğaya Bağlılık Öz Yeterlilik Alt Boyutlarının Ebeveynlik Stresini Yordayıcı Etkisine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları.....	55
Tablo 7. Doğaya Bağlılık Öz Yeterliliğinin Olumlu Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Üzerindeki Yordayıcı Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları	56
Tablo 8. Doğaya Bağlılık Öz Yeterlilik Alt Boyutlarının Olumlu Ebeveyn-Çocuk İlişkilerini Yordayıcı Etkisine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları	57
Tablo 9. Doğaya Bağlılık Öz Yeterliliğinin Olumsuz Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Üzerindeki Yordayıcı Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları	58
Tablo 10. Doğaya Bağlılık Öz Yeterlilik Alt Boyutlarının Olumsuz Ebeveyn-Çocuk İlişkilerini Yordayıcı Etkisine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları	58
Tablo 11. Ebeveynlerin Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları	60
Tablo 12. Ebeveynlerin Ölçek Puanlarının Çalışma Durumuna Göre Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları.....	61
Tablo 13. Ebeveynlerin Ölçek Puanlarının Yaş Gruplarına Göre Welch Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	63
Tablo 14. Ebeveynlerin Ölçek Puanlarının Eğitim Durumuna Göre Welch Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	65
Tablo 15. Ebeveynlerin Ölçek Puanlarının Toplam Çocuk Sayısına Göre Welch Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	67
Tablo 16. Ebeveynlerin Ölçek Puanlarının Ailenin Gelir Durumuna Göre Welch Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	69

KISALTMALAR DİZİNİ

ART	: Attention Restoration Theory (Dikkat Yenilenme Kuramı)
CNS	: Connectedness to Nature Scale
INS	: Inclusion of Nature in Self
MEB	: Millî Eğitim Bakanlığı
NCPSE	: Nature Connectedness Parental Self-Efficacy



BÖLÜM I

1. GİRİŞ

Ebeveynlik, bireyin yaşamında üstlendiği en karmaşık ve çok boyutlu rollerden biridir. Özellikle erken çocukluk döneminde (48–72 ay) çocuğun gelişimsel gereksinimlerinin yoğunluğu, ebeveynlerin bilişsel, duygusal ve davranışsal kaynaklarını sürekli biçimde kullanmalarını gerektirmektedir. Günlük yaşam içerisinde çocuğun bakımını üstlenmek, sınır koymak, rehberlik etmek, duyguları düzenlemek ve karar vermek gibi çok sayıda sorumluluk ebeveynlerin zihinsel yükünü artırabilmektedir. Uzun süreli zihinsel ve duygusal çaba ise ebeveynlerin tükenmişlik ve stres yaşama olasılığını yükseltebilmektedir.

Kaplan ve Kaplan (1989) tarafından ortaya konulan Dikkat Yenilenme Kuramı (Attention Restoration Theory), bireylerin yönlendirilmiş dikkat kapasitesinin sınırlı olduğunu ve uzun süreli zihinsel çabanın dikkat tükenmesine yol açtığını ileri sürmektedir. Kurama göre doğal çevreler, bireylerin dikkat kapasitesini yeniden toparlamalarına olanak sağlayan restoratif özellikler taşımaktadır. Bu çerçevede doğayla temasın yalnızca estetik bir deneyim olmadığı; bilişsel ve duygusal düzenleme süreçlerini destekleyebilecek bir çevresel kaynak olduğu ifade edilmektedir. Nitekim son yıllarda gerçekleştirilen sistematik derlemeler ve ampirik çalışmalar, doğada zaman geçirmenin stres düzeyini azaltabildiğini, bilişsel performansı destekleyebildiğini ve psikolojik iyi oluşu artırabildiğini göstermektedir (Tillmann vd., 2018; Pocock vd., 2023; Liu vd., 2024). Türkiye’de yapılan araştırmalarda da doğayla temasın rahatlama hissi ve psikolojik iyi oluş ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Bektaş vd., 2017; Çınar ve Duran, 2021).

Bu bulgular, yoğun zihinsel ve duygusal sorumluluklar üstlenen ebeveynler açısından doğanın potansiyel bir destek kaynağı olabileceğini düşündürmektedir. Özellikle erken çocukluk döneminde ebeveynlik, sürekli dikkat, sabır ve duygusal düzenleme gerektiren bir süreçtir. Bu noktada doğayla temasın ebeveynlerin psikolojik dayanıklılığı ve stres düzenleme süreçleri üzerinde nasıl bir rol oynadığı önemli bir araştırma konusu olarak ortaya çıkmaktadır.

Ebeveynlik sürecinde yaşanan zorlanmalar çoğu zaman ebeveynlik stresi kavramı çerçevesinde ele alınmaktadır. Abidin’e (1990) göre ebeveynlik stresi; ebeveynin

özellikleri, çocuğun özellikleri ve çevresel faktörlerin etkileşimi sonucunda ortaya çıkan çok boyutlu bir yapıdır. Ebeveynlerin çocuklarının ihtiyaçlarını karşılamada yetersiz kalabileceklerine yönelik algıları, zihinsel ve duygusal zorlanmaları artırabilmektedir (Aslan Gördesli ve Aydın Sünbül, 2021). Uzun süreli ebeveynlik stresinin ebeveyn tükenmişliği ile ilişkili olduğu ve psikolojik iyi oluşu olumsuz etkileyebildiği belirtilmektedir (Mikolajczak vd., 2019; Rusu vd., 2025).

Ebeveynlik stresi yalnızca ebeveyni etkilemekle kalmamakta, aynı zamanda ebeveyn-çocuk ilişkisinin niteliğini de belirleyebilmektedir. Belsky'nin (1984) ebeveynlik süreç modeline göre ebeveynin psikolojik kaynakları, ebeveynlik davranışlarının önemli belirleyicilerindedir. Yüksek stres düzeyine sahip ebeveynlerin çocuklarına karşı daha tepkisel ve daha az duyarlı olabildikleri; uzun süreli stresin ebeveyn-çocuk etkileşiminde olumsuz örüntülere yol açabildiği ifade edilmektedir (Deater-Deckard, 1998, 2004). Oysa erken çocukluk döneminde ebeveyn duyarlılığı, çocuğun duygusal düzenleme becerileri, sosyal uyum ve davranışsal gelişimi açısından kritik öneme sahiptir (Kochanska, 1997, 2002). Güncel çalışmalar da ebeveynlik stresinin çocukların davranışsal ve duygusal uyum süreçleri ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Spinelli vd., 2020). Bu durum ebeveynlik stresinin bireysel bir deneyim olmanın ötesinde, ilişkisel ve gelişimsel sonuçları olan bir süreç olduğunu ortaya koymaktadır.

Ebeveynlerin stresle başa çıkma biçimlerini açıklarken öz-yeterlilik kavramı önemli bir kuramsal çerçeve sunmaktadır. Bandura'ya (1977) göre öz-yeterlilik, bireyin belirli bir görevi başarıyla yerine getirebileceğine ilişkin inancıdır ve bu inanç zorlayıcı durumlara başa çıkma davranışlarını etkilemektedir. Ebeveynlik bağlamında yüksek öz-yeterlilik algısına sahip bireylerin stresli durumlarda daha dengeli davranabildikleri ve daha işlevsel ebeveynlik uygulamaları sergiledikleri belirtilmektedir (Coleman ve Karraker, 2000; Jones ve Prinz, 2005).

Bu bağlamda son yıllarda literatüre giren Doğaya Bağlılık Temelli Ebeveyn Öz Yeterliliği, ebeveynlerin çocuklarını doğayla buluşturma, doğa etkinliklerini planlama ve bu süreci sürdürebilme konusundaki yeterlik algılarını ifade etmektedir (Barnes vd., 2021). Bu kavram, doğayla temasın yalnızca çocuklar için değil, ebeveynler için de düzenleyici ve güçlendirici bir kaynak olabileceğini varsaymaktadır. Türkiye bağlamında bu kavramın ölçülmesine yönelik uyarılma ve geçerlik çalışmaları yapılmış olmakla birlikte (Keleş Ertürk ve Kılıçoğlu, 2024), doğaya bağlılık temelli ebeveyn öz yeterliliğinin ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi ile birlikte ele alındığı

çalışmaların oldukça sınırlı olduğu görülmektedir.

Kuramsal olarak Dikkat Yenilenme Kuramı ve Sosyal Bilişsel Kuram birlikte değerlendirildiğinde, doğayla etkileşim ebeveynlerin psikolojik kaynaklarını destekleyebilir; bu destek ebeveynlerin öz-yeterlilik algılarını güçlendirebilir; güçlenen öz-yeterlilik algısı ise ebeveynlik stresinin azalmasına ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin artmasına katkı sağlayabilir. Ancak bu değişkenlerin aynı model içerisinde birlikte incelendiği araştırmaların yetersizliği önemli bir boşluk oluşturmaktadır. Özellikle erken çocukluk döneminde çocuğu bulunan ebeveynler üzerinde yürütülen nicel çalışmaların sınırlı olması, konunun sistematik biçimde ele alınmasını gerekli kılmaktadır.

Bu araştırmada, ebeveynlerin doğaya bağlılık temelli öz yeterlilik düzeyleri ile ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Ayrıca doğaya bağlılık temelli ebeveyn öz yeterliliğinin ebeveynlik stresi aracılığıyla ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi üzerindeki etkisi test edilmiştir. Bu yönüyle çalışma, doğa temelli ebeveynlik yeterliliğini aile içi psikososyal süreçlerle ilişkilendirerek alanyazına katkı sunmayı amaçlamaktadır.

1.1. Problem Durumu

Son yıllarda doğayla kurulan ilişkinin bireylerin bilişsel, duygusal ve psikolojik süreçleriyle bağlantılı olabileceğine yönelik araştırmalar artış göstermektedir. Doğaya bağlılık, bireyin kendisini doğanın bir parçası olarak algılaması ve doğayla duygusal bir bağ kurması şeklinde tanımlanmaktadır (Bektaş vd., 2017). Doğal çevreyle temasın dikkat yenilenmesi, stresin azalması ve psikolojik iyi oluşun artması ile ilişkili olduğu çeşitli ampirik çalışmalar ve sistematik derlemeler tarafından ortaya konmuştur (Liu vd., 2024; Pocock vd., 2023). Kaplan ve Kaplan'ın (1989) Dikkat Yenilenme Kuramı'na göre doğal ortamlar, yönlendirilmiş dikkat kapasitesinin yeniden toparlanmasına katkı sağlamakta ve zihinsel yorgunluğu azaltmaktadır. Bu kuramsal çerçeve, doğayla etkileşimin yalnızca çevresel bir deneyim olmadığını; aynı zamanda bireyin psikolojik düzenleme süreçlerine katkı sunabilecek bir kaynak olduğunu göstermektedir.

Günümüzde çocukların açık alan ve doğal çevreyle etkileşim fırsatlarının azalması, aile yaşamının daha kapalı ve yapılandırılmış ortamlara kayması ve dijitalleşmenin artması, ebeveynlerin hem kendi psikolojik dayanıklılıklarını hem de çocuklarının doğayla ilişkisini destekleme sorumluluğunu daha görünür hale getirmiştir. Özellikle erken çocukluk döneminde ebeveynlik; sürekli dikkat, sabır ve duygusal

düzenleme gerektiren yoğun bir süreçtir. Bu bağlamda, ebeveynlerin doğayla etkileşimin sunduğu psikolojik kaynaklardan nasıl yararlandıkları ve bu durumun ebeveynlik süreçlerine nasıl yansıdığı önemli bir araştırma problemi olarak ortaya çıkmaktadır.

Ebeveynlik sürecinde yaşanan zorlanmalar çoğunlukla ebeveynlik stresi kavramı çerçevesinde ele alınmaktadır. Ebeveynlik stresi; ebeveynin çocuk yetiştirme sürecinde yaşadığı baskı, zorlanma ve yetersizlik algılarını içeren çok boyutlu bir yapıdır (Abidin, 1990). Araştırmalar, ebeveynlik stresinin artmasının ebeveyn tükenmişliği ile ilişkili olduğunu ve ebeveynlerin psikolojik iyi oluşunu olumsuz etkileyebildiğini göstermektedir (Mikolajczak vd., 2019). Ayrıca yüksek ebeveynlik stresinin ebeveyn–çocuk etkileşiminde olumsuz örüntülere yol açabildiği ve ebeveyn duyarlılığını azaltabildiği belirtilmektedir (Spinelli vd., 2020). Bu bulgular, ebeveynlik stresinin yalnızca bireysel bir deneyim olmadığını; aile içi ilişkilerin niteliğini etkileyen ilişkisel bir süreç olduğunu ortaya koymaktadır.

Erken çocukluk döneminde ebeveyn–çocuk ilişkisinin niteliği, çocuğun sosyal-duygusal ve davranışsal gelişimi açısından kritik öneme sahiptir (Sroufe, 2005). Olumlu ebeveyn–çocuk ilişkileri çocuğun güvenli bağlanma geliştirmesine, duygusal düzenleme becerilerinin güçlenmesine ve sosyal uyumunun artmasına katkı sağlarken; olumsuz ilişki örüntüleri gelişimsel riskler doğurabilmektedir. Bu nedenle ebeveyn–çocuk ilişki kalitesini etkileyen faktörlerin belirlenmesi kuramsal ve uygulamalı açıdan önem taşımaktadır. Ebeveynlik stresinin artmasının ilişki kalitesini olumsuz yönde etkileyebileceğine yönelik bulgular bulunmakla birlikte (Mikolajczak vd., 2019), bu stresin hangi koruyucu ya da düzenleyici değişkenlerle ilişkili olduğu yeterince açıklığa kavuşmamıştır.

Bu noktada öz-yeterlilik kavramı önemli bir açıklayıcı değişken olarak ortaya çıkmaktadır. Bandura'nın (1977) Sosyal Bilişsel Kuramı'na göre öz-yeterlilik, bireyin belirli bir davranışı gerçekleştirme konusundaki inancı olup stresle başa çıkma süreçlerini doğrudan etkilemektedir. Ebeveynlik bağlamında yüksek öz-yeterlilik algısına sahip ebeveynlerin stresli durumlarda daha işlevsel başa çıkma stratejileri geliştirdikleri ve daha olumlu ebeveynlik davranışları sergiledikleri belirtilmektedir. Bu çerçevede son yıllarda literatürde yer almaya başlayan doğaya bağlılık temelli ebeveyn öz-yeterliliği, ebeveynlerin çocuklarını doğayla buluşturma ve doğa temelli etkinlikleri sürdürebilme konusundaki yeterlik algılarını ifade etmektedir. Ancak bu kavramın ebeveynlik stresi ve ebeveyn–çocuk ilişki kalitesi ile birlikte ele alındığı çalışmaların oldukça sınırlı olduğu

görülmektedir.

Kuramsal olarak değerlendirildiğinde, doğayla etkileşim ebeveynlerin psikolojik kaynaklarını destekleyebilir; bu destek ebeveynlerin doğaya ilişkin öz-yeterlilik algılarını güçlendirebilir; güçlenen öz-yeterlilik algısı ise ebeveynlik stresinin azalmasına ve dolaylı olarak ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin artmasına katkı sağlayabilir. Ancak literatürde doğaya bağlılık temelli ebeveyn öz-yeterliliği, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesini aynı model içerisinde birlikte inceleyen araştırmaların sınırlı olması önemli bir boşluk oluşturmaktadır. Özellikle Türkiye bağlamında erken çocukluk döneminde çocuğu bulunan ebeveynler üzerinde yürütülen nicel çalışmaların yetersizliği, bu değişkenler arasındaki ilişkilerin sistematik biçimde incelenmesini gerekli kılmaktadır.

1.2. Problem Cümlesi

Bu araştırmanın temel problemi; ebeveynlerin doğaya bağlılık öz-yeterlilik düzeyleri ile ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi (olumlu ve olumsuz boyutlarıyla) arasındaki ilişkilerin incelenmesi ve doğaya bağlılık öz-yeterlilik düzeyinin ebeveynlik stresi ile ebeveyn-çocuk ilişki kalitesini anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığının belirlenmesidir.

1.2.1. Alt Problemler

1. Ebeveynlerin doğaya bağlılık öz-yeterlilik düzeyleri (doğaya erişim, doğa hakkında iletişim kurma, kişisel engellerin üstesinden gelme, durumsal engellerin üstesinden gelme), ebeveynlik stresi (ebeveyn ödülleri, ebeveyn stresörleri, kontrol eksikliği, ebeveyn memnuniyeti) ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin (olumlu ve olumsuz ilişki) genel düzeyleri nasıldır?
2. Ebeveynlerin doğaya bağlılık öz-yeterlilik düzeyleri ve alt boyutları ile ebeveynlik stresi ve alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Ebeveynlerin doğaya bağlılık öz-yeterlilik düzeyleri ve alt boyutları ile ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
4. Ebeveynlerin doğaya bağlılık öz-yeterlilik düzeyleri ve alt boyutları, ebeveynlik stresini ve alt boyutlarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

5. Ebeveynlerin doğaya bağlılık öz-yeterlilik düzeyleri ve alt boyutları, ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutlarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?
6. Ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi düzeyleri; cinsiyet, yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, çocuk sayısı ve aile gelir durumuna göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

1.3. Araştırmanın Önemi

Ebeveynlik süreçleri alanyazında çoğunlukla ebeveynlerin bireysel psikolojik özellikleri, kişilik yapıları ve içsel başa çıkma mekanizmaları üzerinden ele alınmaktadır. Ancak ebeveynliğin yalnızca bireysel özelliklerle açıklanamayacak, çevresel bağlamla etkileşim içinde şekillenen çok boyutlu bir süreç olduğu bilinmektedir. Buna karşın, ebeveynlik literatüründe çevresel kaynakların, özellikle de doğal çevreyle kurulan ilişkinin ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi üzerindeki rolünün sınırlı biçimde incelendiği görülmektedir. Bu araştırma, ebeveynlerin doğaya bağlılık temelli öz-yeterlilik düzeylerini ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi ile birlikte ele alarak ebeveynlik literatürüne çevresel bir perspektif kazandırmayı amaçlamaktadır. Bu yönüyle çalışma, genellikle ayrı ayrı incelenen bu değişkenleri bütüncül bir model çerçevesinde değerlendirmesi bakımından özgün bir katkı sunmaktadır.

Kuramsal açıdan araştırma, ebeveynlik stresini yalnızca risk faktörleri üzerinden açıklayan yaklaşımların ötesine geçerek destekleyici çevresel kaynaklara odaklanmaktadır. Dikkat Yenilenme Kuramı (Kaplan ve Kaplan, 1989), doğal ortamların bilişsel yorgunluğu azaltarak psikolojik kaynakları güçlendirdiğini ileri sürmektedir. Bununla birlikte Bandura'nın (1977) Sosyal Bilişsel Kuramı çerçevesinde öz-yeterlilik inancı, bireyin stresle başa çıkma kapasitesini etkileyen temel bir değişken olarak ele alınmaktadır. Bu çalışma, söz konusu iki kuramsal çerçeveyi ebeveynlik bağlamında bir araya getirerek doğaya bağlılık temelli öz-yeterlilik algısının ebeveynlik stresini ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesini nasıl etkileyebileceğine ilişkin bütüncül bir açıklama sunmaktadır. Böylece ebeveynlik süreçlerine ilişkin kuramsal tartışmalara çevresel ve bilişsel boyutları birlikte ele alan bir yaklaşım kazandırılması hedeflenmektedir.

Yöntemsel açıdan araştırma, doğaya bağlılık ebeveyn öz-yeterliliği, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesini aynı örneklem üzerinde nicel analizlerle birlikte incelemesi bakımından önem taşımaktadır. Özellikle ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin

olumlu ve olumsuz boyutlarıyla ele alınması, ebeveynlik süreçlerinin çok boyutlu yapısının daha ayrıntılı biçimde değerlendirilmesine olanak sağlamaktadır. Bu yönüyle çalışma, literatürde çoğunlukla tek değişkenli ya da sınırlı değişken setleriyle yürütülen araştırmalara kıyasla daha kapsamlı bir analiz çerçevesi sunmaktadır.

Araştırmanın önemi, Türkiye bağlamında erken çocukluk döneminde çocuğu bulunan ebeveynler üzerinde yürütülmüş olması açısından da dikkat çekmektedir. Türkiye’de doğaya bağlılık temelli ebeveyn öz-yeterliliğinin ebeveynlik stresi ve ebeveyn–çocuk ilişki kalitesi ile birlikte ele alındığı çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Kültürel bağlamın ebeveynlik algıları ve stres deneyimi üzerinde etkili olduğu göz önünde bulundurulduğunda, yerel örneklem üzerinden elde edilen bulguların literatüre özgün ve bağlamsal bir katkı sunacağı düşünülmektedir. Ayrıca erken çocukluk dönemi, ebeveyn–çocuk etkileşiminin yoğun ve gelişimsel açıdan belirleyici olduğu bir dönemdir. Bu dönemde ebeveynlik stresini azaltabilecek ve ilişki kalitesini güçlendirebilecek koruyucu faktörlerin belirlenmesi, gelişimsel açıdan da önemli görülmektedir.

Uygulama açısından araştırma bulgularının, ebeveynlik stresinin azaltılmasına yönelik doğa temelli destek programlarının geliştirilmesine katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Özellikle okul öncesi eğitim kurumlarında aile eğitim programları, rehberlik ve danışmanlık hizmetleri kapsamında ebeveynlerin doğayla etkileşimlerini artırmaya yönelik bilinçlendirme çalışmaları planlanabilir. Bu bağlamda çalışma, ebeveynlik süreçlerinde çevresel kaynakların daha bilinçli ve sistematik biçimde kullanılmasına yönelik uygulamalara rehberlik edebilecek niteliktedir.

Sonuç olarak bu araştırma, ebeveynlik süreçlerini yalnızca bireysel psikolojik özellikler çerçevesinde değil, çevresel ve bilişsel kaynaklarla etkileşim içinde ele alarak literatüre bütüncül bir bakış açısı kazandırmayı amaçlamaktadır. Doğaya bağlılık temelli ebeveyn öz-yeterliliğinin ebeveynlik stresi ve ebeveyn–çocuk ilişki kalitesi ile birlikte incelenmesi, hem kuramsal modellerin geliştirilmesine hem de ebeveynlik uygulamalarının güçlendirilmesine katkı sağlayabilecek bir çerçeve sunmaktadır. Bu yönüyle çalışma, ebeveynlik süreçlerinde çevresel faktörlerin rolünü görünür kılmaları açısından önemli ve özgün bir değer taşımaktadır.

1.4. Sınırlılıklar

- Bu araştırma, yalnızca Kırşehir İl Merkezi’nde ikamet eden ve 48-72 ay

grubunda çocuğu olan ebeveynlerle sınırlıdır.

- Araştırma, Doğaya Bağlılık Ebeveyn Öz Yeterliliği Ölçeği, Ebeveynlik Stresi Ölçeği ve Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeği ile ölçülebilen boyutlar ve niteliklerle sınırlıdır.
- Araştırma, İlişkisel Tarama Modeli ile tasarlandığından, değişkenler arasındaki ilişkiyi ortaya koymakla sınırlı olup, nedensellik belirleme gücü yoktur. Ayrıca veriler ebeveynlerin öz- bildirimlerine dayandığından, sosyal beğenirlik yanlılığı olasılığı bulunmaktadır.

1.5. Tanımlar

Doğaya Bağlılık Ebeveyn Öz Yeterliliği

Doğaya bağlılık ebeveyn öz yeterliliği; ebeveynlerin çocuklarıyla birlikte doğaya erişme, doğa temelli etkileşimleri başlatma ve bu süreçte karşılaştıkları çeşitli engelleri aşabilme kapasitelerine yönelik duydukları inanç ve öz algıdır (Keleş Ertürk ve Kılıçoğlu, 2024).

Ebeveynlik Stresi

Ebeveynlik stresi; ebeveynlik rolünün getirdiği talepler ile ebeveynin bu talepleri karşılamak için sahip olduğu kaynaklar arasındaki dengesizlikten kaynaklanan psikososyal zorlanma sürecidir (Aslan Gördesli ve Aydın Sünbül, 2021).

Ebeveyn-Çocuk İlişkisi

Ebeveyn-çocuk ilişkisi; ebeveyn ile çocuk arasındaki etkileşimin hem olumlu ve destekleyici yönlerini hem de çatışma ve olumsuzluk içeren taraflarını kapsayan, gündelik yaşamdaki karşılıklı paylaşımlarla sürekli olarak yeniden şekillenen dinamik bir süreçtir (Aytaç, Çen ve Yüceol, 2018).

BÖLÜM II

2. KURAMSAL BİLGİLER VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde doğaya bağlılık kavramı, ebeveynlik stresi, ebeveyn çocuk arasındaki ilişki ve bu değişkenlerin birbiriyle olan ilişkilerine yer verilmiştir. Son olarak ise, tüm bu değişkenlerle ilgili yurt içi ve yurt dışında gerçekleştirilmiş güncel araştırmalara yer verilerek literatür sentezi sunulmuştur.

2.1. Doğaya Bağlılık Kavramı

Doğaya bağlılık, bireyin kendisini doğanın dışında konumlandırmak yerine doğanın bir parçası olarak algılaması ve doğal çevreyle kurduğu duygusal yakınlığı ifade eden psikolojik bir yapıdır. Bu kavram, bireyin doğayla ilişkisini yalnızca fiziksel temas ya da çevresel farkındalık düzeyiyle sınırlı tutmaz; aynı zamanda benlik algısı ve kimlik gelişimi bağlamında ele alır. Mayer ve Frantz (2004), doğaya bağlılığı bireyin doğal çevreyi içselleştirerek geliştirdiği tutumların yanı sıra, psikolojik iyi oluşla ilişkili bir durum olarak tanımlamaktadırlar. Bu yönüyle doğaya bağlılık, insan-doğa ilişkisinin öznel ve içselleştirilmiş boyutunu yansıtmaktadır. Son yıllarda yapılan çalışmalar da doğaya bağlılığın psikolojik iyi oluş ile anlamlı biçimde ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Martin vd., 2020; Pocock vd., 2023).

Doğaya bağlılık kavramının kuramsal temellerinden biri Schultz'un (2002) ortaya koyduğu "Benliğe Doğanın Dâhil Edilmesi" yaklaşımıdır. Schultz'a göre birey, doğayı benlik algısına ne ölçüde dâhil ederse, çevreyle kurduğu bağ da o ölçüde güçlenmektedir. Bu yaklaşımda doğa, bireyden ayrı bir unsur olarak değil, benliğin genişleyen bir parçası olarak algılanmaktadır. Schultz (2002), doğaya bağlılığı bilişsel, duygusal ve davranışsal boyutlardan oluşan çok yönlü bir yapı olarak ele almaktadır. Bu bütünleşmenin çevreye yönelik sorumluluk alma ve koruma davranışlarını desteklediğini ifade etmektedir. Böylece doğayla kurulan bağ, bireyin çevresel tutumlarını dışsal bir zorunluluk olmaktan çıkararak içsel bir değer hâline getirmektedir.

Literatürde doğaya bağlılığın psikolojik iyi oluş, stres düzeyi ve yaşam doyumu ile yakından ilişkili olduğu belirtilmektedir. Doğaya bağlılığın birey üzerindeki etkileri yalnızca çevreye yönelik tutumlarla sınırlı değildir. Oskamp (2000), çevresel sorunların çözümünde bireylerin doğayla kurdukları psikolojik bağın belirleyici bir rol oynadığını

vurgulamıştır. Doğadan uzaklaşan bireylerin çevreye zarar veren davranışları daha kolay normalleştirebildiklerini ifade etmiştir. Doğaya bağlılığı yüksek bireylerin çevresel sürdürülebilirliğe yönelik daha güçlü bir bilinç geliştirdikleri ve aynı zamanda duygusal açıdan daha dengeli, daha düşük stres düzeyine sahip oldukları görülmektedir. Türkiye’de yürütülen güncel çalışmalar da doğa temelli etkinliklere katılımın bireylerin stres düzeylerinde azalma ve psikolojik iyi oluşlarında artış ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Aksu, 2024; Karaca vd., 2026).

Ulusal çalışmalar, doğaya bağlılığı bireyin doğayla kurduğu duygusal bağ ve doğada geçirilen zaman ile şekillenen bir deneyim olarak ele almaktadır. Araştırmalar, doğaya bağlılığı bireyin doğayı benliğinin bir parçası olarak hissetmesi ve doğayla bütünleşme duygusu üzerinden açıklamaktadır (Bektaş vd., 2017). Benzer şekilde farklı örneklerle yürütülen çalışmalar, doğaya bağlılığın yaş, günlük yaşam deneyimleri ve doğada geçirilen zamanın sıklığı gibi çeşitli bireysel ve çevresel faktörlerden etkilendiğini ortaya koymaktadır (Değirmenci, 2020). Ayrıca doğa temelli açık alan deneyimlerinin dikkat ve bilişsel yenilenme süreçleriyle ilişkili olduğu da belirtilmektedir (Polat ve Demirci, 2021). Tüm bu bulgular, doğaya bağlılığın tek yönlü bir özellikten ziyade, bireysel deneyimler ve çevresel koşulların etkileşimiyle gelişen dinamik bir yapı olduğunu göstermektedir.

Kuramsal ve ampirik çalışmalar, doğaya bağlılığın bireyin doğayla kurduğu psikolojik ilişkiyi açıklayan çok boyutlu bir yapı olduğunu ortaya koymaktadır. Bu yapı, benlik algısı ve içselleştirme süreçleriyle ilişkili olup (Mayer ve Frantz, 2004; Schultz, 2002), bireysel deneyimler ve çevresel etkileşimler doğrultusunda farklılaşmaktadır. Literatür, doğaya bağlılığın yaşam kalitesi ve psikolojik işleyiş üzerinde anlamlı etkiler yarattığını göstermektedir (Bektaş vd., 2017; Nisbet vd., 2009; Oskamp, 2000). Bu çerçevede doğaya bağlılığın ebeveynlik bağlamında ele alınması, ebeveynlerin çocuklarıyla kurdukları ilişkiler ve stresle başa çıkma süreçlerini anlamak açısından önemli bir kuramsal zemin sunmaktadır.

Doğaya bağlılık, tek bir duygu ya da tutumdan ibaret olmayıp; bireyin doğaya yönelik duygusal yakınlığı, bilişsel bütünleşmesi ve davranışsal eğilimleri ile birlikte ele alınması gereken çok boyutlu bir yapıdır. Bu nedenle kavramın alt boyutlarının açıklanması önem taşımaktadır.

2.1.2. Doğaya Bağlılığın Boyutları

Doğaya bağlılık, tek boyutlu bir eğilim ve basit bir tutum değildir. Bireyin doğayla kurduğu ilişkinin farklı psikolojik süreçlerin iç içe geçtiği çok boyutlu bir yapı olarak değerlendirilir. Araştırmalar, bireylerin doğayla aralarındaki etkileşimlerinin duygusal tepkiler, bilişsel değerlendirmeler ve davranışsal eğilimler olduğunu ortaya koymaktadır. Bu nedenle doğaya bağlılık kavramının daha iyi anlaşılabilmesi için, onu oluşturan temel boyutların ayrı ayrı ele alınması gerekmektedir. Özellikle çevre psikolojisi alanında geliştirilen yaklaşımlar, bireyin doğayla kurduğu ilişkinin yalnızca çevreye yönelik tutumlarla sınırlı kalmadığını, aynı zamanda benlik algısı ve yaşam deneyimleriyle birlikte değerlendirilmesi gerektiğini vurgulamaktadır (Mayer ve Frantz, 2004; Nisbet vd., 2009). Güncel çalışmalar da doğaya bağlılığın çok boyutlu yapısının psikolojik iyi oluş ve çevresel davranışlarla ilişkili olduğunu desteklemektedir (Martin vd., 2020; Pocock vd., 2023).

Duygusal boyut, bireyin doğal çevreye yönelik hissettiği sevgi, ilgi, huzur ve aidiyet duygularını kapsamaktadır. Bu boyut, bireyin doğayla etkileşimi sırasında yaşadığı olumlu duygusal deneyimlere dayanır ve doğaya yönelik yakınlık hissinin ana kaynağını oluşturur. Mayer ve Frantz (2004), bireylerin doğayla duygusal bir bağ kurmasının, çevreye yönelik daha duyarlı ve koruyucu tutumlar geliştirmede önemli bir rol oynadığını savunur. Türkiye’de yapılan güncel araştırmalar da doğa temelli etkinliklere katılan bireylerin olumlu duygusal deneyimler yaşadıklarını ve bu deneyimlerin psikolojik iyi oluş ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Aksu, 2024; Karaca vd., 2026).

Bilişsel boyut, bireyin doğayı nasıl algıladığı ve onu benlik kavramıyla ne ölçüde ilişkilendirdiği ile doğrudan ilgilidir. Schultz’un (2002) Benliğe Doğanın Dâhil Edilmesi (INS) yaklaşımı, bu boyutu açıklayan temel kuramsal çerçevelerden biridir. Nisbet vd. (2009) doğaya bağlılığı, bireyin kendisini doğal dünyanın ayrılmaz bir parçası olarak algılamasıyla ilişkili bilişsel bir yapı olarak ele almıştır. Güncel araştırmalar, doğaya bağlılığın bireyin kimlik algısı ve yaşamına yüklediği anlam ile ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Pritchard vd., 2019; Martin vd., 2020). Türkiye’de öğretmenler üzerinde yürütülen bir çalışmada da doğaya bağlılığın “doğanın bir parçası olma” algısı üzerinden çevresel bilinç ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Gürer ve Mermer, 2023).

Davranışsal boyut ise, bireyin doğaya yönelik tutumlarının günlük yaşam deneyimlerine ve çevresel davranışlara yansıdığını gösterir. Oskamp (2000), çevresel davranışların temelinde doğanın benlik kavramına dâhil edilmesiyle oluşan güçlü bir bağlılığın yer aldığını vurgulamaktadır (Schultz, 2002). Güncel bulgular da doğaya bağlılık düzeyi arttıkça çevre dostu davranışların ve sürdürülebilir tercihlerinin güçlendiğini göstermektedir (Martin vd., 2020; Pocock vd., 2023).

Doğaya bağlılık; duygusal, bilişsel ve davranışsal boyutların birbirini desteklediği kapsamlı ve çok katmanlı bir yapı oluşturmaktadır (Schultz, 2002). Kavramın yapısını ele alan ölçme araçları, hem uluslararası çalışmalarda geliştirilirken (Nisbet vd., 2009) hem de Türkçeye uyarlanırken (Çakır vd., 2015), söz konusu boyutları temel alarak yapılandırılmıştır. Dolayısıyla doğaya bağlılığın alt boyutları, çalışmanın ilerleyen bölümlerinde ele alınacak değişkenlerle olan ilişkilerin analizi açısından temel bir kuramsal zemin sunmaktadır.

2.1.3. Doğaya Bağlılıkla İlgili Kuramsal Yaklaşımlar

Doğaya bağlılık kavramı; bireyin doğayla kurduğu ilişkinin kökenlerini, zaman içerisinde nasıl şekillendiğini ve bu ilişkinin psikolojik dünyada ne tür karşılıklar bulduğunu açıklamaya çalışan farklı kuramsal yaklaşımlar üzerinden ele alınmaktadır. Mevcut literatür incelendiğinde, bu ilişkinin kimi zaman biyolojik yatkınlıklar üzerinden, kimi zaman benlik algısı ve bilişsel süreçler aracılığıyla, kimi zaman da psikolojik iyi oluş ve dikkat mekanizmaları üzerinden temellendirildiği görülür. Geliştirilen bu kuramsal yaklaşımlar, doğaya bağlılığın çok boyutlu ve disiplinler arası güçlü bir yapı olduğunu ortaya koymaktadır (Bektaş vd., 2017; Martin vd., 2020).

Biyofili Hipotezi Wilson (1993) tarafından öne sürülmüş ve insanın dünya üzerindeki diğer canlılara ve doğal süreçlere karşı doğuştan gelen bir ilgi ve yakınlık duyma eğiliminde olduğunu savunmuştur. Bu yaklaşım, modern yaşamda doğadan uzaklaşmanın yalnızca çevresel bir kopuş değil, aynı zamanda bireyin psikolojik ve duygusal bütünlüğünü olumsuz etkileyen bir yoksunluk durumu yaratabileceğini ileri sürmektedir (Wilson, 1993; Aksu, 2024). Doğal çevreyle düzenli temasın psikolojik iyi oluş ve stres düzeyi ile ilişkili olduğuna dair bulgular bu görüşü desteklemektedir (Pocock vd., 2023).

Louv (2008), doğadan kopuşun çocuklar açısından taşıdığı riskleri “Doğa Yoksunluğu Sendromu” (Nature-Deficit Disorder) kavramı ile açıklamaktadır. Bu yaklaşıma göre doğayla temasın azalması; dikkat eksikliği, yüksek stres seviyeleri ve duygusal düzenleme güçlükleri gibi problemlerin görülme sıklığını artırmaktadır (Louv, 2008; Liu vd., 2024). Türkiye’de doğa temelli etkinliklere katılan bireylerin psikolojik açıdan daha olumlu deneyimler yaşadıklarını ortaya koyan bulgular da bu yaklaşımı desteklemektedir (Karaca vd., 2026).

Schultz’un (2002) Benliğe Doğanın Dâhil Edilmesi (INS) yaklaşımı, doğaya bağlılığı duygusal bir yakınlıktan ziyade, bireyin benlik algısının genişlemesiyle ilişkili bilişsel bir süreç olarak ele alır. Bu bütünleşmenin çevreye yönelik sorumluluk alma ve koruyucu davranışların içselleştirilmesini kolaylaştırdığı ifade edilmektedir (Schultz, 2002; Gürer ve Mermer, 2023). Doğaya bağlılığın kimlik ve anlam algısıyla ilişkili olduğuna dair bulgular da bu çerçeveyi desteklemektedir (Richardson vd., 2020).

Mayer ve Frantz (2004) tarafından geliştirilen Doğaya Bağlılık (CNS) yaklaşımı ise doğayla ilişkinin özellikle duygusal ve deneyimsel boyutuna odaklanmaktadır. Bu yaklaşıma göre doğaya bağlılık; bireyin kendisini doğal dünyanın bir parçası olarak hissetmesi ve bu aidiyet duygusunu içselleştirmesi şeklinde tanımlanır (Mayer ve Frantz, 2004; Pritchard vd., 2019). Doğaya bağlılık ile yaşam doyumu ve anlam duygusu arasında pozitif ilişkiler bulunduğu belirtilmektedir (Martin vd., 2020).

Kaplan ve Kaplan (1989) tarafından geliştirilen Dikkat Yenilenme Kuramı (ART), modern yaşamın yarattığı zihinsel yorgunluğun doğal ortamlar sayesinde giderilebileceğini savunmaktadır. Doğal uyaranların yönlendirici olmayan, zahmetsiz bir dikkat yaratarak zihni dinlendirdiği ve tükenen bilişsel kaynakları yenilediği belirtilmektedir (Kaplan ve Kaplan, 1989; Liu vd., 2024). Doğal ortamların dikkat ve bilişsel toparlanma üzerindeki etkilerine ilişkin güncel bulgular da bu kuramı desteklemektedir (Bell vd., 2025).

Bu yaklaşımlar birlikte değerlendirildiğinde, doğaya bağlılığın biyolojik kökenlerden beslenen, benlik algısıyla şekillenen, duygusal deneyimlerle derinleşen ve bilişsel süreçlerle desteklenen çok boyutlu bir yapı sunduğu görülmektedir. Özellikle Dikkat Yenilenme Kuramı, doğal ortamlarda zaman geçirmenin zihinsel yorgunluğu ve stresi azaltabileceğini vurgulayarak ebeveynlik sürecindeki zorlayıcı deneyimlerle başa

çıkımda doğanın potansiyeline dikkat çekmektedir.

2.1.4. Doğaya Bağlılığın Psikolojik, Sosyal ve Davranışsal Yansımaları

Doğaya bağlılık, bireyin psikolojik iyi oluşunu destekleyen ve zaman içinde güçlenen bir kaynak olarak ele alınmaktadır. Literatürdeki çalışmalar; doğayla kurulan güçlü bağın bireylerin duygusal düzenleme becerilerini güçlendirdiğini, stresle baş etme kapasitelerini artırdığını ve yaşamdan aldıkları doyumunu yükselttiğini göstermektedir (Nisbet vd., 2009; Karaca vd., 2026). Doğal çevreyle kurulan bu ilişki, çoğu zaman fark edilmeden zihinsel bir ferahlama yaratır; günlük yaşamın baskıları karşısında bireyin kendini daha toparlanmış hissetmesine yardımcı olur (Bell vd., 2025). Bu yönüyle doğaya bağlılık; yalnızca çevreyle etkileşime dayalı bir deneyim değildir. Aynı zamanda bireyin ruh sağlığını destekleyen ve psikolojik işleyişini düzenleyen temel bir kaynak olarak ele alınmaktadır (Değirmenci, 2020; Pocock vd., 2023).

Doğaya bağlılık; bireyin doğayla olan ilişkisinin niteliğini etkilemekle beraber, sosyal ilişkilerini ve toplumsal sorumluluk bilincini de önemli ölçüde şekillendirmektedir. Doğayı kendi benliğinin ayrılmaz bir parçası olarak gören bireylerin empati yeteneklerinin daha gelişmiş olduğu; iş birliğine ve yardım etmeye daha açık davrandıkları görülmektedir (Nisbet vd., 2009). Ayrıca bu bağlılık, bireyin çevresine karşı etik bir sorumluluk duymasını sağlayarak, toplumsal yararı gözeten tutumların içselleştirilmesine olanak tanır (Pocock vd., 2023). Böylece doğaya bağlılık, bireysel bir deneyimin ötesine geçer ve sosyal uyumu besleyen bir unsur hâline gelir.

Doğaya bağlılığın davranışsal boyutu, çevreyi koruma ve sürdürülebilir yaşam pratikleriyle yakından ilişkilidir. Literatür, çevreye yönelik olumlu tutumların eyleme dönüşmesinde yalnızca bilgi düzeyinin yeterli olmadığını; bireyin doğayla kurduğu psikolojik bağın belirleyici bir rol oynadığını göstermektedir (Oskamp, 2000; Kollmuss ve Agyeman, 2002). Bu doğrultuda, doğaya bağlılığı yüksek bireylerin çevreyi korumaya yönelik davranışları daha tutarlı biçimde sergiledikleri ifade edilmektedir (Gürer ve Mermer, 2023).

Ülkemizde yapılan araştırmalar da doğaya bağlılığın psikolojik ve davranışsal faydalarını desteklemektedir. Bektaş, Kural ve Orçan (2017), bireyin kendini doğanın bir parçası gibi hissetmesinin çevreye duyarlılığı artırdığını ve koruyucu davranışları güçlendirdiğini vurgulamaktadır. Doğaya bağlılık, bu yönüyle bireyin kendini daha iyi hissetmesine katkı sağlarken, aynı zamanda sosyal ilişkilerini ve çevresiyle kurduğu bağı

da derinleştirir. Bu yapısı sayesinde kavram, çalışmanın ilerleyen bölümlerinde ele alınacak olan ebeveynlik, ebeveyn-çocuk ilişkisi ve stres konularını anlamak için de güçlü bir temel oluşturmaktadır.

2.1.5. Doğaya Bağlılığın Aile, Ebeveynlik ve Çocuk Gelişimi Açısından Önemi

Doğaya bağlılık sadece bireysel bir özellik değil, aile içinde gelişen, günlük yaşamın küçük pratikleriyle güçlenen ve kuşaktan kuşağa aktarılan bir değerdir. Çocuğun doğayla ilk tanışması aile ortamında gerçekleşir. Anne ve babanın doğaya bakışı, kullandıkları dil, günlük alışkanlıkları ve verdikleri küçük tepkiler, çocuğun doğayla kuracağı ilişkinin yönünü belirler. Araştırmalar, çocukluk döneminde kazanılan bu ilk deneyimlerin; bireyin ileriki yaşlarda çevreye duyarlı, psikolojik açıdan sağlıklı ve sorumlu bir yetişkin olmasında belirleyici rol oynadığını göstermektedir (Chawla, 1998; Chawla, 2020; Günaydı ve Aksoy, 2025).

Bu alandaki temel çalışmalara göre, çocuklukta doğada geçirilen zaman ve ailenin sergilediği örnek davranışlar, bireyin ömür boyu sürecek çevre bilincini şekillendirmektedir (Chawla, 1998, 2006; Chawla, 2020; Arı Ersan ve Şeker, 2025). Çocuğun doğayla ilişkisi, büyük ölçüde ebeveynlerinin yönlendirmesiyle, birlikte geçirilen zamanlarla ve paylaşılan deneyimlerle güçlenir (Günaydı ve Aksoy, 2025). Bu nedenle ebeveynlerin görevi, çocuklarına sadece yeşil bir alan veya fiziksel ortam sunmakla sınırlı değildir. Çünkü çocuk, çoğu zaman söyleneni değil, görüleni içselleştirme eğilimindedir. Bu bakımdan ebeveynler, doğa sevgisinin ve çevreye saygı değerlerinin çocuğa aktarılmasında en önemli rol model ve rehber konumundadır.

Wells ve Evans (2003) yaptıkları araştırma, doğal çevreyle temasın çocuklarda yaşam stresinin olumsuz etkilerini azalttığını ve psikolojik dayanıklılığı güçlendiren koruyucu bir faktör olarak işlev gördüğünü göstermektedir (Tillmann vd., 2018). Bu bulgu, doğaya bağlılığın çocuk gelişimi üzerindeki etkilerinin yalnızca çevresel tutumlarla sınırlı kalmadığını düşündürmektedir. Özellikle günümüzde ailelerin karşılaştığı stresli yaşam koşullarında, doğayla kurulan bağın; çocukların duygusal dengelerini korumalarına ve ebeveyn-çocuk etkileşimlerinin daha sağlıklı bir biçimde sürdürülmesine önemli katkılar sunduğu belirtilmektedir (Tillmann vd., 2018; Polat ve Demirci, 2021). Bu araştırma, doğaya bağlılığın aile sistemi içinde düzenleyici ve yatıştırıcı bir rol üstlenebileceğine dair güçlü kanıtlar sunmaktadır.

Modern yaşamın çocukları giderek doğadan uzaklaştırdığına dikkat çeken Louv

(2008), bu durumu “Doğa Yoksunluğu Sendromu (Nature-Deficit Disorder)” kavramı ile açıklamaktadır. Louv’a göre, çocukların doğaya temas etmeden büyümesi, dikkat sorunları, stres düzeyinde artış ve çeşitli duygusal güçlükler gibi sorunların ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Soga ve Gaston, 2016). Bu yaklaşım, ebeveynlerin çocuklarını doğal çevreyle buluşturma sorumluluğunu daha da önemli ve kritik hâle getirmektedir. Ailenin doğayla kurduğu ilişkinin güçlenmesi, yalnızca çocuğun çevreyle bağını desteklemekle kalmaz. Aynı zamanda çocuğun psikolojik gelişimine katkı sunar ve ebeveyn–çocuk ilişkisinin niteliğini besleyen bir unsur olarak öne çıkar (Polat ve Demirci, 2021).

2.2. Ebeveynlerin Doğaya Bağlılığı

Ebeveynlerin doğaya bağlılığı, aile sistemi içinde doğa deneyimlerinin nasıl üretildiğini ve çocuklara nasıl aktarıldığını anlamada önemli bir değişken olarak değerlendirilmektedir. Bu kapsamda ebeveynlik rolünün doğayla kurulan ilişki üzerindeki işlevi ve ebeveynlerin doğaya yönelik tutumlarının aile yaşamı ve çocuk gelişimi üzerindeki yansımaları kuramsal ve ampirik çalışmalar ışığında ele alınmaktadır (Chawla, 1998; Keleş Ertürk ve Kılıçoğlu, 2024; Günaydı ve Aksoy, 2025).

2.2.1. Ebeveynlik Rolü ve Doğayla Kurulan İlişki

Ebeveynlik rolü, bireyin doğayla kurduğu ilişkinin oluşumunda yalnızca bilgi ve tutumların aktarımıyla açıklanamaz; belirleyici olan, doğanın aile yaşamı içinde nasıl konumlandırıldığıdır. Çocuğun doğal çevreyle etkileşimi ve doğa deneyimlerinin niteliği, büyük ölçüde ebeveynlerin yaşam tercihleri ve aile içindeki gündelik alışkanlıklar doğrultusunda şekillenmektedir. Bu yönüyle ebeveynlik, doğaya bağlılığın soyut bir tutum olmaktan çıkarak aile yaşamının süreklilik gösteren bir parçası hâline gelmesini sağlayan temel bir süreç olarak değerlendirilmektedir (Chawla, 1998; Keleş Ertürk ve Kılıçoğlu, 2024; Günaydı ve Aksoy, 2025).

İnsan–doğa etkileşimlerini biyofili yaklaşımı çerçevesinde ele alan Kellert (2002), çocuklarda doğaya yönelik olumlu tutumların gelişiminde erken ebeveyn rehberliğinin belirleyici bir rol oynadığını ifade etmektedir. Kellert’e göre biyofilik eğilimler, başka bir ifadeyle bireyin doğayla bağ kurma potansiyeli, her ne kadar doğuştan gelen bir yatkınlık olarak kabul edilse de, bu potansiyelin güçlenmesi ve süreklilik kazanması büyük ölçüde aile ortamında edinilen erken deneyimlere bağlıdır. Bu noktada ebeveynlerin doğal

çevreyle kurdukları ilişkinin niteliği, çocukların doğayı yalnızca fiziksel bir alan olarak değil, aynı zamanda güvenilir, değerli ve anlamlı bir yaşam alanı olarak algılamalarında merkezi bir rol üstlenmektedir (Bulut Öngen ve Ersay, 2023).

Araştırmalar, ebeveynlerin doğal çevreyle kurduğu bağı yalnızca duygusal ya da tutumsal bir düzlemde değil, çocuklara sağlanan fiziksel çevre ve olanaklar üzerinden de değerlendirir. Wells ve Evans'ın (2003) bulguları, çocukların doğal çevreyle ne ölçüde temas kurduğunun, ailelerin yaşam alanlarını ve ev çevrelerini nasıl düzenlediğiyle yakından ilişkili olduğunu göstermektedir. Ailelerin yeşil alanlara erişimi desteklemesi, açık hava etkinliklerini teşvik etmesi ve doğal oyun unsurlarını günlük yaşama dâhil etmesi, ebeveynlerin doğaya gösterdikleri değerlerin somut karşılıklarıdır. Bu çerçevede ebeveynlik rolünün yalnızca rehberlik eden bir işlevle sınırlı kalmadığı, çocukların çevresel deneyimlerini aktif biçimde şekillendiren bir konumda yer aldığı anlaşılmaktadır (Demircan ve Uyanık, 2023).

Çocukların doğayla kurduğu etkileşim, yalnızca fiziksel bir temasla sınırlı olmayıp, aynı zamanda psikolojik, sosyal ve bilişsel gelişimi destekleyen bir yaşam alanı niteliği taşımaktadır. Adams ve Savahl (2017), doğayı çocuklar için bir "yaşam alanı" olarak ele aldıkları çalışmalarında, doğal ortamların çocukların öznel iyi oluş düzeyleri, sosyal becerileri ve duygusal denge üzerinde olumlu etkiler yarattığını ortaya koymuştur. Bu bulgular doğrultusunda, ebeveynlerin çocukların doğayla etkileşim olanaklarını genişleten ya da zenginleştiren temel belirleyiciler arasında yer aldığı söylenebilir (Polat ve Demirci, 2021; Bulut Öngen ve Ersay, 2023). Kimi zaman küçük bir tercih, örneğin hafta sonunu ormanda geçirmek, çocuğun dünyasında beklenmedik bir karşılık bulabilir.

Modern yaşam koşulları altında karmaşıklaşan ebeveynlik rolü, daha önce değinilen Louv'un (2008) "Doğa Yoksunluğu Sendromu" riskine karşı önemli koruyucu kalkan niteliğindedir. Ebeveynlerin bilinçli tercihleri, çocukları bu yoksunluktan korurken; aynı zamanda aile sisteminin genel iyilik halini de desteklemektedir (Demircan ve Uyanık, 2023). Bratman ve diğerleri (2015), doğal çevreyle temasın yetişkinlerde zihinsel yorgunluğu azalttığını ve ruminasyon olarak adlandırılan tekrarlayıcı olumsuz düşünce döngülerini zayıflattığını deneysel bulgularla göstermiştir. Doğa, bu çalışmada yalnızca dinlenen bir alan değildir. Zihnin yükünü hafifleten, düşünceyi yavaşlatan aktif bir unsur olarak karşımıza çıkar.

Tüm bu değerlendirmeler doğrultusunda ebeveynlik rolünün, doğaya bağlılığın gelişiminde merkezi bir konumda yer aldığı görülmektedir. Ebeveynlerin doğal çevreyle kurduğu ilişki; çocukların doğayı algılama biçimlerini, günlük yaşam pratiklerini ve uzun vadede geliştirecekleri çevresel tutumları önemli ölçüde etkilemektedir. Bu çerçevede ebeveynlik, doğaya bağlılığın yalnızca bireysel bir özellik olarak ele alınmasının ötesine geçerek, aile sistemi içinde şekillenen ve kuşaklar arası aktarımı mümkün kılan temel bir yapı hâline gelmektedir (Chawla, 2020).

2.2.2. Ebeveynlerin Doğaya Yönelik Tutumlarının Aile Yaşamına ve Çocuk Gelişimine Yansımaları

Ebeveynin doğaya yaklaşımı, bireysel bir ilgi ya da geçici bir tercih olmanın ötesinde, aile yaşamının genel yönelimini belirleyen ve çocuğun gelişimini etkileyen önemli bir unsurdur. Çocuğun doğal çevreyle kurduğu ilk etkileşimler, çoğu zaman ebeveynlerin yönlendirici tutumları doğrultusunda şekillenmektedir. Chawla'nın (1998) da belirttiği üzere, ebeveynlerin doğaya yönelmesi, çocukların gündelik yaşam içinde doğayla temas etme fırsatlarını artırmaktadır. Bu doğrultuda, aile yaşamında süreklilik gösteren küçük pratiklerin, çocukta doğaya yönelik farkındalığın kademeli olarak gelişmesinde etkili olduğu görülmektedir (Chawla, 2020; Kaya-Aydın, 2021; Bulut Öngen ve Ersay, 2023).

Celiloğlu'nun (2023) vurguladığı gibi, erken çocukluk döneminde öğrenme büyük ölçüde gözlem ve taklit yoluyla gerçekleşir. Çocuk, evde tanık olduğu davranışları yalnızca izlemekle kalmaz; onları zihinsel olarak kaydeder ve kendi benliğine taşır. Bu noktada modern ebeveynler, çocuk ile doğa arasındaki ilişkiyi belirleyen bir eşik konumunda yer alır. Larson ve diğerlerinin (2011) bulguları, ebeveynin kendi yaşamında doğaya yer açmasının, çocuk için de benzer olanakların önünü açtığını göstermektedir.

Doğanın özel zamanlara sıkıştırılan bir etkinlik olmaktan çıkıp gündelik yaşamın olağan bir parçası hâline gelmesi, çocuğun doğayla kurduğu ilişkinin süreklilik kazanmasında belirleyici olur. Türkiye'de yapılan çalışmalar da bu durumu desteklemektedir. Yılmaz ve Olgan (2017) ile Aktaş Arnas ve Sarıbaş'ın (2020) araştırmaları, ebeveyn tutumlarının çocukların ekran başında geçirdikleri zaman ile açık alanlarda geçirdikleri zaman arasındaki dengeyi doğrudan etkilediğini ortaya koymaktadır. Ayrıca ebeveynlerin dış mekân etkinliklerine yönelik tutumlarının,

çocukların doğa temelli etkinliklere katılımını anlamlı biçimde yordadığı belirtilmektedir (Güçhan Özgül ve Avcı, 2025).

Doğayla kurulan bu temas, yalnızca keyifli bir deneyim olarak kalmaz. Doğal çevrenin çocuklar için yaşam stresinin etkilerini hafifleten bir destek alanı sunduğu gösterilmiştir (Tillmann, 2018). Doğa, çocuğun zorlayıcı yaşantılar karşısında zihinsel olarak rahatladığı, duygusal yükünü hafiflettiği bir alan işlevi görür. Bu açıdan bakıldığında, ebeveynin çocuğu doğayla buluşturması rastlantısal bir tercih değildir; çocuğun ruh sağlığını korumaya yönelik uzun vadeli bir ebeveynlik yaklaşımı olarak değerlendirilebilir.

Doğayla kurulan ilişkinin etkileri, çocuğun ahlaki ve sosyal gelişiminde de kendini göstermektedir. Kahn (1999), doğayla temasın çocuklarda ahlaki duyarlılığı ve empatiyi desteklediğini vurgulamaktadır. Ebeveynin tüm canlılara karşı sergilediği özenli ve saygılı tutum, çocukta sorumluluk alma, şefkat gösterme ve iş birliği gibi yardımsever davranışların gelişmesine zemin hazırlar. Giusti ve diğerlerinin (2014) ifade ettiği gibi, doğayla kurulan düzenli temas, çocuğun yalnızca doğaya değil, tüm canlılığa yönelik bir aidiyet duygusu geliştirmesine katkı sağlamaktadır.

Doğal çevrenin aile yaşamı üzerindeki etkileri, ebeveyn–çocuk ilişkisinin niteliğine de yansımaktadır. Dikkat Yenilenme Kuramı çerçevesinde yapılan çalışmalar, doğal ortamlarda zaman geçiren ebeveynlerin zihinsel olarak daha az yorgun hissettiklerini ve çocuklarına karşı daha sabırlı tepkiler verebildiklerini göstermektedir (Izenstark ve Ebata, 2016). Bu süreç, aile içi etkileşimlerin daha yumuşak ve iletişimin daha akıcı hâle gelmesine katkı sunmaktadır.

Ayrıca ebeveynlerin gündelik yaşamda benimsedikleri değer ve davranışların çocuklar tarafından içselleştirildiği ve zamanla aileye özgü kolektif bir değere dönüştüğü belirtilmektedir (Grønhøj ve Thøgersen, 2009). Bu çerçevede, ebeveynlerin doğaya yönelik tutumlarının günlük yaşamdaki uygulamalara dönüşmesi çoğu zaman ebeveynlerin kendilerini ne ölçüde yeterli gördükleriyle ilişkilidir. Bu nedenle bir sonraki bölümde ebeveynlerin doğaya bağlılık öz-yeterliliği ele alınmaktadır.

2.3. Ebeveynlerin Doğaya Bağlılık Öz-Yeterliliği

Ebeveynlerin doğaya bağlılık öz-yeterliliği, aile sistemi içinde doğa deneyimlerinin ne ölçüde planlanabildiğini, sürdürülebildiğini ve çocuklara aktarılabilirdiğini anlamada önemli bir değişken olarak değerlendirilmektedir. Öz-yeterlik kavramı, bireyin belirli bir

davranışı başarıyla gerçekleştirebileceğine yönelik inancı olarak tanımlanmakta ve davranışın başlatılması ile sürdürülmesinde belirleyici bir rol oynamaktadır (Bandura, 1997). Bu bağlamda ebeveynlerin çocuklarını doğayla buluşturma, doğa deneyimlerini planlama ve süreklilik kazandırma konusundaki yeterlilik algıları, doğaya bağlılığın aile yaşamındaki yansımalarını güçlendiren bir unsur olarak ele alınmaktadır (Keleş Ertürk ve Kılıçoğlu, 2024; Güçhan Özgül ve Avcı, 2025). Bu bölümde doğaya bağlılık öz-yeterliği kavramının kuramsal temelleri açıklanacak ve bu öz-yeterlik algısının ebeveyn davranışları ile aile içi etkileşim süreçlerine nasıl yansıdığı incelenecektir.

2.3.1. Ebeveynlerin Doğaya Bağlılık Öz-Yeterliği Kavramı

Ebeveynlerin doğaya bağlılık öz-yeterliği; anne ve babaların çocuklarına nitelikli doğa deneyimleri sunma, çocuklarıyla doğa arasında sürdürülebilir bir ilişki kurma ve doğaya ilişkin olumlu tutumları aile yaşamına yansıtma konusundaki yeterlilik algılarını ifade eden çok boyutlu bir kavramdır (Keleş Ertürk ve Kılıçoğlu, 2024). Bandura'nın (1997) Sosyal Bilişsel Kuramı temelinde ele alındığında öz-yeterlik, bireyin belirli bir davranışı planlayıp uygulayabileceğine dair inancını ifade etmektedir. Bu bağlamda doğaya bağlılık öz-yeterliği, ebeveynlerin çeşitli çevresel ve zamansal engellere rağmen çocuklarını doğayla buluşturma konusundaki motivasyonlarını ve kararlılıklarını belirleyen temel bir psikolojik mekanizma olarak değerlendirilmektedir (Ardoin vd., 2020; Richardson vd., 2022).

Öz-yeterlik algısı, ebeveynin sadece "ne yapacağını bilmesi" değil, "yapabileceğine inanması" ile ilgilidir. Nitekim Izenstark ve Ebata (2016), aile temelli doğa etkinliklerinin çoğu zaman kendiliğinden gelişen süreçler olmaktan ziyade, planlı ve amaçlı bir çaba gerektirdiğine dikkat çekerek; bu sürecin ebeveynin yetkinlik algısıyla doğrudan ilişkili olduğunu vurgular. Kendini bu konuda yeterli hisseden ebeveynler, doğada geçirilen zamanı ailenin rutin bir parçası haline getirme konusunda daha ısrarcı davranırken, düşük öz-yeterliğe sahip ebeveynler karşılaştıkları ilk zorlukta bu çabadan vazgeçme eğilimi gösterebilirler.

Ebeveynlerin doğaya dair sahip oldukları bu algı, çocuklarıyla paylaştıkları deneyimlerin hem niteliğini hem de sıklığını tayin eden kritik bir değişkendir (Bulut Öngen ve Ersay, 2023; Güçhan Özgül ve Avcı, 2025). Larson ve diğerleri (2011) tarafından yürütülen ve çocukların dışarıda geçirdiği zamanı etkileyen faktörlerin incelendiği çalışma; ebeveynlerin doğaya yönelik inançlarının ve değer yargılarının,

çocuklarına sundukları çevresel fırsatlar üzerinde güçlü bir belirleyici etkiye sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Başka bir deyişle, ebeveynin doğayla kurduğu ilişkinin sınırları, çocuğun doğayla kuracağı ilişkinin de çerçevesini çizer. Bu yönüyle doğaya bağlılık öz-yeterliği, bireysel bir tutumun ötesine geçer. Ebeveyn davranışlarını harekete geçiren, aile içindeki doğa rutinlerini şekillendiren ve çocuğun deneyim alanını genişleten temel bir yapı taşı hâline gelir.

Doğaya bağlılık öz-yeterliği, ebeveynlerin doğayı aile hayatının ayrılmaz bir parçası haline getirme süreçlerini de şekillendirmektedir. İskandinav kültüründeki “doğada yaşam (friluftsliv)” anlayışı üzerine yapılan araştırmalar, ebeveynlerin doğaya yönelik yüksek yeterlilik inançlarının, çocukların doğa ile ilişkilerini destekleyen kapsamlı bir yaşam tarzına dönüştüğünü göstermektedir (Gelter, 2000; Martin vd., 2020). Yüksek öz-yeterlik, ebeveynlerin doğa etkinliklerini yalnızca ara sıra yapılan bir boş zaman faaliyeti olarak değil, aile rutininin süreklilik kazanan bir bileşeni olarak yapılandırmalarına olanak tanımaktadır. Bulut Öngen ve Ersay’ın (2023) bulguları da bu durumu desteklemektedir.

Ebeveynlerin doğaya bağlılık öz-yeterliği; çevresel farkındalığın ve sürdürülebilir yaşam alışkanlıklarının kazanılmasında da kritik bir öneme sahiptir. Ardoin ve diğerleri (2020) tarafından gerçekleştirilen çalışmada; öz-yeterlik, bilgi ve tutum gibi davranışsal öncüllerin, bireylerin çevresel eylemlerde bulunma kapasitesini doğrudan destekleyen en yaygın değişkenler olduğu vurgulanmıştır. Bu bulgu ebeveynlik bağlamında ele alındığında; ebeveynlerin çevresel konulardaki yetkinlik algılarının, çocukların doğa temelli öğrenme süreçlerine rehberlik etme noktasında güçlü bir motivasyon kaynağı oluşturduğu görülmektedir. Ebeveynlik öz-yeterliği, ebeveynin bireysel eylemlerini şekillendirir, çocuğun doğaya yönelik tutum ve davranışlarının gelişim rotasını da tayin eder. Dolayısıyla öz-yeterlik, ebeveyn ve çocuk arasındaki doğa etkileşiminin sürekliliğini garanti altına alan psikolojik bir zemin oluşturmaktadır.

Tüm bu bulgular birlikte değerlendirildiğinde; ebeveynlerin doğaya bağlılık öz-yeterliğinin, ebeveynlik davranışlarının yönünü çizmenin ötesinde, çocuğun doğayla kuracağı ilişkinin kapsamını ve ailedeki çevresel kültürün devamlılığını belirlediği anlaşılmaktadır. Aile yaşam döngüsü içinde doğa temelli deneyimlerin ne şekilde planlanacağı ve hangi sıklıkla hayata geçirileceği, çoğu zaman ebeveynin bu konudaki kendine güveniyle ilişkilidir. Bu nedenle, öz-yeterlik düzeyi yüksek ebeveynlerin çocuklarına hem daha düzenli doğa deneyimleri sunduğu hem de çevre bilincinin

kuşaktan kuşağa aktarımına katkıda bulunduğu görülmektedir (Erol ve Gülay Ogelman, 2019; Izenstark ve Ebata, 2016).

2.3.2. Doğaya Bağlılık Öz-Yeterliliğinin Ebeveyn Davranışlarına Yansımaları

Ebeveynlerin doğaya ilişkin öz-yeterlilik algısı, bu algının çocukla paylaşılan somut deneyimlere dönüşebilmesi açısından belirleyici bir role sahiptir. Kendini bu konuda yeterli hissedен ebeveynler, doğa temelli etkinlikleri planlama, başlatma ve sürdürme konusunda daha istekli davranmakta; bu süreç çocuk için anlamlı deneyimlere dönüşmektedir. Özellikle okul öncesi dönemde, çocuğun doğayla kurduğu etkileşimin niteliği büyük ölçüde ebeveynin bu süreci yönetebileceğine dair inancıyla ilişkilidir. Bu nedenle ebeveynin öz-yeterlilik algısı, çocuğun doğa deneyimlerinin kapsamını ve sürekliliğini doğrudan etkileyen bir unsur olarak değerlendirilmektedir (Bandura, 1997; Chawla, 2020; Liang, Chen ve Zhou, 2022).

Doğa temelli etkinliklerin çoğu, kendiliğinden gelişen anlık kararlar değildir. Önceden düşünmeyi, hazırlık yapmayı ve zihinsel bir örgütlenmeyi gerektirir. Izenstark ve Ebata'nın (2016) aile temelli doğa etkinliklerine ilişkin kuramsal çerçevesi, bu süreçlerin rastlantısal olmaktan ziyade çoğunlukla amaçlı ve yapılandırılmış biçimde ortaya çıktığını göstermektedir. Ebeveynin "bunu organize edebilirim" duygusu, doğaya çıkma fikrinin istek aşamasında takılı kalmasını engelleyen önemli bir içsel dayanak haline gelir.

Ulusal literatürde de ebeveynlerin planlama konusundaki kendine güvenleri arttıkça, çocukların doğayla temas etme sıklığı ve bu temasın süresi artma eğilimi göstermektedir (Bulut Öngen ve Ersay, 2023; Güçhan Özgül ve Avcı, 2025). Böylece doğa etkileşimi, arada sırada yapılan bir etkinlik olmaktan çıkar ve aile yaşamının süreklilik taşıyan parçalarından biri hâline gelir.

Çocuğu ev ortamından çıkarıp doğayla buluşturma kararı ise ebeveynin kendine duyduğu güvenin belki de en görünür yansımalarından biridir. Literatürde ebeveynler, çocukların kamusal alanlara ve doğal ortamlara erişimini düzenleyen "kapı tutucular" olarak tanımlanmaktadır. Özellikle kent yaşamında trafik yoğunluğu, yabancılarla karşılaşma ya da fiziksel yaralanma gibi güvenlik kaygılarının, ebeveynlerin dış mekâna ilişkin kararlarını sınırladığı görülmektedir (Aktaş vd., 2020; Güçhan Özgül ve Avcı, 2025). Kendini bu süreçleri yönetebilecek kadar yeterli hissedен ebeveynler, olası riskleri göz önünde bulundursalar bile doğaya çıkma kararını daha kolay alırlar. Yeterlilik algısı

düşük olan ebeveynler çoğu zaman ev içi etkinlikleri daha güvenli bir seçenek olarak görme eğilimi göstermektedir. Zaman içinde bu tercihlerin, çocuğun doğayla temasını giderek azalttığı dikkat çekmektedir. Soga ve Gaston'un (2016) sözünü ettiği "deneyim yoksunluğu" kavramı, tam da bu tür bir süreçte anlam kazanmaktadır (Aota vd., 2025).

Başlatılan doğa etkinliklerini sürdürebilmek ise ayrı bir dayanıklılık gerektirir. Olumsuz hava koşulları, kirlenme endişesi, ulaşım güçlükleri ya da zaman kısıtlılığı gibi etkenler, düzenli doğa etkileşimini kesintiye uğratabilecek durumlar yaratabilir. Soga ve Gaston (2016), doğayla temas azaldıkça bu etkileşimi sürdürme isteğinin de zayıflayabildiğine dikkat çekmektedir (Aota vd., 2025). Yüksek öz-yeterlik algısı, ebeveynin bu tür zorluklar karşısında geri çekilmek yerine çözüm aramasını ve süreci farklı yollarla devam ettirmesini kolaylaştırır. Düşük öz-yeterlikte ise ilk engel, çoğu zaman vazgeçmek için yeterli bir gerekçeye dönüşür. Bulut Öngen ve Ersay'ın (2023) bulguları, ebeveynlerin doğayla kurdukları bağın gücünün ve kendilerini bu alanda ne kadar yeterli hissettiklerinin, istikrarlı bir doğa rutini oluşturulmasında belirleyici bir rol oynadığını göstermektedir.

Çocukların doğaya yönelik tutum ve davranışlarının şekillenmesinde, ebeveynlerini gözlemleyip taklit etmeleri önemli bir yer tutar. Sosyal öğrenme yoluyla aktarılan bu süreçte, ebeveynin doğaya yaklaşımı etkili bir rehberlik işlevi görür. Chawla'nın (2020) çevreye duyarlı bireylerin yaşam deneyimlerine dayanan çalışmaları, doğa sevgisinin çoğu zaman doğrudan yaşanan deneyimler ve aile içinde gözlemlenen rol modeller üzerinden geliştiğini ortaya koymaktadır. Ebeveynin doğada vakit geçirmekten keyif aldığını beden diliyle hissettirmesi, bir canlıya merakla yaklaşması ya da çevreye özen göstermesi, çocuk üzerinde kalıcı izler bırakabilir. Liang ve diğerlerinin (2022) deneysel bulguları da rol model olarak sergilenen olumlu çevresel davranışların çocukların pro-çevresel davranışlarını anlamlı biçimde artırabildiğini göstermektedir.

Buna karşılık, doğayı kirli, tehlikeli ya da korkutucu olarak algılayan ebeveynlerin olumsuz tutumları, çocuğun doğayla kurduğu ilişkiyi zedeleyebilir ve zamanla çekingenlik ya da uzaklaşma tepkilerinin ortaya çıkmasına zemin hazırlayabilir (Soga ve Gaston, 2016). Gösterilen tutumlar ne kadar güven verici ve keşfe açıksa, çocuğun doğayla kuracağı bağ da o kadar sağlam ve kalıcı bir biçimde gelişmektedir.

2.4. Ebeveynlik Stresi

Ebeveynlik stresi, aile içinde ebeveyn davranışlarını ve ebeveyn-çocuk ilişkisinin niteliğini anlamada önemli bir değişken olarak görülmektedir. Bu kavram, ebeveynin çocuk yetiştirme sürecinde karşılaştığı sorumluluklar ile sahip olduğu kişisel ve çevresel kaynaklar arasında bir dengesizlik oluştuğunda ortaya çıkan psikolojik bir gerilim durumu olarak tanımlanmaktadır (Abidin, 1992). Ebeveynlerin çocuk bakımı, disiplin uygulamaları ve günlük sorumluluklar sırasında yaşadıkları stres düzeyi, ebeveyn davranışlarını ve ebeveyn-çocuk ilişkisinin kalitesini etkileyebilmektedir (Belsky, 1984; Demirtaş Zorbaz ve Kiye, 2023). Stres düzeyinin artması, aile içi iletişimde zorlanmalara ve ebeveyn ile çocuk arasındaki etkileşimin olumsuz etkilenmesine neden olabilmektedir.

2.4.1. Ebeveynlik Stresi Kavramı

Ebeveynlik, bireylerin yaşam döngüsündeki en önemli rollerden biri olmakla birlikte, getirdiği sorumluluklar nedeniyle karmaşık bir uyum sürecini de içermektedir (Jańczak vd., 2025). Jańczak ve diğerleri (2025), ebeveynliği; bağ kurma, disiplin, eğitim, koruma ve duyarlılık gibi çok yönlü rollerin bir bileşimi olarak tanımlar. Bu rollerin gerektirdiği taleplerin, ebeveynin mevcut baş etme kaynaklarını aştığı durumlarda "ebeveynlik stresi" ortaya çıkmaktadır (Mikolajczak ve Roskam, 2018; Senn vd., 2023). Mikolajczak ve Roskam'ın (2018) stres kuramı çerçevesinde bu durum; bireyin çevresel talepleri, kendi kapasitesini zorlayan veya aşan bir tehdit olarak algılaması sonucu oluşan negatif bir duygu durumu olarak ifade edilir. Ebeveynlik bağlamında bu dengesizlik, aile içi iletişimin bozulmasına ve ebeveynin işlevselliğinin azalmasına neden olabilmektedir (Senn vd., 2023; Demirtaş Zorbaz ve Kiye, 2023).

Ebeveynlik stresini çok boyutlu bir modelle açıklayan Abidin (1992), stresin kaynağını tek bir faktöre bağlamaz. Bu modele göre stres, "Çocuk Alanı" ve "Ebeveyn Alanı" olmak üzere iki temel boyuttaki faktörlerin etkileşimiyle oluşur. Çocuk alanındaki faktörler; çocuğun uyumu, mizacı, dikkat dağınıklığı/hiperaktivite düzeyi ve ebeveynin beklentileri gibi özellikleri kapsar. Ebeveyn alanında ise; ebeveynin yaşadığı depresyon, rol kısıtlanması (özgürlüğün kısıtlandığı hissi), sosyal izolasyon, eşle ilişki sorunları ve ebeveynlik yetkinliğine dair algı belirleyicidir. Dolayısıyla stres, çocuğun davranışsal özellikleriyle ebeveynin psikolojik durumunun birleşimi sonucu ortaya çıkan katlanmış bir süreçtir (Abidin, 1992; Akay, 2025).

Ebeveynlik stresini "ödül ve maliyet" dengesi üzerinden açıklayan Berry ve Jones (1995) ise stresi dört temel boyutta ele almaktadır. Bu boyutlar; (1) Ebeveynsel Ödüller (çocuğun varlığından duyulan mutluluk ve yakınlık), (2) Ebeveynsel Zorluklar (zaman, enerji ve maddi kaynakların tükenmesi), (3) Kontrol Eksikliği (ebeveynin yaşamı üzerindeki denetimini kaybettiği hissi) ve (4) Ebeveynsel Doyumdur. Bu modele göre, ebeveynin çocuktan aldığı doyum ve ödüller, yaşanan zorlukları dengelediği sürece stres düzeyi kontrol edilebilir sınırlarda kalır. Ancak kontrol algısının zayıfladığı ve zorlukların arttığı durumlarda ebeveynlik stresi kronikleşmektedir (Berry ve Jones, 1995; Aslan Gördesli ve Aydın Sünbül, 2021).

Stres kaynakları incelendiğinde, büyük yaşam olaylarından ziyade gündelik zorlukların etkisi öne çıkmaktadır. Crnic ve Low (2002), ebeveyn üzerinde asıl belirleyici olanın "gündelik sıkıntılar" (daily hassles) olduğunu belirtmektedir. Bu bulgu güncel çalışmalarla da desteklenmektedir (Senn vd., 2023). Özellikle okul öncesi dönemde çocuğun inatlaşması, rutinlere direnç göstermesi veya duygusal düzenleme güçlükleri gibi sık tekrarlanan küçük çaplı krizler, birikimli bir etki yaratarak ebeveynin tükenmişlik yaşamasına neden olabilmektedir.

Türkiye’de yapılan çalışmalarda da ebeveynlik stresi kültürel dinamiklerle ilişkilendirilmiştir. Aslan Gördesli ve Aydın Sünbül (2021), Türk kültürü gibi ilişkisel benlik kurgusunun yaygın olduğu toplumlarda, ebeveynlerin çocuklarının davranışlarından kendilerini sorumlu tuttuklarını vurgulamaktadır. Çocuğun davranışlarının ebeveynliğin bir yansıması olarak görülmesi, ebeveynlerin daha yoğun bir sorumluluk ve baskı hissetmelerine yol açarak stres düzeyini artırabilmektedir (Demirtaş Zorbaz ve Kiye, 2023). Bu noktada güncel araştırmalar, ebeveynlik stresinin özellikle çocuk mizacı ve ebeveynin yansıtıcı işlev kapasitesiyle birlikte ele alındığında daha açıklayıcı sonuçlar verdiğini göstermektedir (Jańczak vd., 2025).

2.4.2. Ebeveynlik Stresinin Ebeveyn Davranışları ve Ebeveyn–Çocuk İlişkisi Üzerindeki Etkileri

Ebeveynlik stresi, ebeveynin içsel süreçlerinin ötesine geçerek ebeveynlik rollerine ve ebeveyn-çocuk etkileşiminin niteliğine etki eden çok boyutlu bir yapıdır. Belsky’e (1984) göre yüksek düzeydeki stres, ebeveynin psikolojik iyi oluşunu ve baş etme kapasitesini olumsuz yönde etkilemektedir. Tükenmişlik hissiyle beraber ebeveynin çocuğuna karşı destekleyici tutum sergileme olasılığı azalırken, sabırsızlık,

tahammülsüzlük ve cezalandırıcı davranış eğilimlerinin arttığı görülmektedir (Belsky, 1984; Senn vd., 2023; Demirtaş Zorbaz ve Kiye, 2023).

Abidin (1992), stresin ebeveyn davranışlarına yansımaları, ebeveynlerin uç davranış biçimlerine yönelmesiyle açıklamaktadır. Buna göre, stres düzeyi yüksek ebeveynler kontrol kaybı kaygısıyla daha otoriter ve baskıcı tutumlar sergileyebilirler. Azalan enerjileri ve tükenmişlik hissi nedeniyle çocuktan duygusal olarak koparak geri çekilme davranışı da gösterebilmektedirler. Ortaya çıkan her iki davranış biçimi de ebeveynin çocuğun ihtiyaçlarını doğru analiz etme ve karşılama becerisini zayıflatmaktadır. Dolayısıyla stres, ebeveyn-çocuk iletişimini kesintiye uğratan ve ebeveynlik niteliğini düşüren önemli bir risk faktörü olarak değerlendirilmektedir (Abidin, 1992; Güney, 2021).

İlişki üzerindeki etkiler incelendiğinde, büyük yaşam krizlerinden ziyade günlük streslerin daha belirleyici bir role sahip olduğu görülmektedir. Crnic ve Greenberg (1990), gün içerisinde sıklıkla tekrarlanan rutin çatışmaların, ebeveyn-çocuk ilişkisini büyük krizlerden daha derin bir şekilde etkilediğini vurgulamaktadır. Stres düzeyinin birikerek kronikleşmesi durumunda, ebeveynlerin çocuğun gelişimsel olarak normal sayılabilecek davranışlarını dahi kasıtlı veya zorlayıcı olarak algılama eğiliminde oldukları belirtilmektedir (Crnic ve Greenberg, 1990; Quintigliano vd., 2021). Söz konusu durum, ev içindeki duygusal atmosferi olumsuz yönde değiştirmekte, ebeveyn ve çocuk arasındaki olumlu etkileşimi azaltmakta ve çatışmayı ilişkinin baskın bir karakteri haline getirmektedir (Crnic ve Greenberg, 1990; Demirtaş Zorbaz ve Kiye, 2023).

Ebeveynlik stresinin ilişki biçimleri üzerindeki bir diğer kritik etkisi, Kochanska (2002) tarafından tanımlanan karşılıklı duyarlı uyum sürecindeki bozulmadır. Yüksek stres düzeyine maruz kalan ebeveynlerin, çocuktan gelen duygusal istekleri fark etme ve bu isteklere uygun tepki verme kapasitelerinin azaldığı görülmektedir. Ebeveynin sergilediği bu duyarsızlık tutumu, çocuğun anlaşılmadığı hissine kapılmasına ve ilişkide güvensizlik yaşamasına neden olmaktadır. Bu bağlamda, stres faktörünün etkisi altındaki ebeveyn-çocuk ilişkisi, güvenli bir bağlanma zemini olmaktan uzaklaşarak mesafeli ve çatışmalı bir etkileşim yapısına dönüşmektedir (Kochanska, 2002; Quintigliano vd., 2021). Bu süreçte çocuğun ebeveynin mesafeli tavrına hırçınlık veya içe kapanma ile karşılık vermesi, ebeveynin stres düzeyini yeniden artırarak kısır bir stres döngüsünün oluşmasına neden olabilir (Kochanska, 2002; Düz, 2021).

2.5. Ebeveyn–Çocuk İlişkisi

Ebeveyn–çocuk ilişkisi, çocuğun gelişiminde önemli bir yere sahip olan temel kavramlardan biridir. Aile içinde kurulan bu ilişki, ebeveyn ile çocuk arasındaki duygusal yakınlık, iletişim biçimi ve karşılıklı etkileşimler aracılığıyla şekillenmektedir (Aytaç vd., 2018). Alanyazında, ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişkinin niteliğinin çocuğun sosyal, duygusal ve bilişsel gelişimi üzerinde etkili olduğu belirtilmektedir (Frosch ve diğerleri, 2019). Özellikle erken çocukluk döneminde kurulan ilişkinin, çocuğun kendini güvende hissetmesi ve çevresiyle sağlıklı ilişkiler geliştirmesi açısından önemli olduğu vurgulanmaktadır (Aytaç vd., 2018; Frosch vd., 2019). Bu nedenle ebeveyn–çocuk ilişkisi, hem çocuğun gelişim süreci hem de aile içindeki etkileşimlerin anlaşılması açısından ele alınması gereken bir konu olarak değerlendirilmektedir. Bu bölümde öncelikle ebeveyn–çocuk ilişkisinin kavramsal temeli açıklanacak, ardından ebeveyn tutumlarının bu ilişki üzerindeki rolü incelenecektir.

2.5.1. Ebeveyn–Çocuk İlişkisinin Kavramsal Temeli

Anne, baba ve çocuk arasındaki ilişki, yaşamın ilk anlarından itibaren başlayan ve bireyin gelişimi üzerinde yaşam boyu etkisini sürdüren temel bir süreçtir. Bu ilişki yalnızca bakım verme işleviyle sınırlı olmayıp, karşılıklı duygular, beklentiler ve tepkiler yoluyla dinamik biçimde şekillenmektedir. Bağlanma kuramı çerçevesinde Bowlby (1969), bu sürecin temelinde çocuğun güvenlik ve yakınlık ihtiyacının yer aldığını belirtmektedir. Özellikle okul öncesi dönemde ebeveyn, çocuğun çevreyi ve doğayı keşfederken geri dönüp güç alabileceği bir “güvenli üs” işlevi görmektedir. Ainsworth (1979) ise bu güvenli bağlanma zemininde ebeveynin duyarlılığının belirleyici rolüne dikkat çekmektedir. İhtiyaçlara zamanında ve tutarlı biçimde yanıt veren ebeveynler, çocukların çevrelerini daha istekli ve güvenle keşfetmelerini desteklemektedir (Frosch vd., 2019).

Ebeveyn–çocuk ilişkisi yalnızca bağlanma örüntüleriyle açıklanamaz; ilişkinin gündelik yaşamda nasıl sürdürüldüğü ve hangi duygusal niteliklerle beslendiği de çocuğun gelişimi açısından önem taşımaktadır. Bu bağlamda Pianta ve diğerleri (2011), ebeveyn–çocuk ilişkisini yakınlık ve çatışma olmak üzere iki temel boyutta ele almaktadır. Yakınlık, ebeveyn ile çocuk arasındaki sıcaklık, sevgi ve açık iletişimi ifade ederken; çatışma, ilişkideki gerginlik ve olumsuz etkileşimleri kapsamaktadır (Driscoll ve Pianta, 2011). Türkiye’de yapılan uyarılama çalışmalarında, yakınlık düzeyi yüksek

ilişkilerin çocukların özgüvenini ve sosyal uyumunu desteklediği belirtilmektedir (Akgün ve Yeşilyaprak, 2010). Güncel araştırmalar da ebeveyn–çocuk ilişkisinin niteliğinin çocukların sosyal uyum ve duygusal iyi oluşları ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Demirtaş Zorbaz ve Kiye, 2023; Özoğul ve Çoban, 2024). İlişkinin destekleyici niteliği arttıkça, ebeveynin çocuk üzerindeki rehberlik ve model olma etkisi de güçlenmektedir.

Ebeveyn–çocuk ilişkisinin biçimlenmesinde ebeveynin benimsediği tutumlar da önemli bir belirleyicidir. Baumrind’in (1967) sınıflandırmasına göre otoriter, izin verici ve demokratik tutumlar, ilişki dinamiklerini farklı biçimlerde etkilemektedir. Otoriter tutumun baskı ve itaat beklentisi üzerinden şekillendiği; izin verici tutumun ise sınır koymadaki yetersizlik nedeniyle çocukların öz-düzenleme becerilerini olumsuz etkileyebildiği ifade edilmektedir. Buna karşılık demokratik tutum, sevgi ile tutarlı sınırları bir arada sunarak çocukların sosyal uyumunu, kendini ifade etme becerisini ve çevreyi keşfetme isteğini desteklemektedir.

Türkiye’de yürütülen çalışmalar, ebeveynlik tutumlarının kabul/ilgi ve denetim/kontrol boyutları etrafında şekillendiğini göstermektedir. Sümer ve Güngör’ün (1999) bulgularına göre, hem ilgi hem de denetimin dengeli biçimde sunulduğu demokratik tutum, çocukların sosyal ve akademik gelişimini en fazla destekleyen yaklaşım olarak öne çıkmaktadır. Buna karşılık, ilginin düşük olduğu otoriter ya da her iki boyutun da zayıf olduğu ihmalkâr tutumlar, çocukların benlik saygısını ve çevreyle kurdukları ilişkiyi olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Bu çerçevede ebeveyn tutumlarının, çocuğun hem aile içi davranışlarını hem de dış dünyaya yönelik keşif eğilimini belirgin biçimde şekillendirdiği söylenebilir.

2.5.2. Ebeveyn Tutumlarının Ebeveyn–Çocuk İlişkisi Üzerindeki Rolü

Ebeveynlik rolü, çocuğun yalnızca fiziksel gereksinimlerini karşılamayı değil, ebeveyn–çocuk etkileşimlerinin gerçekleştiği duygusal ortamın niteliğini de kapsamaktadır. Darling ve Steinberg (1993), ebeveyn tutumunu, ebeveyn–çocuk ilişkisinin içinde şekillendiği “duygusal iklim” olarak tanımlamaktadır. Sıcak, destekleyici ve demokratik bir duygusal ortamda yetişen çocuklar, kendilerini daha güvende hissetmekte ve ebeveynleriyle açık bir iletişim kurabilmektedir. Buna karşılık baskıcı ya da ilgisiz tutumların hâkim olduğu ortamlarda, ilişki yapısının zayıfladığı ve çocuğun ebeveynle etkileşime karşı daha dirençli tutumlar geliştirebildiği belirtilmektedir. Dolayısıyla ebeveynin sergilediği tutum, ebeveyn–çocuk ilişkisinin

güven temelli ve sürdürülebilir bir yapıya kavuşmasında temel belirleyici olarak değerlendirilmektedir (Frosch vd., 2019; Demirtaş Zorbaz ve Kiye, 2023).

Ebeveyn-çocuk ilişkisinde oluşan duygusal iklim, literatürde genellikle yakınlık ve çatışma boyutları üzerinden açıklanmaktadır. Akgün ve Yeşilyaprak'a (2010) göre yakınlık, sevgi, sıcaklık ve açık iletişimin hâkim olduğu; çocuğun ebeveyninden destek gördüğü ilişki yapısını ifade ederken, çatışma boyutu ilişkide öfke, gerginlik ve anlaşmazlıkların yoğunlaştığı etkileşimleri kapsamaktadır. İlişkinin çatışma eksenine kayması, çocuğun ebeveyninden duygusal olarak uzaklaşmasına ve sosyal uyum sorunları yaşamasına zemin hazırlayabilmektedir (Demirtaş Zorbaz ve Kiye, 2023).

Ebeveyn-çocuk ilişkisinin duygusal niteliğini güçlendiren bir diğer temel dinamik, Kochanska'nın (2002) tanımladığı karşılıklı duyarlı uyum kavramıdır. Ebeveynin çocuğun ihtiyaçlarını fark ederek duyarlı biçimde yanıtlaması, ilişkide güvene dayalı ve işbirlikçi bir etkileşim döngüsü oluşturmakta; bu durum çocuğun ebeveynine gönüllü uyum göstermesini desteklemektedir.

Ulusal literatürde de ebeveynin çocuğa sunduğu kabul ve ilginin, ilişkinin sağlıklı gelişiminde belirleyici olduğu vurgulanmaktadır (Sümer ve Güngör, 1999). Yüksek düzeyde kabul ve ilgi gören çocukların ebeveynleriyle daha güvenli ve sıcak ilişkiler kurdukları; buna karşılık baskıcı ya da reddedici tutumlara maruz kalan çocukların daha kaygılı ve mesafeli tepkiler geliştirdikleri belirtilmektedir.

Bu bağlamda ebeveyn tutumlarının şekillendirdiği ilişki kalitesi, çocuğun yalnızca aile içindeki uyumunu değil, aynı zamanda dış dünyaya yönelik merak ve keşif davranışlarını da etkilemektedir. Güvenli ve destekleyici ilişki ortamında yetişen çocukların çevrelerini ve doğayı keşfetme konusunda daha istekli davrandıkları; çatışmalı ilişki örüntülerinde ise çocukların daha çekingen tepkiler gösterebildikleri ifade edilmektedir (Izenstark ve Ebata, 2016; Özoğul ve Çoban, 2024).

Ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi üzerine sunulan bu kuramsal ve ampirik bulgular, doğa teması ve öz-yeterlilik gibi kaynakların bu süreçte potansiyel koruyucu rolünü gündeme getirmektedir. Bu nedenle bir sonraki bölümde değişkenler arası ilişkiler kuramsal bir bütünlük içinde tartışılmaktadır.

2.6. Kavramlar Arasındaki İlişkiler

Doğaya bağlılık ve doğaya bağlılık öz-yeterliği, son yıllarda bireylerin psikolojik iyi oluşu ve stresle başa çıkma süreçleri bağlamında ele alınan önemli kavramlar arasında yer almaktadır. Güncel araştırmalar, bireylerin doğayla kurdukları duygusal bağın, yaşam doyumu, duygusal denge ve stres düzeyleri ile ilişkili olabileceğini göstermektedir (Martin vd., 2020; Richardson vd., 2020). Özellikle ebeveynlik bağlamında yapılan çalışmalar, ebeveynlerin doğayla kurdukları ilişkinin hem kendi iyi oluşlarını hem de çocuklarıyla birlikte gerçekleştirdikleri doğa temelli etkinlikleri etkileyebileceğini ortaya koymaktadır (Keleş Ertürk ve Kılıçoğlu, 2024). Bu durum, doğaya bağlılık ve doğaya bağlılık öz-yeterliğinin ebeveynlik sürecinin duygusal niteliği, ebeveynlik stresi ve ebeveyn–çocuk ilişki kalitesi ile bağlantılı olabileceğini düşündürmektedir. Bu bölümde söz konusu değişkenler arasındaki ilişkiler literatür doğrultusunda ele alınacaktır.

2.6.1. Doğaya Bağlılık, Doğaya Bağlılık Öz-Yeterliği ve Ebeveynlik Süreci

Ebeveynlik, çocuğun sürekli değişen ihtiyaçlarını takip etmeyi gerektirdiği için yoğun dikkat ve zihinsel çaba talep eden bir süreçtir. Günlük yaşamda sık sık yön değiştiren bu dikkat odağı, zamanla ebeveynlerde zihinsel yorgunluk hissine yol açabilmektedir. Kaplan ve Kaplan (1989), Dikkat Yenilenme Teorisi kapsamında uzun süreli istemli dikkat kullanımının bilişsel kaynakları tükettiğini ve zihinsel tükenmişlik oluşturabileceğini belirtmektedir. Doğal ortamların ise “büyülenme” olarak tanımlanan zahmetsiz dikkat süreci aracılığıyla bu yorgunluğu azaltabileceği ileri sürülmektedir. Bu kuramsal çerçevenin yakın tarihli değerlendirmelerinde de doğayla temasın dikkat yenilenmesi ile ilişkili olabileceği ifade edilmektedir (Liu ve diğerleri, 2024). Benzer biçimde Ulrich’in (1983) Stres Azaltma Teorisi, doğal çevrenin fizyolojik uyarılmayı azaltarak psikolojik rahatlama sağlayabileceğini ileri sürmektedir.

Doğanın bu onarıcı etkisinin yalnızca bireysel bir rahatlama ile sınırlı kalmadığı, aile içi etkileşimlere de yansiyabileceği düşünülmektedir. Doğada birlikte geçirilen zamanın ebeveynlerin zihinsel yükünü hafiflettiği ve ebeveyn–çocuk etkileşimlerinin niteliği ile ilişkili olabileceği yönünde bulgular bulunmaktadır (Izenstark ve Ebata, 2016). Doğa temelli etkinliklerin bireylerin iyi oluş düzeyleri ve doğaya bağlılıkları ile ilişkili olabileceği belirtilmektedir (Pocock ve diğerleri, 2023). Türkiye’de yapılan çalışmalarda doğa temelli uygulamaların çocukların bilişsel ve sosyal gelişimleriyle bağlantılı olduğu ve aile katılımının bu sürece katkı sağlayabildiği ifade edilmektedir (Günaydı ve Aksoy,

2025). Bu durum, ebeveynlerin doğayla kurduğu ilişkinin ebeveynlik sürecine dolaylı biçimde yansıtılabileceğini düşündürmektedir.

Ancak doğal ortamların sunduğu bu potansiyelden yararlanma düzeyi, bireyin doğayla kurduğu bağın niteliği ve bu ilişkiyi sürdürme konusundaki öz-yeterlik algısıyla yakından bağlantılıdır. Mayer ve Frantz (2004) tarafından tanımlanan doğaya bağlılık, bireyin kendisini doğanın bir parçası olarak algılaması ve doğayla duygusal bir bağ kurması olarak açıklanmaktadır.

Türkiye’de okul öncesi dönem çocuklarına yönelik geliştirilen Doğaya Bağlılık Ölçeği-Ebeveyn Değerlendirme Formu’nun uyarlama çalışması, doğaya bağlılık kavramının ebeveyn gözlemleri aracılığıyla değerlendirilebildiğini göstermektedir (Kılınç, 2025). Türkiye örneğinde yapılan bazı araştırmalarda doğaya bağlılık ile çevresel duyarlılık arasında anlamlı ilişkiler bulunduğu ifade edilmektedir (Gürer ve Mermer, 2023). Bu bulgular, doğaya bağlılığın davranışsal yönelimlerle de ilişkili olabileceğini düşündürmektedir.

Bununla birlikte, bu bağlılığın davranışa dönüşmesinde öz-yeterlik inancının belirleyici olduğu ifade edilmektedir. Meinhold ve Malkus’a (2005) göre çevresel davranışların sürekliliği, bireyin gerekli bilgi ve becerileri uygulayabileceğine dair inancıyla ilişkilidir. Türkiye örneğinde yapılan araştırmalarda da doğaya bağlılık düzeyinin çevresel sorumluluk eğilimleriyle ilişkili olduğu görülmektedir (Bektaş vd., 2017).

Bu doğrultuda doğaya bağlılık öz-yeterliği yüksek olan ebeveynlerin, stresli durumlarda doğayı bir baş etme kaynağı olarak kullanma eğilimlerinin artabileceği ve ebeveynlik sürecindeki zorlukları yönetme biçimleri üzerinde doğayla kurdukları ilişkinin etkili olabileceği düşünülmektedir. Öz-yeterliği yüksek ebeveynlerin doğaya erişim konusunda kendilerini daha yetkin hissetmeleri, doğanın dikkat yenileyici ve stres azaltıcı etkilerinden daha düzenli biçimde yararlanmalarını kolaylaştırabilir. Bu durumun ebeveynlik sürecinin duygusal niteliği ile dolaylı biçimde bağlantılı olabileceği öngörülmektedir.

2.6.2. Doğaya Bağlılık ve Doğaya Bağlılık Öz-Yeterliğinin Ebeveynlik Stresi ve Ebeveyn-Çocuk İlişkisiyle İlişkisi

Bireyin doğayla kurduğu ilişki, psikolojik iyi oluş ve stresle başa çıkma süreçlerinde önemli bir rol oynamaktadır. Capaldi ve diğerleri (2014) tarafından gerçekleştirilen kapsamlı bir çalışmada, doğaya yönelik aidiyet hissi yüksek olan bireylerin daha yüksek düzeyde mutluluk ve yaşam doyumu bildirdikleri belirlenmiştir. Türkiye’de yürütülen araştırmalar da bu bulgularla paralel sonuçlar ortaya koymaktadır. Sarıçam ve diğerleri (2015), doğayla temasın kaygı ve stres düzeylerini azalttığını; Karabulut (2024) ise bu etkileşimin psikolojik dayanıklılığı güçlendirdiğini vurgulamaktadır. Bu bulgular doğrultusunda doğa, ebeveynler açısından zihinsel yorgunluğu azaltan ve psikolojik kaynakları destekleyen etkili bir çevresel unsur olarak değerlendirilmektedir.

Ancak ebeveynlerin doğaya yönelik olumlu tutumlara sahip olmaları, çocuklarını doğayla buluşturma sürecini başlatmak ve sürdürmek için her zaman yeterli olmayabilmektedir. Bu noktada belirleyici olan faktör, literatürde Doğaya Bağlılık Ebeveyn Öz-Yeterliği olarak tanımlanan ve ebeveynlerin çocuklarını doğaya çıkarma, karşılaştıkları engelleri aşma ve doğada etkileşim kurma konularındaki yetkinlik algılarını ifade eden yapıdır (Keleş Ertürk ve Kılıçoğlu, 2024).

Yapılan çalışmalar, ebeveynlik rolüne ilişkin öz-yeterlik algısı yüksek olan anne babaların daha düşük stres düzeylerine sahip olduklarını ve çocuklarına karşı daha olumlu tutumlar sergilediklerini göstermektedir (Demirdöven ve Özyürek, 2022; Uykan ve Akkaynak, 2019). Bu doğrultuda, doğaya ilişkin süreçlerde de kendine güveni yüksek olan ebeveynlerin stresle daha etkili biçimde başa çıktıkları ve doğayı bir baş etme kaynağı olarak daha işlevsel kullandıkları düşünülmektedir.

Doğada geçirilen zamanın ebeveyn-çocuk ilişkisi üzerindeki etkileri de literatürde olumlu biçimde ele alınmaktadır. Araştırmalar, doğal ortamlarda gerçekleştirilen serbest etkinliklerin aile üyeleri arasındaki bağı güçlendirdiğini ve ebeveyn-çocuk etkileşimlerinin niteliğini artırdığını göstermektedir (Izenstark ve Ebata, 2016; Dankiw vd., 2020).

Doğa, ebeveyn ve çocuğun birlikte vakit geçirebildiği ortak bir paylaşım alanı sunarak, ilişkinin daha sıcak ve destekleyici bir zeminde sürdürülmesine katkı sağlamaktadır (Gülay Ogelman ve Öznacar, 2010). Bu bağlamda, doğaya yönelik olumlu

tutulmaya sahip ve çocuklarını doğayla buluşturma konusunda kendini yeterli hisseden ebeveynlerin, doğanın rahatlatıcı etkisinden daha fazla yararlandıkları; buna bağlı olarak daha düşük stres düzeyleri yaşadıkları ve çocuklarıyla daha sağlıklı bir iletişim kurabildikleri öngörülmektedir.

Bu araştırmanın kuramsal zemini; Kaplan ve Kaplan'ın (1989) doğanın zihinsel yorgunluğu giderici etkisini açıklayan Dikkat Yenilenme Teorisi, Bandura'nın (1977) davranışların yetkinlik inancı temelinde şekillendiğini vurgulayan Öz-Yeterlik Teorisi ve Belsky'nin (1984) ebeveynlik süreçlerini çok boyutlu bir yapı olarak ele alan Ebeveynliğin Belirleyicileri Modeli üzerine temellendirilmiştir.

Bu kuramsal çerçeveye göre, doğayla temas eden ebeveynlerin öncelikle tükenen dikkat kapasitelerinin yenilendiği, bu zihinsel iyilik hâliyle birlikte ebeveynlik yetkinliğine ilişkin algılarının güçlendiği varsayılmaktadır. Sonuç olarak, dikkat kapasitesi yenilenmiş ve öz-yeterlik algısı yüksek ebeveynlerin daha düşük düzeyde ebeveynlik stresi yaşadıkları ve çocuklarıyla daha nitelikli ilişkiler kurabildikleri literatürdeki kuramsal ve ampirik bulgular ışığında öngörülmektedir.

Bu araştırmanın kuramsal zemini; Kaplan ve Kaplan'ın (1989) Dikkat Yenilenme Kuramı, Bandura'nın (1977) Öz-Yeterlik yaklaşımı ve Belsky'nin (1984) Ebeveynliğin Belirleyicileri Modeli üzerine temellendirilmiştir. Bu çerçeveye göre doğayla temas eden ebeveynlerin tükenen dikkat kapasitelerinin yenilenebileceği; bunun ebeveynlik yetkinliğine ilişkin algıları güçlendirebileceği ve sonuç olarak ebeveynlik stresini azaltırken ebeveyn-çocuk ilişki kalitesini destekleyebileceği literatürdeki kuramsal ve ampirik bulgular ışığında öngörülmektedir.

2.7. İlgili Araştırmalar

Bu bölümde, araştırmanın temel değişkenleri olan doğaya bağlılık, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişkisi üzerine yurt içinde ve yurt dışında yapılan çalışmalar incelenmiştir. Araştırmalar, konu bütünlüğü ve güncellik sırası gözetilerek aşağıda sunulmuştur.

2.7.1. Doğaya Bağlılık ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Soga ve diğerleri (2025) kentleşme ve dijital medya kullanımının çocukların doğa deneyimleri üzerindeki etkilerini incelemişlerdir. Araştırma Japonya genelinde farklı yaş

gruplarından toplam 17.826 öğrenci ile yürütülmüştür. Çalışmada çocukların kuş gözlemlene, böcek yakalama, kamp yapma, dağcılık ve doğal sularda yüzme gibi çeşitli açık hava etkinliklerine ne sıklıkla katıldıkları değerlendirilmiştir. Kentleşme düzeyi coğrafi veriler üzerinden belirlenmiş, dijital medya kullanımı ise öğrencilerin kendi bildirimlerine dayalı olarak ölçülmüştür. Araştırma sonuçlarına göre kentleşme ve dijital medya kullanımı özellikle kuş gözlemlene ve böcek yakalama gibi doğrudan yaban hayatı ile temas gerektiren etkinliklerde katılımı anlamlı şekilde azaltmaktadır. Buna karşılık kamp yapma veya dağcılık gibi bazı genel açık hava etkinliklerinde aynı düzeyde bir azalma görülmemiştir. Bu bulgular, günümüzde yaşam koşullarındaki değişimlerin özellikle doğayla birebir temas içeren deneyimleri daha fazla etkileyebileceğini göstermektedir.

Günaydı ve Aksoy (2025) çocuk gelişiminde doğa temelli eğitimin etkilerini ve bu süreçte aile katılımının rolünü incelemişlerdir. Çalışma derleme türünde olup, doğa temelli eğitimin çocukların bilişsel, sosyal, duygusal ve fiziksel gelişimi üzerindeki etkileri literatür doğrultusunda ele alınmıştır. Araştırmada, doğayla etkileşimin azalmasının çocukların gelişimi üzerinde olumsuz sonuçlar doğurabileceği belirtilmiş; doğa temelli eğitimin ise problem çözme, iş birliği, empati ve çevre bilinci gibi becerileri desteklediği vurgulanmıştır. Ayrıca aile katılımının bu süreci güçlendirdiği, ebeveynlerin doğaya yönelik tutumlarının çocukların doğayla kurduğu ilişkiyi etkileyebileceği ifade edilmiştir. Çalışma sonucunda doğa temelli eğitimin yaygınlaştırılması, öğretmen eğitimlerinin desteklenmesi ve ailelerin sürece aktif olarak dahil edilmesi gerektiği önerilmiştir.

Bell ve diğerleri (2025) doğaya maruz kalmanın dikkat yenilenmesi üzerindeki etkisini incelemişlerdir. Çalışma sistematik derleme ve meta-analiz yöntemiyle yürütülmüş ve 80 farklı araştırmadan elde edilen toplam 273 bulgu analiz edilmiştir. Araştırmada doğal ortamlarda bulunmanın bilişsel performans üzerindeki etkisi değerlendirilmiştir. Sonuçlara göre doğa ortamında bulunmak özellikle çalışma belleği ve dikkat kontrolü alanlarında olumlu etkiler göstermektedir. Ancak bu etkinin çok güçlü olmadığı, küçük düzeyde kaldığı belirtilmiştir. Ayrıca doğada geçirilen sürenin önemli olduğu ve yaklaşık 30 dakika doğada kalmanın dikkat yenilenmesi açısından daha belirgin bir etki oluşturduğu ifade edilmiştir. Genel olarak çalışma, doğanın dikkat süreçlerini desteklediğini ancak bu etkinin sınırlı düzeyde olduğunu ortaya koymaktadır.

Kılınç (2025) okul öncesi dönem çocukları için geliştirilen Doğaya Bağlılık Ölçeği-Ebeveyn Değerlendirme Formunun Türk kültürüne uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını yapmıştır. Araştırma Ağrı ilinde okul öncesi eğitime devam eden 60–72 aylık 299 çocuk ve bu çocukların ebeveynleri ile yürütülmüştür. Çalışmada demografik bilgi formunun yanı sıra Doğaya Bağlılık Ölçeği-Ebeveyn Değerlendirme Formu, Çocuklar için Biyofili Ölçeği ve Güçler ve Güçlükler Anketi veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Öncelikle ölçeğin çeviri ve dilsel eşdeğerlik çalışmaları yapılmış, ardından geçerlik ve güvenilirlik analizlerine geçilmiştir. Yapı geçerliliği, kapsam geçerliliği, yakınsak ve ıraksak geçerlilik analizleri ile iç tutarlılık ve test-tekrar test güvenilirliği incelemeleri gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda ölçeğin Türkçe formunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu belirlenmiştir. Bu çalışma, okul öncesi dönem çocuklarının doğaya bağlılık düzeylerinin ebeveyn görüşlerine dayalı olarak ölçülebileceğini göstermesi açısından önemli görülmektedir.

Keleş Ertürk ve Kılıçoğlu (2024) “Doğaya Bağlılık Ebeveyn Öz-Yeterliği Ölçeği”nin Türkçeye uyarlanmasını ve geçerlik güvenilirlik çalışmalarını yapmışlardır. Araştırma 370 ebeveyn ile yürütülmüştür. Çalışmada ölçeğin Türk kültürüne uygunluğu incelenmiş ve açımlayıcı ile doğrulayıcı faktör analizleri yapılmıştır. Analizler sonucunda ölçeğin “Doğaya Erişim”, “Doğa Hakkında İletişim”, “Kişisel Engelleri Aşma” ve “Durumsal Engelleri Aşma” olmak üzere dört alt boyuttan oluştuğu belirlenmiştir. Ayrıca ölçeğin iç tutarlılık düzeyinin yeterli olduğu görülmüş ve Türkçe formunun geçerli ve güvenilir olduğu ifade edilmiştir. Bu çalışma, ebeveynlerin doğaya ilişkin öz-yeterlik algılarının ölçülebilir bir yapı olduğunu ortaya koyması açısından önemlidir. Bu yönüyle araştırmamızda ele alınan doğaya bağlılık ebeveyn öz-yeterliği değişkeninin kuramsal ve ölçümsel temeline katkı sağlamaktadır.

Sayın (2024) ebeveynlerin doğayla ilişki düzeyleri ile 60–72 aylık çocuklarının doğayla bağlantı kurma eğilimleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma 225 ebeveyn ve okul öncesi dönemdeki çocukları ile yürütülmüştür. Çalışmada ebeveynlerin doğayla ilişki düzeylerini belirlemek amacıyla doğayla ilişki ölçeği, çocukların doğayla bağlantı eğilimlerini ölçmek için ise çocuklara yönelik doğa bağlantı ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre ebeveynlerin doğayla ilişki düzeyleri ile çocukların doğayla bağlantı kurma eğilimleri arasında düşük düzeyde ancak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca bazı demografik değişkenlerin ebeveynlerin doğayla ilişki düzeyleri üzerinde etkili olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu, ebeveynlerin doğaya yönelik tutum ve ilişki

düzeylelerinin çocukların doğayla kurduğu bağ üzerinde etkili olabileceğini göstermektedir. Bu yönüyle çalışma, araştırmamızda ele alınan ebeveyn değişkenlerinin çocukların doğayla ilişkisi üzerindeki rolünü destekler niteliktedir.

Pocock ve diğerleri (2023) doğa temelli kısa etkinliklerin bireylerin doğaya bağlılık ve iyi oluş düzeyleri üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırma bir haftalık deneysel bir çalışma olarak yürütülmüş ve 500 katılımcı farklı gruplara ayrılmıştır. Katılımcılardan birkaç gün boyunca yaklaşık 10 dakikalık doğa etkinlikleri yapmaları istenmiştir. Sonuçlara göre doğada bilinçli farkındalık geliştirmeye yönelik etkinlikler ve vatandaş bilimi uygulamaları doğaya bağlılık ve mutluluk düzeyini artırmıştır. Özellikle doğada olumlu şeyleri fark etmeye dayalı etkinliklerin doğayla duygusal bağ kurmayı desteklediği görülmüştür. Bu bulgular, doğayla düzenli ve bilinçli etkileşimin bireylerin doğayla ilişkisini güçlendirebileceğini göstermektedir.

Öngen ve Ersay (2023) ebeveynlerin doğayla ilişki düzeyleri ile çocukların doğa anlayışları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma iki aşamada yürütülmüştür. İlk olarak 57 ebeveynin doğayla ilişki düzeyleri belirlenmiş, daha sonra doğayla ilişkisi yüksek ve düşük olan ebeveynlerin 60–72 aylık çocuklarıyla görüşmeler yapılmıştır. Çocukların doğa anlayışları çizim ve görüşme yoluyla değerlendirilmiştir. Sonuçlara göre ebeveynlerin gelir düzeyi arttıkça doğaya yönelik bakış açılarının arttığı görülmüştür. Ayrıca doğayla ilişkisi yüksek olan ebeveynlerin çocuklarının doğayı daha ayrıntılı ve bilinçli tanımladıkları belirlenmiştir. Buna karşılık doğayla ilişkisi düşük olan ebeveynlerin çocuklarının doğayı daha yüzeysel ve sınırlı biçimde ifade ettikleri görülmüştür. Bu durum, ebeveynlerin doğayla kurduğu ilişkinin çocukların doğa anlayışı üzerinde etkili olabileceğini göstermektedir.

Demircan ve Uyanık (2023) okul öncesi dönem çocuklarının ve annelerinin doğada vakit geçirme durumlarını incelemiştir. Araştırma nitel yöntemle yürütülmüş ve İstanbul'da 36–72 aylık çocuğa sahip 17 anne ile yarı yapılandırılmış görüşmeler yapılmıştır. Çalışma sonucunda annelerin doğada vakit geçirmesinin onları psikolojik olarak rahatlattığı, huzurlu ve mutlu hissettirdiği belirlenmiştir. Çocukların doğada vakit geçirmesinin ise fiziksel gelişim, zihinsel gelişim, sosyal-duygusal gelişim ve dil gelişimi açısından destekleyici olduğu ifade edilmiştir. Ayrıca yaşanılan bölgenin yapısı, hava durumu, annenin farkındalık düzeyi ve okulun sunduğu imkânların doğada vakit geçirme sürecini etkilediği belirtilmiştir. Araştırma, özellikle annenin doğaya yönelik tutum ve

farkındalığının çocukların doğayla etkileşimini önemli ölçüde etkilediğini göstermektedir.

Martin ve diğerleri (2020) doğayla temas ve doğaya bağlılık düzeyinin iyi oluş ve çevreye yönelik davranışlarla ilişkisini incelemiştir. Araştırma İngiltere’de 4.960 yetişkin ile yürütülmüştür. Çalışmada haftada en az bir kez doğaya gitme, yaşanılan çevredeki yeşil alan miktarı ve doğaya yönelik psikolojik bağlılık düzeyi değerlendirilmiştir. Sonuçlara göre düzenli olarak doğaya gitmenin genel sağlıkla olumlu ilişkili olduğu, doğaya bağlılık düzeyi yüksek olan bireylerin ise anlamlılık ve çevreye yönelik davranışlar açısından daha yüksek puanlara sahip olduğu belirlenmiştir. Bulgular, doğayla yalnızca fiziksel temasın değil, doğayla kurulan psikolojik bağın da önemli olduğunu göstermektedir.

Chawla (2020), çocukluk döneminde doğayla kurulan ilişkinin bireylerin ileriki yaşamlarında çevreye yönelik tutum ve davranışlarını etkileyebileceğini ele almıştır. Çalışmada çocukların doğayla erken yaşta kurdukları duygusal bağın, çevresel sorunlar karşısında sorumluluk ve koruma bilinci geliştirmeleriyle ilişkili olduğu belirtilmiştir. Ayrıca doğaya yönelik olumlu deneyimlerin umut, bağlılık ve çevreyi koruma isteğini desteklediği ifade edilmiştir. Bu durum, çocukluk döneminde doğayla kurulan ilişkinin yalnızca anlık bir deneyim olmadığını, uzun vadede bireyin çevreye bakış açısını etkileyebileceğini göstermektedir.

Pritchard ve Richardson (2020) doğaya bağlılık ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi meta-analiz yöntemiyle incelemişlerdir. Çalışmada 20 farklı örneklemden elde edilen toplam 4.758 katılımcıya ait veriler analiz edilmiştir. Bulgulara göre doğaya bağlılık ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca kişisel gelişim boyutunun diğer boyutlara göre daha güçlü bir ilişki gösterdiği belirlenmiştir. Araştırma sonuçları, doğaya bağlılık düzeyi arttıkça bireylerin psikolojik açıdan daha iyi hissettiklerini ortaya koymaktadır.

Tillmann ve diğerleri (2018) çocuk ve ergenlerde doğayla etkileşimin ruh sağlığı üzerindeki etkilerini sistematik derleme yöntemiyle incelemişlerdir. Araştırmada 1990–2017 yılları arasında yayımlanmış 35 nicel çalışma değerlendirilmiştir. Bulgulara göre çalışmaların yaklaşık yarısında doğa ile ruh sağlığı arasında olumlu ve anlamlı ilişkiler bulunurken, diğer yarısında anlamlı bir sonuç elde edilmemiştir. Özellikle dikkat eksikliği ve hiperaktivite belirtileri ile doğa arasında daha tutarlı olumlu sonuçlar görülmüştür.

Ancak araştırmacılar, mevcut çalışmaların çoğunun kesitsel desenli olması nedeniyle daha gcl ve uzunlamasına araştırmalara ihtiyaç olduğunu vurgulamışlardır.

2.7.2. Ebeveyn Stresi ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Ateş Yaman (2025) tarafından ebeveyn stresi, ebeveynlik yetkinliği ve psikolojik esneklik arasındaki ilişkilerin incelendiği araştırmada, ebeveyn stresi ile ebeveynlik yetkinliği arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolünün belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırma verileri, 18 yaşından kck çocuğa sahip 456'sı kadın, 351'i erkek olmak üzere toplam 807 ebeveyn den elde edilmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak Ebeveyn Yetkinlik leği, Ebeveyn Stres leği, Psikolojik Esneklik leği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre ebeveynlik yetkinliği ile psikolojik esneklik arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki; ebeveynlik yetkinliği ile ebeveyn stresi arasında ise negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca ebeveynlik yetkinliği ile ebeveyn stresi arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin kısmi aracı rol oynadığı belirlenmiştir. Elde edilen bulgular, ebeveynlerin yetkinlik algılarının artmasının stres düzeylerinin azalmasına katkı sağladığını ve psikolojik esnekliğin bu ilişkide koruyucu bir işlev üstlendiğini ortaya koymaktadır.

Jańczak ve diğerleri (2025) tarafından yapılan araştırmada, okul öncesi dönemde çocuğu olan annelerde ocuk mizacı ile ebeveyn stresi arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmaya 3–6 yař aralığında çocuğa sahip 185 anne katılmıştır. Araştırma bulgularına göre, çocukların olumsuz duygularının yüksek olması ve öz denetim becerilerinin düşük olması annelerin ebeveyn stresini artırmaktadır. Ayrıca annelerin çocuklarının duygu ve düşüncelerini anlama ve yorumlama becerilerinin düşük olmasının ebeveyn stresini artırdığı belirlenmiştir. Yapılan analizler, annelerin bu becerilerinin ocuk mizacı ile ebeveyn stresi arasındaki ilişkiyi etkilediğini göstermiştir. Elde edilen sonuçlar, ocuk özellikleri ile ebeveyn stresi arasındaki ilişkide annenin psikolojik özelliklerinin önemli bir rol oynadığını ortaya koymaktadır.

Rusu ve diğerleri (2025) tarafından yapılan meta-analiz çalışmasında, ebeveyn stresi ile ebeveynlerin psikolojik iyi oluşu arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma kapsamında farklı ülkelerde yürütülmüş çok sayıda araştırma analiz edilmiş ve toplamda 22.000'den fazla ebeveyne ait veriler değerlendirilmiştir. Araştırma bulgularına göre ebeveyn stresi ile psikolojik iyi oluş arasında orta düzeyde ve negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Başka bir ifadeyle ebeveynlerin stres düzeyleri arttıkça psikolojik iyi oluş

düzeylerinin azaldığı belirlenmiştir. Ayrıca çalışmada ebeveyn stresinin tükenmişlik, depresyon ve duygusal zorlanma gibi değişkenlerle de ilişkili olduğu vurgulanmıştır. Elde edilen sonuçlar, ebeveyn stresinin ebeveynlerin ruh sağlığı üzerinde önemli bir risk faktörü olduğunu ortaya koymaktadır.

Güven (2024) tarafından yapılan çalışmada, ebeveyn-çocuk ilişkisi ile ebeveynlerin rol algılarının ebeveyn stresi üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırma 578 ebeveyn ile gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonucunda, ebeveynlerin kendilerini ebeveynlik rolünde daha yeterli ve olumlu algılamalarının ebeveyn stresini azalttığı; ebeveyn-çocuk ilişkisinin olumsuz özellikler göstermesinin ise ebeveyn stresini artırdığı belirlenmiştir. Elde edilen bulgular, ebeveynlerin kendilerine yönelik algılarının ve çocuklarıyla kurdukları ilişkinin ebeveyn stresi üzerinde önemli bir etkisi olduğunu göstermektedir.

Bağcı-Çetin (2023) tarafından yapılan çalışmada, okul öncesi dönem çocuğu olan annelerin algıladıkları sosyal destek ile ebeveynlik stres düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma, 5-6 yaş grubunda çocuğu olan 306 anne ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda annelerin algıladıkları sosyal destek düzeyi ile ebeveynlik stres düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Ayrıca annelerin çalışma durumuna göre ebeveynlik stres düzeylerinin farklılaştığı bulunmuştur. Elde edilen bulgular, sosyal desteğin ebeveynlik sürecinde annelerin stres düzeyleri üzerinde etkili bir faktör olduğunu göstermektedir.

Senn ve diğerleri (2023) tarafından yapılan boylamsal çalışmada, ebeveyn stresi ile ebeveynlerin psikolojik durumları ve ebeveynlik davranışları arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırma sürecinde ebeveynlerin stres düzeyleri belirli aralıklarla ölçülmüş ve zaman içerisindeki değişimler değerlendirilmiştir. Araştırma bulgularına göre ebeveyn stresi arttıkça ebeveynlerin depresif belirtilerinin ve olumsuz ebeveynlik davranışlarının arttığı belirlenmiştir. Ayrıca yapılan analizler, ebeveyn stresinin psikolojik durum ile ebeveynlik davranışları arasındaki ilişkide aracı bir rol oynadığını göstermiştir. Elde edilen sonuçlar, ebeveyn stresinin hem ebeveynlerin ruh sağlığını hem de çocuklarıyla kurdukları etkileşimi etkileyebildiğini ortaya koymaktadır.

Çakmak Şakiroğlu (2023) tarafından yapılan çalışmada, okul öncesi dönemde çocuğu olan ebeveynlerin stres düzeyleri ile çocukların kaygı belirtileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda ebeveyn stres düzeyi arttıkça çocukların kaygı belirtilerinin de arttığı belirlenmiştir. Ayrıca ebeveyn stresinin, çocukların duygusal ve

davranışsal özellikleri ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Elde edilen bulgular, ebeveynlerin yaşadığı stresin yalnızca kendilerini değil, çocukların psikolojik durumunu da etkileyebileceğini göstermektedir.

Spinelli ve diğerleri (2020) tarafından yapılan araştırmada, ebeveyn stresi ile çocukların duygusal ve davranışsal sorunları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre ebeveynlerin stres düzeyleri arttıkça çocuklarda görülen davranış problemlerinin ve duygusal güçlüklerin de arttığı belirlenmiştir. Ayrıca ebeveyn stresinin, ebeveynlerin çocuklarıyla kurdukları etkileşimi olumsuz yönde etkileyebileceği ifade edilmiştir. Elde edilen sonuçlar, ebeveyn stresinin yalnızca ebeveynleri değil, çocukların gelişim süreçlerini de etkileyen önemli bir faktör olduğunu göstermektedir.

2.7.3. Ebeveyn-Çocuk İlişkisi ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Liu ve diğerleri (2026) yaptıkları çalışmada bilinçli ebeveynliğin ebeveyn-çocuk ilişkisi üzerindeki etkisini incelemişlerdir. Araştırmaya 979 anne ve baba katılmıştır ve anne ile babalar birlikte değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgulara göre anne ve babaların bilinçli ebeveynlik düzeyleri arttıkça çocuklarıyla olan ilişki kalitesi de artmaktadır. Ayrıca ebeveynlerden birinin bilinçli ebeveynlik düzeyinin, diğer ebeveynin çocukla olan ilişkisini de olumlu yönde etkilediği belirlenmiştir. Çalışmada ebeveyn öz-yeterliği de ele alınmış ve bilinçli ebeveynliğin ebeveynlerin kendilerini daha yeterli hissetmelerini sağladığı görülmüştür. Kendini daha yeterli hisseden ebeveynlerin çocuklarıyla ilişkilerinin daha olumlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Anne ve babalar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu çalışma, ebeveyn-çocuk ilişkisinin bilinçli ebeveynlik ve öz-yeterlik ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda ebeveynlerin farklı alanlardaki yeterlilik algılarının çocuklarıyla kurdukları ilişkiyi etkileyebileceği düşünülmektedir.

Pan ve diğerleri (2025) babaların ebeveynlik stresinin erken çocukluk gelişimi üzerindeki etkisini incelemişlerdir. Araştırmaya ortalama yaşı yaklaşık beş olan 289 çocuk ve babaları katılmıştır. Çalışmada babaların ebeveynlik stresi, ebeveynlik stilleri ve baba-çocuk ilişkisi birlikte ele alınmıştır. Bulgulara göre babaların ebeveynlik stresi arttıkça çocuklarıyla olan ilişki kalitesi azalmaktadır. Ebeveynlik stresinin erken çocukluk gelişimini doğrudan yordamadığı, ancak baba-çocuk ilişkisi üzerinden dolaylı olarak etkilediği belirlenmiştir. Ayrıca stres düzeyi yüksek olan babaların daha otoriter ebeveynlik tutumu sergilediği ve bunun da ilişki kalitesini olumsuz etkilediği

görülmüştür. Çalışma, baba-çocuk ilişkisinin stres ile çocuk gelişimi arasındaki önemli bir aracı değişken olduğunu göstermektedir.

Erdoğan (2025) 4-6 yaş arasındaki çocukların babalarıyla ilişkileri ile duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma ilişkisel tarama modeli ile yürütülmüş ve veriler Duygu Düzenleme Ölçeği ile Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Bulgulara göre baba-çocuk ilişkisi ile çocukların duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı ve güçlü bir ilişki bulunmaktadır. Olumlu baba-çocuk ilişkisi arttıkça çocukların duygu düzenleme düzeylerinin arttığı, olumsuz baba-çocuk ilişkisinin ise duygu düzenlemeyi olumsuz etkilediği belirlenmiştir. Ayrıca evli babaların çocuklarının duygu düzenleme düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüş, bazı demografik değişkenler açısından anlamlı fark bulunmamıştır. Çalışma, baba-çocuk ilişkisinin çocukların duygusal gelişimi üzerinde önemli bir yordayıcı olduğunu göstermektedir.

Huang ve diğerleri (2025) okul öncesi çocuklarda bilinçli ebeveynlik, ebeveyn-çocuk ilişkisi ve çocukların içe yönelim davranışları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmaya 1201 okul öncesi çocuk ve ebeveynleri katılmıştır ve veriler bir yıl arayla toplanmıştır. Bulgulara göre bilinçli ebeveynlik arttıkça ebeveyn-çocuk ilişkisinin daha olumlu olduğu ve çocukların içe yönelim davranışlarının azaldığı görülmüştür. Ayrıca ebeveyn-çocuk ilişkisi ile içe yönelim davranışları arasında karşılıklı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Yani ilişki kalitesi düştükçe içe yönelim davranışları artmakta, içe yönelim davranışları arttıkça ilişki kalitesi de azalmaktadır. Çalışmada ebeveyn-çocuk ilişkisinin, bilinçli ebeveynlik ile içe yönelim davranışları arasındaki ilişkide aracı bir rol oynadığı sonucuna ulaşılmıştır. Cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Bayraktar (2025) ebeveyn öz-şefkati ile olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi arasındaki bağı incelemiş ve bu ilişkide ebeveynlikte bilinçli farkındalık, ebeveyn öz-yeterliği ve ebeveyn stresinin aracı rolünü araştırmıştır. Araştırma Samsun ilinde ortaokul düzeyinde çocuğu olan 532 ebeveynle yürütülmüştür. Yapılan analizler sonucunda, öz-şefkati yüksek olan ebeveynlerin bilinçli farkındalık ve öz-yeterlik düzeylerinin daha yüksek, stres düzeylerinin ise daha düşük olduğu belirlenmiştir. Bu durumun olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisini artırdığı görülmüştür. Ayrıca bilinçli farkındalık, öz-yeterlik ve stres değişkenlerinin birlikte ebeveyn-çocuk ilişkisindeki değişimin önemli bir bölümünü açıkladığı ifade edilmiştir. Çalışma, ebeveynin kendine karşı şefkatli yaklaşımının çocukla kurulan ilişkinin niteliğini dolaylı yollarla etkilediğini ortaya koymaktadır. Bu

sonuçlar, ebeveyn öz-yeterliğinin ebeveyn-ocuk ilişkisinin güçlenmesinde önemli bir mekanizma olduğunu dŐndrmektedir.

Silver ve diğerleri (2025) ebeveynlik davranışlarının kuşaklar arasında nasıl aktarıldığını ve bunun çocukların ie yönelim ve dıŐa yönelim sorunları üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırma 6–15 yaş arası 501 çocukla yürütülmüş ve veriler uzun süreli olarak toplanmıştır. Bulgulara göre sert ve kontrolü ebeveynlik tarzı kuşaklar arasında aktarılabilir. Anne ve babaların otoriter ve aşırı izin verici tutumlarının çocukların davranış sorunlarını artırdığı, daha destekleyici ebeveynlik tarzının ise bu sorunları azalttığı görülmüştür. Ayrıca büyükanne ve büyükbabaların ebeveynlik özelliklerinin, anne ve babaların tutumları üzerinden çocukları dolaylı olarak etkilediği belirlenmiştir. Bu alıŐma, ebeveyn-ocuk ilişkisinin kuşaklar arası deneyimlerden etkilendiğini göstermektedir.

Durmuşoğlu ve diğerleri (2024) 4–6 yaş çocuğu olan ebeveynlerin tutumları ile ebeveyn-ocuk ilişkisi arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma 245 anne ve 44 baba olmak üzere toplam 289 ebeveynle yürütülmüştür. Veriler Ebeveyn Tutum leği ve ocuk Anababa İlişki leği kullanılarak toplanmıştır. Bulgulara göre ebeveynlerin en çok demokratik tutum sergiledikleri görülmüştür. Demokratik tutum ile çocukla kurulan olumlu ilişki arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki bulunmuştur. AŞırı koruyucu tutum ile olumlu ilişki arasında da pozitif bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Buna karşılık otoriter tutum ile olumlu ebeveyn-ocuk ilişkisi arasında negatif yönde bir ilişki saptanmıştır. İzin verici tutum ile ebeveyn-ocuk ilişkisi arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ayrıca ebeveyn tutumları ve ebeveyn-ocuk ilişkisinin çocuğun cinsiyetine göre farklılaşmadığı, ancak ebeveynlerin eğitim düzeyine göre bazı tutumların değiştiği görülmüştür. Çalışma, ebeveyn tutumlarının ebeveyn-ocuk ilişkisinin niteliği üzerinde önemli bir etkisi olduğunu göstermektedir.

akır (2024) 4–6 yaş çocukların sosyal problem çözme becerileri ile ebeveynlerin duygu düzenleme becerileri ve ebeveyn-ocuk ilişkisi arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma 278 ocuk ve anneleriyle yürütülmüş ve veriler yapısal eşitlik modeli ile analiz edilmiştir. Bulgular, ebeveynlerin duygu düzenleme becerileri ve ebeveyn-ocuk ilişkisinin çocukların sosyal problem çözme becerilerini anlamlı Şekilde yordadığını göstermiştir. Özellikle olumlu ebeveyn-ocuk ilişkisi ile sosyal problem çözme arasında güçlü ve pozitif bir ilişki bulunmuştur. Çalışma, sağlıklı ebeveyn-ocuk ilişkisinin çocukların sosyal gelişimi açısından önemli olduğunu ortaya koymaktadır.

Özoğul ve oban (2024) okul öncesi dönemdeki çocukların ebeveyn-çocuk ilişkisi ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma 3-6 yaş grubundaki 117 çocukla yürütülmüştür. Çalışmada ebeveyn-çocuk ilişkisi ile çocukların psikolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki bağ analiz edilmiştir. Bulgulara göre iki değişken arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ancak çocukların psikolojik iyi oluş puanlarının bazı demografik özelliklere göre farklılaştığı belirlenmiştir. Özellikle kız çocuklarının duygusal istikrar puanlarının erkek çocuklara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Bunun yanında yaş arttıkça psikolojik iyi oluş düzeyinin de arttığı tespit edilmiştir. Kardeş sayısının da bazı alt boyutlarda farklılık oluşturduğu belirtilmiştir. Bu sonuçlar, ebeveyn-çocuk ilişkisinin tek başına çocukların psikolojik iyi oluşunu açıklamak için yeterli olmayabileceğini, psikolojik iyi oluşun farklı değişkenlerden etkilenebileceğini göstermektedir. Bu durum, ebeveyn-çocuk ilişkisinin çocuk gelişimi üzerindeki etkisinin başka değişkenlerle birlikte ele alınmasının önemini ortaya koymaktadır.

Li ve diğerleri (2023) okul öncesi dönemde ebeveyn-çocuk ilişkisi ile çocukların sinirlilik düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma 526 çocuk ve ebeveyni ile yürütülmüş ve veriler bir yıl arayla iki kez toplanmıştır. Bulgulara göre ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi arttıkça çocukların sinirlilik düzeyi azalmaktadır. Ayrıca çocukların duygu düzenleme ve yürütücü işlev becerilerinin bu ilişkiyi etkilediği belirlenmiştir. Özellikle duygu düzenleme becerisi yüksek olan çocuklarda ebeveyn-çocuk ilişkisinin daha güçlü bir koruyucu etki gösterdiği görülmüştür. Çalışma, ebeveyn-çocuk ilişkisinin çocukların duygusal uyumunda önemli bir rol oynadığını ortaya koymaktadır.

İncelenen çalışmalar, doğaya bağlılığın bireysel iyi oluş ve psikolojik süreçlerle; ebeveynlik stresinin ebeveyn davranışları ve çocuk gelişimiyle; ebeveyn-çocuk ilişkisinin ise çocukların duygusal ve sosyal uyumu ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Ancak literatürde doğaya bağlılık ebeveyn öz-yeterliliğinin ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi ile birlikte ele alındığı bütüncül bir modele rastlanmamıştır. Özellikle çevresel bir kaynak olarak doğaya ilişkin yeterlilik algısının ebeveynlik sürecindeki rolü sınırlı sayıda çalışmada incelenmiştir. Bu durum, mevcut araştırmanın kuramsal ve ampirik boşluğu doldurma potansiyelini ortaya koymaktadır.

BÖLÜM III

3.YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın yöntemine, modeline, evren ve örnekleme, veri toplama araçlarına ve verilerin analizine yer verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Yöntemi

Bu araştırma, nicel araştırma yöntemi temel alınarak gerçekleştirilmiştir. Nicel yöntem; ölçülebilir verilerin toplanması, analiz edilmesi ve yorumlanmasına dayalı bir yaklaşım olup, değişkenler arasındaki ilişkilerin ortaya konulması, nedensel bağlantıların sınanması ve elde edilen bulguların genellenebilir sonuçlar sunması amacıyla tercih edilmektedir (Büyüköztürk vd., 2015).

3.2. Araştırma Modeli

Bu araştırma, ebeveynlerin Doğaya Bağlılık Ebeveyn Öz Yeterliliği düzeyi ile Ebeveynlik Stresi ve Ebeveyn-Çocuk İlişkileri Kalitesi arasındaki mevcut ilişkisel yapıyı incelemeyi amaçlamaktadır. Ayrıca, Doğaya Bağlılık Ebeveyn Öz Yeterliliğinin diğer iki değişkeni yordama (tahmin etme) gücü de bu model aracılığıyla test edilmektedir.

Bu amaç doğrultusunda, çalışma genel tarama modellerinden biri olan “İlişkisel Tarama Modeli” esas alınarak tasarlanmıştır. İlişkisel tarama modelleri, en az iki değişken arasındaki ortak değişimin varlığını, yönünü ve derecesini belirler (Büyüköztürk vd., 2015).

Tarama modelleri, var olan ya da geçmişte olan bir durumu tanımlarken; ilişkisel tarama modelleri ise, iki veya daha fazla değişken arasındaki değişim varlığını ya da derecesini belirler. İlişkisel tarama modelleri; korelasyon türü ilişki ve karşılaştırma yoluyla elde edilen ilişki şeklinde iki ana kategoriye ayrılmaktadır. Korelasyon türü ilişki yoluyla, değişkenlerin birlikte değişip değişmediği ve birlikte bir değişme varsa bunun nasıl olduğu öğrenilmeye çalışılır. Karşılaştırma türü ilişkisel araştırmalar ise, denemesi olmayan fakat ona yakın bir araştırma düzenidir (Büyüköztürk vd., 2015).

3.3. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini, 2025-2026 eğitim-öğretim yılında Kırşehir İl Merkezi'nde Milli Eğitim Bakanlığı'na (MEB) bağlı resmi anaokullarına devam eden 48-72 aylık 2544 okul öncesi dönemi çocuğunun ebeveynleri oluşturmaktadır.

Araştırmanın örneklemini ise, evren içerisinde kolay ulaşılabılır örnekleme yöntemi kullanılarak seçilen ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 255 ebeveyn oluşturmaktadır. Kolay ulaşılabılır örnekleme yöntemi, araştırmacının ulaşabileceği ve veri toplayabileceği en erişilebilir katılımcı grubunun seçilmesini ifade eden bir örnekleme türüdür. Bu yöntem, zaman, maliyet ve erişim kolaylığı açısından araştırmacıya pratiklik sağlamaktadır (Büyüköztürk vd., 2015).

Bu yöntemin tercih edilmesinin temel nedeni, araştırmacının çalıştığı kurum itibarıyla okul öncesi yaş grubuna yakın olması, ebeveynlere ulaşımın mümkün olması ve veri toplama sürecinin daha hızlı ve uygulanabilir şekilde yürütülebilmesidir.

Örnekleme oluşturan 255 katılımcıya ait cinsiyet, yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, sahip olunan toplam çocuk sayısı ve ailenin ortalama gelir düzeyine ilişkin bilgiler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1.

Örnekleme İlişkin Demografik Özellikler

Değişken	n	%
Cinsiyet		
Kadın	191	74.9
Erkek	64	25.1
Yaş		
20-30 yaş arası	39	15.3
31-40 yaş arası	124	48.6
41 yaş ve üzeri	92	36.1
Eğitim Durumu		
İlkokul-Ortaokul	18	7.1
Lise	69	27.1
Önlisans	52	20.4
Lisans	87	34.1
Lisansüstü	29	11.4
Çalışma Durumu		
Çalışıyorum	153	60
Çalışmıyorum	102	40
Toplam Çocuk Sayısı		
1 çocuk	70	27.5
2 çocuk	132	51.8
3 çocuk ve üstü	53	20.8

Ailenin Gelir Düzeyi		
Düşük	15	5.9
Orta	220	86.3
Yüksek	20	7.8

Tablo 1 incelendiğinde, katılımcıların %74.9'unun kadın (n = 191), %25.1'inin erkek (n=64) olduğu görülmektedir. Katılımcıların yaş dağılımına bakıldığında, %48.6'sının 31–40 yaş aralığında (n = 124), %36.1'inin 41 yaş ve üzerinde (n = 92) ve %15.3'ünün 20–30 yaş aralığında (n = 39) yer aldığı görülmektedir. Bu dağılım, çalışma grubunun büyük ölçüde orta yetişkinlik dönemindeki ebeveynlerden oluştuğunu göstermektedir. Katılımcıların eğitim durumlarına ilişkin bulgular incelendiğinde, %34.1'inin lisans mezunu (n=87), %27.1'inin lise mezunu (n=69), %20.4'ünün önlisans mezunu (n=52) ve %11.4'ünün lisansüstü eğitime sahip (n=29) olduğu; %7.1'inin ise ilkökul–ortaokul mezunu (n = 18) olduğu belirlenmiştir. Bu dağılım, çalışma grubunun ağırlıklı olarak orta ve yüksek eğitim düzeyine sahip ebeveynlerden oluştuğunu ortaya koymaktadır. Çalışma durumuna göre katılımcıların %60'ının çalıştığı (n=153), %40'ının çalışmadığı (n=102) görülmektedir. Toplam çocuk sayısına ilişkin dağılım incelendiğinde ise katılımcıların %51.8'inin iki çocuk sahibi olduğu (n=132), %27.5'inin bir çocuk sahibi olduğu (n =70) ve %20.8'inin üç ve üzeri sayıda çocuğa sahip olduğu (n=53) belirlenmiştir. Ailenin gelir düzeyi açısından değerlendirildiğinde, katılımcıların büyük çoğunluğunun orta ekonomik düzeyde (%86.3, n=220) yer aldığı; %7.8'inin yüksek (n=20) ve %5.9'unun düşük ekonomik düzeyde (n=15) olduğu görülmektedir. Bu bulgular, çalışma grubunun ağırlıklı olarak orta sosyoekonomik düzeye sahip ailelerden oluştuğunu göstermektedir.

3.4. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak ebeveynlere yönelik demografik bilgileri içeren kişisel bilgi formu ile çalışmanın ana değişkenlerini ölçmek amacıyla üç farklı ölçek kullanılmıştır. Bu ölçekler; ebeveynlerin çocuklarını doğa ile etkileşime sokma yeterlilik inançlarını ölçen “Doğaya Bağlılık Ebeveyn Öz Yeterliliği Ölçeği”, ebeveynlik rolünden kaynaklanan algılanan zorlanma düzeylerini belirleyen “Ebeveyn Stres Ölçeği” ve ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişkinin olumlu ve olumsuz boyutlarını değerlendiren “Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeği”dir.

3.4.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada, örnekleme oluşturan ebeveynlerin demografik bilgilerini toplamak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Formda ebeveynlerin demografik özellikleri; cinsiyet, anne ve baba yaşı, sahip olunan çocuk sayısı, anne ve baba eğitim durumu, çalışma durumu ile ailenin gelir durumu yer almaktadır.

3.4.2. Doğaya Bağlılık Ebeveyn Öz Yeterliliği Ölçeği (NCPSE)

Ebeveynlerin çocuklarını doğal ortamlarla aktif şekilde etkileşime sokma ve bu süreçteki yeterlilik inançlarını belirlemek amacıyla Doğaya Bağlılık Ebeveyn Öz Yeterliliği Ölçeği (NCPSE) kullanılmıştır. Ölçeğin orijinali, Barnes, Harvey, Holland ve Wall (2021) tarafından geliştirilmiş olup, 0 ile 10 arasında Likert tipi derecelendirilen toplam 22 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmaları, 370 ebeveynin katılımıyla Keleş Ertürk ve Arslan Kılıçoğlu (2024) tarafından tamamlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda ölçeğin, Doğaya Erişim, Doğa Hakkında İletişim Kurma, Kişisel Engellerin Üstesinden Gelme ve Durumsal Engellerin Üstesinden Gelme olmak üzere dört alt boyuttan oluştuğu doğrulanmıştır. Modelin veriye uyumunu gösteren indekslerin kabul edilebilir düzeyde olduğu ($\chi^2/df = 3,29$) belirlenmiştir. Güvenirlik analizleri sonucunda ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısının $\alpha = ,97$ olduğu, alt boyutlara ilişkin Cronbach alfa değerlerinin ise ,85 ile ,95 arasında değiştiği tespit edilmiştir. Bu bulgular, ölçeğin Türkçe formunun yüksek düzeyde geçerli ve güvenilir bir araç olduğunu göstermektedir.

3.4.3. Ebeveyn Stres Ölçeği

Araştırmada ebeveynlerin stres düzeylerini belirlemek amacıyla Berry ve Jones (1995) tarafından geliştirilen "Ebeveyn Stres Ölçeği" kullanılmıştır. Ebeveynlik rolünün getirdiği talepler ile ebeveynin sahip olduğu kaynaklar arasındaki uyumsuzluktan kaynaklanan stresi ölçmeyi hedefleyen ölçek, 16 maddeden oluşmakta ve 5'li Likert tipi dereceleme ile puanlanmaktadır. Ölçeğin Türkçe uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Aslan Gördesli ve Aydın Sünbül (2021) tarafından 534 ebeveynin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Yapılan analizler neticesinde ölçeğin; "Ebeveyn Ödülleri", "Ebeveyn Stresörleri", "Kontrol Eksikliği" ve "Ebeveyn Memnuniyeti" olmak üzere dört faktörlü bir yapıya sahip olduğu doğrulanmıştır. Doğrulamalı faktör analizi (DFA) sonuçları,

modelin uyum indekslerinin kabul edilebilir sınırlar içinde olduğunu göstermiştir. Ölçeğin güvenilirliğine ilişkin bulgular incelendiğinde; toplam iç tutarlık katsayısının (Cronbach Alfa) .84 olduğu, alt boyutların iç tutarlık katsayılarının ise .70 ile .81 arasında değiştiği saptanmıştır. Bu bulgular, ölçeğin Türkçe formunun Türkiye örnekleminde kullanılabilir geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu ortaya koymaktadır.

3.4.4. Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeği

Araştırmada, ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişkinin niteliğini ortaya koymak amacıyla Hetherington ve Clingempeel (1992) tarafından geliştirilen Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçe uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Aytaç ve diğerleri (2018) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek, ebeveynlerin kendi değerlendirmelerine dayanan bir öz bildirim aracı olup, ebeveyn-çocuk etkileşimini çok yönlü biçimde ele almayı amaçlamaktadır. Toplam 15 maddeden oluşan ölçek, 5'li Likert tipi derecelendirme sistemiyle (1=Hiç, 5=Aşırı) puanlanmaktadır. Maddeler, ebeveynin çocukla kurduğu ilişkiye dair günlük yaşantılardan yola çıkan ifadeler içermektedir. Ölçek, olumlu ve olumsuz ilişki boyutlarını temsil eden iki alt boyutlu bir yapıdan oluşmakta olup, bu boyutların kuramsal ve psikometrik olarak birbirinden ayrışması nedeniyle ölçekten toplam puan elde edilmemekte, alt boyut puanları ayrı değerlendirilmektedir. Olumlu Ebeveyn-Çocuk İlişkisi alt boyutu, ebeveynin çocukla kurduğu sıcak, destekleyici ve uyumlu etkileşimi yansıtır. Olumsuz Ebeveyn-Çocuk İlişkisi alt boyutu ise çatışma, gerilim ve ilişki içindeki zorlayıcı yönleri temsil etmektedir. Uyarlama çalışmasında elde edilen bulgular, ölçeğin Türkçe formunun güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir. İç tutarlık katsayıları (Cronbach Alfa) olumlu ilişki alt boyutu için .81, olumsuz ilişki alt boyutu için ise .80 olarak hesaplanmıştır (Aytaç, Çen ve Yüceol, 2018). Bu değerler, ölçeğin ebeveyn-çocuk ilişkisini değerlendirmede yeterli düzeyde güvenilirliğe sahip olduğunu ortaya koymaktadır.

3.5. Verilerin Toplanması

Verilerin toplanmasına geçmeden önce araştırma için gerekli etik ve uygulama izinleri alınmıştır. Bu doğrultuda İnönü Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan (EK-8) ve T.C. Kırşehir Valiliği İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden (EK-9) gerekli onaylar sağlanmıştır. İzinlerin alınmasının ardından

veriler, 04.12.2025 tarihinden itibaren yaklaşık iki haftalık süre içerisinde Kırşehir ili Merkez ilçesindeki anaokullarına devam eden çocukların ebeveynlerinden toplanmıştır. Veriler, çevrimiçi olarak ve gönüllülük esasına göre elde edilmiştir. Araştırmaya toplam 255 ebeveyn katılım sağlamıştır.

3.6. Verilerin Analizi

Araştırma verileri, 2025–2026 eğitim-öğretim yılı güz yarıyılında toplanmış ve uygun istatistiksel paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Analizlere başlamadan önce veri seti dikkatle incelenmiş; eksik veya hatalı doldurulan formlar çıkarılarak toplam 255 katılımcıdan elde edilen verilerle çalışılmıştır. Tüm istatistiksel işlemlerde anlamlılık düzeyi (p) .05 olarak kabul edilmiştir.

Araştırmada kullanılan ölçeklerin ne derece güvenilir olduğunu belirlemek için Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayılarına bakılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçeklere ve alt boyutlarına ait güvenilirlik bulguları Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2.

Araştırmada Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarına İlişkin Güvenirlik Bulguları

Ölçek	Boyut	Madde Sayısı	Cronbach’s α
Doğaya Bağlılık Öz Yeterlilik Ölçeği	Toplam	22	0.962
	Doğaya erişim (1–7)	7	0.929
	Doğa hakkında iletişim (8–10)	3	0.82
	Kişisel engelleri aşma (11–16)	6	0.929
	Durumsal engelleri aşma (17–22)	6	0.911
Ebeveynlik Stresi Ölçeği	Toplam	16	0.856
	Ebeveynlik stresörleri (2,3,7,8,9,10,14)	7	0.791
	Ebeveynlik ödülleri (1,3,4,5,6)	5	0.889
	Kontrol eksikliği (11–13)	3	0.794
	Ebeveynlik memnuniyeti (15–16)	2	0.832
Ebeveyn–Çocuk İlişki Kalitesi Ölçeği	Olumlu boyut (1–9,15)	10	0.921
	Olumsuz boyut (10–14)	5	0.841

Tablo 2’de araştırmada kullanılan ölçekler ve alt boyutlarına ilişkin madde sayıları ile Cronbach’s alfa iç tutarlılık katsayıları sunulmuştur. Doğaya Bağlılık Öz Yeterlilik Ölçeği’nin toplam puanına ait Cronbach’s alfa katsayısının .962 olduğu; alt boyutlara ilişkin alfa katsayılarının .820 ile .929 arasında değiştiği görülmektedir. Bu bulgular, ölçeğin hem toplam puan hem de alt boyutlar düzeyinde yüksek iç tutarlılığa sahip

olduğunu göstermektedir. Ebeveynlik Stresi Ölçeği'nin toplam puanına ait Cronbach's alfa katsayısı .856 olarak hesaplanmış; alt boyutlara ilişkin alfa katsayılarının .794 ile .889 arasında değiştiği belirlenmiştir. Bu değerler, ebeveynlik stresinin farklı boyutlarını ölçen alt ölçeklerin güvenilir ölçümler sunduğuna işaret etmektedir. Ebeveyn-Çocuk İlişki Kalitesi Ölçeği'nin olumlu boyutuna ait Cronbach's alfa katsayısı .921, olumsuz boyutuna ait Cronbach's alfa katsayısı ise .841 olarak bulunmuştur. Elde edilen tüm bulgular birlikte değerlendirildiğinde, araştırmada kullanılan ölçeklerin ve alt boyutlarının iç tutarlılıklarının yeterli ve iyi düzeyde olduğu, dolayısıyla analizlerde kullanılmasının ölçme-değerlendirme açısından uygun olduğu kabul edilmiştir.

Verilerin analizi sırasında hangi testlerin kullanılacağına karar vermek için verilerin normal dağılıp dağılmadığı (Çarpıklık ve Basıklık değerleri) incelenmiştir. Literatürde bu değerlerin -1.5 ile +1.5 (veya -2 ile +2) arasında olması verilerin normal dağıldığına işaret etmektedir (George ve Mallery, 2010; Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu çalışmada puanların büyük çoğunluğu bu aralıkta yer almıştır. Bazı alt boyutlarda (örneğin olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi) puanların belirli bir noktada yığıldığı görülse de, örneklem sayısının (n=255) yeterince büyük olması nedeniyle Temel Limit Teoremi (Central Limit Theorem) gereği verilerin normale yaklaştığı varsayılmış ve parametrik testler kullanılmıştır (Hair vd., 2010).

Araştırmanın alt problemlerini test etmek amacıyla; değişkenler arasındaki ilişkilerin yönü ve düzeyi Pearson Korelasyon Analizi ile yordayıcı etkiler ise gerekli varsayım kontrolleri (VIF, Durbin-Watson vb.) sağlanarak Basit ve Çoklu Doğrusal Regresyon Analizleri ile incelenmiştir. Ölçek puanlarının demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı Bağımsız Örneklem t-Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile test edilirken; varyans homojenliğinin sağlanmadığı durumlarda Welch ANOVA testi tercih edilmiş, gruplar arası farkın kaynağını belirlemek için ise Tukey testinden yararlanılmıştır.

BÖLÜM IV

4. BULGULAR

Bu bölümde, okul öncesi dönem çocuklarının ebeveynlerinde doğaya bağlılık öz yeterliliği ile ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişkisi arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla toplanan verilerin analizi sonucunda alt problemlere göre elde edilen bulgular ve bulgular doğrultusunda yapılan yorumlara yer verilmiştir.

4.1. Araştırmanın Birinci Alt Problemine İlişkin Bulgular

Bu alt problem kapsamında ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişkisi kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutlarına ilişkin düzeyleri betimsel istatistikler aracılığıyla incelenmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 3’de sunulmuştur.

Tablo 3.

Ebeveynlerin Doğaya Bağlılık Öz Yeterlilik, Ebeveynlik Stresi ve Ebeveyn-Çocuk İlişki Kalitesine İlişkin Betimsel İstatistikleri

	N	Ort.	Medyan	Ss.	Min	Mak.	Skewness	Kurtosis
Doğaya Bağlılık Öz Yeterlilik	255	116.42	119.0	50.25	0.0	220.0	-0.101	-0.594
Doğaya Erişim	255	38.69	39	18.04	0	70	-0.173	-0.709
Doğa Hakkında İletişim	255	18.78	20	7.93	0	30	-0.405	-0.689
Kişisel Engelleri Aşma	255	33.05	35	15.69	0	60	-0.279	-0.685
Durumsal Engelleri Aşma	255	25.89	24	15.41	0	60	0.308	-0.622
Ebeveyn Stresi	255	30.97	29.0	10.58	16.0	65.0	0.895	0.271
Ebeveynlik Stresörleri	255	15.36	15	5.77	6	30	0.336	-0.415
Ebeveynlik Ödülleri	255	7.47	6	3.93	5	25	2.661	8.091
Kontrol Eksikliği	255	4.99	3	3.04	3	15	1.652	1.903
Ebeveynlik Memnuniyeti	255	3.15	2	1.82	2	10	2.186	4.965
Olumlu Ebeveyn-Çocuk İlişkileri	255	45.53	48.0	6.30	10.0	50.0	-2.796	11.005
Olumsuz Ebeveyn-Çocuk İlişkileri	255	15.52	15	4.77	5	25	-0.062	-0.370

Tablo 3 incelendiğinde, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik toplam puan ortalamasının 116.42 (Ss = 50.25) olduğu görülmektedir. Ölçeğin teorik puan aralığı (0–220) ve kesme puanı bulunmaması dikkate alındığında, eşit aralıklı sınıflama yaklaşımına göre ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterliliklerinin genel olarak orta düzeyde olduğu söylenebilir. Alt boyutlar incelendiğinde, ebeveynlerin doğaya erişim, doğa hakkında iletişim, kişisel engelleri aşma ve durumsal engelleri aşma alt boyutlarında orta düzeyde öz yeterlilik algısına sahip oldukları görülmektedir. Bu alt boyutlara ilişkin çarpıklık ve

basıklık değerlerinin kabul edilebilir sınırlar içerisinde yer alması, puanların genel olarak normal dağılıma yakın olduğunu göstermektedir.

Ebeveynlik stresi toplam puan ortalamasının 30.97 ($S_s = 10.58$) olduğu görülmektedir. Ölçeğin teorik puan aralığı (16–80) dikkate alındığında, ebeveynlerin genel olarak düşük düzeyde ebeveynlik stresi yaşadıkları söylenebilir. Alt boyutlar incelendiğinde, ebeveynlik stresörleri alt boyutunda görece düşük–orta düzeyde stres algısı gözlenirken; ebeveynlik ödülleri ve ebeveynlik memnuniyeti alt boyutlarında puanların alt sınıra yığılma eğilimi gösterdiği, buna bağlı olarak çarpıklık ve basıklık değerlerinin yükseldiği görülmektedir. Bu durum, örneklemdaki ebeveynlerin ebeveynlik rollerine ilişkin olumlu algılarının yüksek olduğuna işaret etmektedir. Kontrol eksikliği alt boyutunda ise pozitif çarpıklık gözlenmiş olup, ebeveynlerin büyük çoğunluğunun ebeveynlik sürecinde kontrol kaybını sınırlı düzeyde yaşadığı söylenebilir.

Ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin olumlu boyutuna ilişkin bulgular değerlendirildiğinde, ortalama puanın 45.50 ($S_s = 6.30$) olduğu görülmektedir. Olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi alt ölçeğinden alınabilecek puanların 10–50 arasında değiştiği dikkate alındığında, bu ortalamanın ebeveyn-çocuk ilişkisinin olumlu boyutunun yüksek düzeyde olduğunu ortaya koyduğu söylenebilir. Bununla birlikte, bu alt boyuta ait çarpıklık ve basıklık değerleri, puanların üst sınıra yığılma eğilimi gösterdiğini ve dağılımın belirgin biçimde sivri olduğunu ortaya koymaktadır. Bu durum, örneklem grubundaki ebeveynlerin büyük çoğunluğunun çocuklarıyla ilişkilerini oldukça olumlu algıladıklarını ve ölçekte tavan etkisinin oluştuğunu düşündürmektedir. Ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin olumsuz boyutuna ilişkin bulgular incelendiğinde, ortalama puanın 15.50 ($SS = 4.77$) olduğu görülmektedir. Olumsuz ebeveyn-çocuk ilişkisi alt ölçeğinin teorik puan aralığı 5–25 arasında değiştiği göz önünde bulundurulduğunda, bu ortalamanın orta düzeyde olumsuz ebeveyn-çocuk ilişkisine işaret ettiği söylenebilir. Bu değişkene ait çarpıklık ve basıklık değerleri, dağılımın yaklaşık normal olduğunu göstermektedir.

4.2. Araştırmanın İkinci ve Üçüncü Alt Problemlerine İlişkin Bulgular

Bu araştırmanın ikinci ve üçüncü alt problemleri kapsamında, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri ile ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutları arasındaki ilişkiler Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı kullanılarak incelenmiştir. Araştırma değişkenleri ve alt boyutları arasındaki korelasyon katsayıları Tablo 4’te sunulmuştur.

Tablo 4.

Ebeveynlerin Doğaya Bağlılık Öz Yeterlilik, Ebeveynlik Stresi ve Ebeveyn-Çocuk İlişki Kalitesine İlişkin Betimsel İstatistikler

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	—											
2	0.914	—										
3	0.765	0.658	—									
4	0.931	0.812	0.661	—								
5	0.85	0.646	0.536	0.727	—							
6	-.227	-.261	-.227	-.188	-.125	—						
7	0.036	-.004	-.044	0.072	0.071	0.761	—					
8	-.442	-.426	-.338	-.422	-.338	0.647	0.064	—				
9	-.080	-.150	-.105	-.056	0.026	0.817	0.613	0.345	—			
10	-.345	-.337	-.276	-.318	-.265	0.642	0.094	0.826	0.391	—		
11	0.344	0.327	0.338	0.324	0.236	-.457	-.092	-.634	-.230	-.613	—	
12	0.124	0.144	0.062	0.13	0.07	0.258	0.354	-.059	0.319	-.029	0.114	—

Not. *p < .05, **p < .01, ***p < .001.

1 Doğaya Bağlılık (Toplam); 2 Doğaya Erişim; 3 Doğa Hakkında İletişim; 4 Kişisel Engelleri Aşma; 5 Durumsal Engelleri Aşma; 6 Ebeveynlik Stresi (Toplam); 7 Ebeveynlik Stresörleri; 8 Ebeveynlik Ödülleri; 9 Kontrol Eksikliği; 10 Ebeveynlik Memnuniyeti; 11 Olumlu Ebeveyn-Çocuk İlişkileri; 12 Olumsuz Ebeveyn-Çocuk İlişkileri.

Tablo 4 incelendiğinde, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri ile ebeveynlik stresi arasında negatif yönlü ve düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir ($r = -.227$). Benzer biçimde, doğaya bağlılık öz yeterlilik alt boyutları olan doğaya erişim, doğa hakkında iletişim, kişisel engelleri aşma ve durumsal engelleri aşma ile ebeveynlik stresi arasında da negatif yönlü ve düşük düzeyde ilişkiler saptanmıştır ($r = -.125$ ile $r = -.261$ arasında). Bu bulgu, doğaya yönelik öz yeterlilik algısı arttıkça ebeveynlerin algıladıkları ebeveynlik stresinin azalma eğilimi gösterdiğine işaret etmektedir.

Ebeveynlik stresinin alt boyutları incelendiğinde, ebeveynlik stresörleri, kontrol eksikliği ve ebeveynlik memnuniyeti boyutlarının ebeveynlik stresi toplam puanı ile yüksek düzeyde pozitif ilişkiler gösterdiği; ebeveynlik ödülleri alt boyutunun ise ebeveynlik stresi toplam puanı ile orta düzeyde pozitif ilişkili olduğu görülmektedir. Bu durum, ebeveynlik stresinin çok boyutlu yapısını destekler niteliktedir.

Doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri ile ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin olumlu boyutu arasında pozitif yönlü ve orta düzeyde ilişkiler saptanmıştır ($r = .344$). Benzer şekilde, doğaya bağlılık öz yeterlilik alt boyutlarının tamamının olumlu ebeveyn-çocuk ilişkileri ile pozitif yönlü ve düşük-orta düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir ($r = .236$ ile $r = .338$ arasında). Bu bulgular, doğayla etkileşime yönelik öz yeterlilik algısının

artmasının, ebeveynlerin çocuklarıyla kurdukları ilişkiyi daha olumlu değerlendirmeleriyle ilişkili olduğunu göstermektedir.

Ebeveynlik stresi ile olumlu ebeveyn–çocuk ilişkileri arasında ise negatif yönlü ve orta düzeyde bir ilişki bulunmuştur ($r = -.457$). Ebeveynlik stresinin alt boyutları ile olumlu ebeveyn–çocuk ilişkileri arasındaki ilişkiler incelendiğinde, özellikle ebeveynlik ödülleri ve ebeveynlik memnuniyeti alt boyutlarının olumlu ebeveyn–çocuk ilişkileri ile orta düzeyde negatif ilişkiler gösterdiği dikkat çekmektedir. Bu durum, ebeveynlik sürecinde algılanan stresin ve kontrol kaybının artmasının, ebeveyn–çocuk ilişkisini olumsuz yönde etkileyebileceğine işaret etmektedir.

Olumsuz ebeveyn–çocuk ilişkileri ile doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyi arasında pozitif yönlü ancak düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir ($r = .124$). Alt boyutlar düzeyinde incelendiğinde, bu ilişkilerin genellikle zayıf düzeyde olduğu ve bazı alt boyutlarda istatistiksel olarak anlamlılık düzeyine ulaşmadığı gözlenmiştir. Buna karşılık, ebeveynlik stresi ve ebeveynlik stresörleri ile olumsuz ebeveyn–çocuk ilişkileri arasında pozitif yönlü ve düşük–orta düzeyde ilişkiler saptanmıştır ($r = .258$; $r = .354$). Bu bulgu, ebeveynlik sürecinde yaşanan stresin artmasının, ebeveyn–çocuk ilişkisinin olumsuz yönlerini güçlendirebileceğini düşündürmektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde, alt boyutlar düzeyinde elde edilen korelasyon bulgularının, toplam puanlar üzerinden elde edilen ilişkilerle büyük ölçüde tutarlı olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeylerinin ebeveynlik stresi ve ebeveyn–çocuk ilişki kalitesi ile ilişkili olduğu ve bu ilişkilerin yönü ile gücünün alt boyutlar düzeyinde de benzer örüntüler sergilediği söylenebilir.

4.3. Araştırmanın Dördüncü ve Beşinci Alt Problemine İlişkin Bulgular

Bu araştırmanın dördüncü ve beşinci alt problemleri kapsamında, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri ile bu öz yeterliliğin alt boyutlarının ebeveynlik stresi ve ebeveyn–çocuk ilişki kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutlarını anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığı incelenmiştir. Bu doğrultuda, doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyi ve alt boyutları bağımsız değişkenler; ebeveynlik stresi ile ebeveyn–çocuk ilişki kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutları ise bağımlı değişkenler olarak ele alınmıştır.

Bu alt problemler kapsamında değişkenler arasındaki ilişkileri betimlemekten ziyade, yordayıcı ilişkilerin incelenmesi amaçlandığından doğrudan regresyon

analizlerine geçilmiştir. Analizlere başlamadan önce basit ve çoklu doğrusal regresyon analizinin temel varsayımları test edilmiştir. Bu kapsamda normallik, doğrusallık ve uç değer varsayımları incelenmiş; Mahalanobis uzaklıkları ve Cook's mesafeleri değerlendirilmiştir. Ayrıca çoklu doğrusal bağlantı varsayımı VIF ve tolerans değerleri üzerinden kontrol edilmiş, VIF değerlerinin kabul edilebilir sınırlar içerisinde olduğu belirlenmiştir. Hata terimleri arasındaki otokorelasyon Durbin–Watson katsayısı ile test edilmiş ve varsayımın sağlandığı görülmüştür.

Varsayımların sağlandığı belirlendikten sonra, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri ve alt boyutlarının ebeveynlik stresi ile ebeveyn–çocuk ilişki kalitesi üzerindeki yordayıcı etkilerini belirlemek amacıyla basit ve çoklu doğrusal regresyon analizleri gerçekleştirilmiştir; elde edilen bulgular ilgili tablolar halinde sunulmuştur.

Tablo 5.

Doğaya Bağlılık Öz Yeterliliğinin Ebeveynlik Stresi Üzerindeki Yordayıcı Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	SH	β	t	p
Sabit	36.53	1.63	—	22.35	< .001
Doğaya Bağlılık Öz Yeterlilik	-0.048	0.013	-0.227	-3.70	< .001

R = .227; R² = .051, F(1, 253) = 13.70; p < .001; N = 255

Tablo 5 incelendiğinde, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeylerinin ebeveynlik stresi düzeyini anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir. Kurulan regresyon modelinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (R = .227; R² = .051; F(1, 253) = 13.70; p < .001). Buna göre doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyi, ebeveynlik stresi puanlarındaki toplam varyansın yaklaşık %5.1'ini açıklamaktadır. Regresyon katsayıları incelendiğinde, doğaya bağlılık öz yeterlilik değişkeninin ebeveynlik stresi üzerinde negatif yönlü ve anlamlı bir yordayıcı olduğu saptanmıştır (B = -0.048; β = -0.227; t = -3.70; p < .001).

Tablo 6.

Doğaya Bağlılık Öz Yeterlilik Alt Boyutlarının Ebeveynlik Stresini Yordayıcı Etkisine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	SH	β	t	p
Sabit	37.69	1.73	—	21.75	< .001
Doğaya Erişim	-0.168	0.064	-0.286	-2.63	.009
Doğa Hakkında İletişim	-0.172	0.113	-0.129	-1.53	.127
Kişisel Engelleri Aşma	0.051	0.081	0.076	0.64	.525
Durumsal Engelleri Aşma	0.050	0.061	0.073	0.82	.

R = .284; R² = .081; F(4, 250) = 5.48; p < .001; N = 255

Modelde çoklu doğrusal bağlantı varsayımı VIF ve tolerans değerleri ile incelenmiş; VIF değerlerinin 1.93 ile 3.90 arasında değiştiği, tolerans değerlerinin ise .20'nin üzerinde olduğu görülmüştür. Durbin–Watson katsayısı 1.99 olarak hesaplanmış ve artıklar arasında otokorelasyon olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 6' incelendiğinde, doğaya bağlılık öz yeterlilik alt boyutlarının birlikte ele alındığı regresyon modelinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir ($F(4, 250) = 5.48, p < .001$). Modele dâhil edilen doğaya erişim, doğa hakkında iletişim, kişisel engelleri aşma ve durumsal engelleri aşma alt boyutları, ebeveynlik stresi puanlarındaki toplam varyansın yaklaşık %8.1'ini açıklamaktadır ($R^2 = .081$).

Standartlaştırılmış regresyon katsayıları incelendiğinde, doğaya erişim alt boyutunun ebeveynlik stresi üzerinde negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcı olduğu belirlenmiştir ($\beta = -.286, p = .009$). Buna göre, ebeveynlerin doğaya erişim düzeyleri arttıkça ebeveynlik stresi düzeylerinin azaldığı söylenebilir. Buna karşılık, doğa hakkında iletişim, kişisel engelleri aşma ve durumsal engelleri aşma alt boyutlarının ebeveynlik stresi üzerindeki yordayıcı etkilerinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür ($p > .05$).

Bu bulgular, doğaya bağlılık öz yeterlilik boyutları arasında özellikle doğaya erişimin, ebeveynlik stresini azaltmada ayırt edici bir role sahip olduğunu; diğer alt boyutların ise doğrudan yordayıcı etkilerinin sınırlı kaldığını göstermektedir.

Tablo 7.

Doğaya Bağlılık Öz Yeterliliğinin Olumlu Ebeveyn–Çocuk İlişkisi Üzerindeki Yordayıcı Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	SH	β	t	p
Sabit	40.5	0.94	—	43.2	< .001
Doğaya Bağlılık Öz Yeterlilik	0.043	0.007	0.344	5.83	< .001

$R = .344; R^2 = .118; F(1, 253) = 34.00; p < .001; N = 255$

Tablo 7 incelendiğinde, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeylerinin olumlu ebeveyn–çocuk ilişki düzeyini anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir. Kurulan regresyon modelinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($R = .344; R^2 = .118; F(1, 253) = 34.00; p < .001$). Buna göre doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyi, olumlu ebeveyn–çocuk ilişki puanlarındaki toplam varyansın yaklaşık %11.8'ini açıklamaktadır. Regresyon katsayıları incelendiğinde, doğaya bağlılık öz yeterlilik değişkeninin olumlu

ebeveyn–çocuk ilişkisi üzerinde pozitif yönlü ve anlamlı bir yordayıcı olduğu saptanmıştır ($B = 0.043$; $\beta = 0.344$; $t = 5.83$; $p < .001$).

Tablo 8.

Doğaya Bağlılık Öz Yeterlilik Alt Boyutlarının Olumlu Ebeveyn–Çocuk İlişkilerini Yordayıcı Etkisine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	SH	β	t	p
Sabit	39.71	1.00	—	39.76	< .001
Doğaya Erişim	0.043	0.037	0.124	1.18	.240
Doğa Hakkında İletişim	0.157	0.065	0.198	2.42	.016
Kişisel Engelleri Aşma	0.048	0.047	0.120	1.04	.301
Durumsal Engelleri Aşma	-0.016	0.035	-0.038	-0.44	.662

$R = .371$; $R^2 = .137$; $F(4, 250) = 9.96$; $p < .001$; $N = 255$

Modelde çoklu doğrusal bağlantı varsayımı VIF ve tolerans değerleri ile incelenmiş; VIF değerlerinin 1.93 ile 3.90 arasında değiştiği, tolerans değerlerinin ise .20'nin üzerinde olduğu görülmüştür. Durbin–Watson katsayısı 2.01 olarak hesaplanmış ve artıklar arasında otokorelasyon olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 8'de sunulan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları incelendiğinde, doğaya bağlılık öz yeterlilik alt boyutlarının birlikte ele alındığı regresyon modelinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir ($F(4, 250) = 9.96$, $p < .001$). Modele dâhil edilen doğaya erişim, doğa hakkında iletişim, kişisel engelleri aşma ve durumsal engelleri aşma alt boyutları, olumlu ebeveyn–çocuk ilişkileri puanlarındaki toplam varyansın yaklaşık %13.7'sini açıklamaktadır ($R^2 = .137$).

Standartlaştırılmış regresyon katsayıları incelendiğinde, doğa hakkında iletişim alt boyutunun olumlu ebeveyn–çocuk ilişkileri üzerinde pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcı olduğu belirlenmiştir ($\beta = .198$, $p = .016$). Buna göre, ebeveynlerin doğa hakkında çocuklarıyla iletişim kurma düzeyleri arttıkça, ebeveyn–çocuk ilişkilerinin olumlu yönde güçlendiği söylenebilir. Buna karşılık, doğaya erişim, kişisel engelleri aşma ve durumsal engelleri aşma alt boyutlarının olumlu ebeveyn–çocuk ilişkileri üzerindeki yordayıcı etkilerinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür ($p > .05$).

Bu bulgular, doğaya bağlılık öz yeterlilik boyutları arasında özellikle doğa hakkında iletişimin, ebeveyn–çocuk ilişkilerinin olumlu yönlerini desteklemede ayırt

edici bir role sahip olduğunu; diğer alt boyutların ise doğrudan yordayıcı etkilerinin daha sınırlı kaldığını göstermektedir.

Tablo 9.

Doğaya Bağlılık Öz Yeterliliğinin Olumsuz Ebeveyn–Çocuk İlişkisi Üzerindeki Yordayıcı Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	SH	β	t	p
Sabit	14.16	0.75	—	18.86	.001
Doğaya Bağlılık Öz Yeterlilik	0.012	0.006	0.124	1.98	.

R = .124; R² = .015; F(1, 253) = 3.93; p = .049; N = 255

Tablo 9’da incelendiğinde, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeylerinin olumsuz ebeveyn–çocuk ilişki düzeyini düşük düzeyde ancak istatistiksel olarak anlamlı biçimde yordadığı görülmektedir. Kurulan regresyon modelinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (R = .124; R² = .015; F(1, 253) = 3.93; p = .049). Buna göre doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyi, olumsuz ebeveyn–çocuk ilişki puanlarındaki toplam varyansın yaklaşık %1.5’ini açıklamaktadır. Regresyon katsayıları incelendiğinde, doğaya bağlılık öz yeterlilik değişkeninin olumsuz ebeveyn–çocuk ilişkisi üzerinde pozitif yönlü ve anlamlı bir yordayıcı olduğu saptanmıştır (B = 0.012; β = 0.124; t = 1.98; p = .049).

Tablo 10.

Doğaya Bağlılık Öz Yeterlilik Alt Boyutlarının Olumsuz Ebeveyn–Çocuk İlişkilerini Yordayıcı Etkisine İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	SH	β	t	p
Sabit	14.27	0.80	—	17.75	< .001
Doğaya Erişim	0.040	0.030	0.149	1.33	.183
Doğa Hakkında İletişim	-0.041	0.052	-0.068	-0.78	.435
Kişisel Engelleri Aşma	0.030	0.038	0.097	0.79	.432
Durumsal Engelleri Aşma	-0.019	0.029	-0.061	-0.66	.512

R = .160; R² = .026; F(4, 250) = 1.65; p = .163; N = 255

Modelde çoklu doğrusal bağlantı varsayımı VIF ve tolerans değerleri ile incelenmiş; VIF değerlerinin 1.93 ile 3.90 arasında değiştiği, tolerans değerlerinin ise .20’nin üzerinde olduğu görülmüştür. Durbin–Watson katsayısı 1.98 olarak hesaplanmış ve artıklar arasında otokorelasyon olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 10' incelendiğinde, doğaya bağlılık öz yeterlilik alt boyutlarının birlikte ele alındığı regresyon modelinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir ($F(4, 250) = 1.65, p = .163$). Modele dâhil edilen doğaya erişim, doğa hakkında iletişim, kişisel engelleri aşma ve durumsal engelleri aşma alt boyutları, olumsuz ebeveyn-çocuk ilişkileri puanlarındaki toplam varyansın yalnızca %2.6'sını açıklamaktadır ($R^2 = .026$).

Standartlaştırılmış regresyon katsayıları incelendiğinde, modele dâhil edilen hiçbir alt boyutun olumsuz ebeveyn-çocuk ilişkileri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmüştür ($p > .05$). Bu bulgu, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik algılarının, ebeveyn-çocuk ilişkisinin olumsuz boyutlarını doğrudan açıklamada sınırlı bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir.

Bu sonuçlar, doğaya bağlılık öz yeterlilik alt boyutlarının ebeveyn-çocuk ilişkisinin olumlu yönlerini destekleyici bir role sahip olabileceğini; ancak olumsuz ilişki örüntülerinin daha çok farklı bireysel, ailesel ya da bağlamsal değişkenlerle ilişkili olabileceğini düşündürmektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde, elde edilen bulgular ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeylerinin ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin özellikle olumlu boyutları üzerinde anlamlı bir rol oynadığını göstermektedir. Doğaya bağlılık öz yeterliliğinin genel düzeyde ebeveynlik stresini azaltıcı ve olumlu ebeveyn-çocuk ilişkilerini güçlendirici bir etkiye sahip olduğu; alt boyutlar düzeyinde ise doğaya erişimin ebeveynlik stresinin azaltılmasında, doğa hakkında iletişimin ise olumlu ebeveyn-çocuk ilişkilerinin desteklenmesinde ayırt edici bir yordayıcı olduğu belirlenmiştir. Buna karşılık, olumsuz ebeveyn-çocuk ilişkilerinin açıklanmasında doğaya bağlılık öz yeterlilik alt boyutlarının yordayıcı gücünün sınırlı kaldığı görülmüştür. Bu durum, ebeveyn-çocuk ilişkisinin olumsuz örüntülerinin doğaya bağlılık dışında farklı bireysel, ailesel ve bağlamsal değişkenlerle daha güçlü biçimde ilişkili olabileceğine işaret etmektedir.

4.4. Araştırmanın Altıncı Alt Problemine İlişkin Bulgular

Bu araştırmanın altıncı alt problemi kapsamında, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri ve bu öz yeterliliğin alt boyutları, ebeveynlik stresi ve ebeveynlik stresinin alt boyutları ile ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutlarına ilişkin düzeylerinin; cinsiyet, yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, çocuk sayısı ve ailenin gelir durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Bu

doğrultuda, iki kategoriden oluşan demografik değişkenler (cinsiyet, çalışma durumu) için bağımsız örneklem t-testi, üç ve daha fazla kategoriden oluşan demografik değişkenler (yaş, eğitim durumu, çocuk sayısı ve ailenin sosyoekonomik durumu) için ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Varyansların homojenliğinin sağlanmadığı durumlarda Welch ANOVA tercih edilmiş; anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Tukey post-hoc testi uygulanmıştır. Analizlere ilişkin bulgular aşağıda tablolar halinde sunulmuştur.

Tablo 11’de ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutlarına ilişkin puanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı bağımsız örneklem t-testi ile incelenmiştir.

Tablo 11.

Ebeveynlerin Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları

Değişken	Cinsiyet	N	Ort.	Ss	t	sd	p	Cohen's d
Doğaya Bağlılık (Toplam)	Kadın	191	117.89	50.12	0.81	253	0.419	0.12
	Erkek	64	112.02	50.76				
Doğaya Erişim	Kadın	191	39.49	18.19	1.22	253	0.223	0.18
	Erkek	64	36.31	17.5				
Doğa Hakkında İletişim	Kadın	191	19.02	7.97	0.8	253	0.422	0.12
	Erkek	64	18.09	7.81				
Kişisel Engelleri Aşma	Kadın	191	33.9	15.71	1.5	253	0.134	0.22
	Erkek	64	30.5	15.46				
Durumsal Engelleri Aşma	Kadın	191	25.48	15.49	-0.73	253	0.466	-0.11
	Erkek	64	27.11	15.23				
Ebeveynlik Stresi (Toplam)	Kadın	191	30.29	10.3	-1.78	253	0.076	-0.26
	Erkek	64	33	11.21				
Ebeveynlik Stresörleri	Kadın	191	15.16	5.64	-0.95	253	0.344	-0.14
	Erkek	64	15.95	6.16				
Ebeveynlik Ödülleri	Kadın	191	7.23	3.91	-1.72	253	0.086	-0.25
	Erkek	64	8.2	3.92				
Kontrol Eksikliği	Kadın	191	4.83	2.84	-1.50 ^a	253	0.134	-0.22
	Erkek	64	5.48	3.55				
Ebeveynlik Memnuniyeti	Kadın	191	3.07	1.78	-1.09	253	0.277	-0.16
	Erkek	64	3.36	1.93				
Olumlu Ebeveyn-Çocuk İlişkileri	Kadın	191	46.48	5.19	4.33 ^a	253	< .001	0.63
	Erkek	64	42.67	8.22				
Olumsuz Ebeveyn-Çocuk İlişkileri	Kadın	191	15.53	4.66	0.04	253	0.967	0.01
	Erkek	64	15.5	5.12				

Tablo 11 incelendiğinde, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik toplam puanları ile doğaya erişim, doğa hakkında iletişim, kişisel engelleri aşma ve durumsal engelleri aşma alt boyut puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p > .05$). Benzer şekilde, ebeveynlik stresi toplam puanı ile ebeveynlik stresörleri, ebeveynlik ödülleri, kontrol eksikliği ve ebeveynlik memnuniyeti alt boyut

puanlarının da cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı görülmüştür ($p > .05$). Bu bulgular, ebeveynlerin doğaya bağlılık algıları ve ebeveynlik stresi düzeylerinin cinsiyetten bağımsız olarak benzer özellikler sergilediğini göstermektedir.

Buna karşılık, olumlu ebeveyn-çocuk ilişkileri puanlarının cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaştığı saptanmıştır ($t(253) = 4.33, p < .001$). Ortalama puanlar incelendiğinde, kadın ebeveynlerin olumlu ebeveyn-çocuk ilişki puanlarının erkek ebeveynlere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu farklılığa ilişkin etki büyüklüğünün orta düzeyde olduğu belirlenmiştir (Cohen's $d = 0.63$). Öte yandan, olumsuz ebeveyn-çocuk ilişkileri puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir ($p = .967$).

Tablo 12'de ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutlarına ilişkin puanlarının çalışma durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığı bağımsız örneklem t-testi ile incelenmiştir.

Tablo 12.

Ebeveynlerin Ölçek Puanlarının Çalışma Durumuna Göre Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları

Değişken	Çalışma Durumu	N	Ort.	Ss	t	sd	p	Cohen's d
Doğaya Bağlılık (Toplam)	Çalışıyorum	153	115.15	47.99	-0.49	253	0.623	-0.06
	Çalışmıyorum	102	118.31	53.64				
Doğaya Erişim	Çalışıyorum	153	38.82	17.68	0.13	253	0.894	0.02
	Çalışmıyorum	102	38.51	18.65				
Doğa Hakkında İletişim	Çalışıyorum	153	18.7	7.85	-0.21	253	0.834	-0.03
	Çalışmıyorum	102	18.91	8.08				
Kişisel Engelleri Aşma	Çalışıyorum	153	32.01	14.93	-1.30	253	0.195	-0.17
	Çalışmıyorum	102	34.61	16.7				
Durumsal Engelleri Aşma	Çalışıyorum	153	25.63	14.53	-0.33	253	0.739	-0.04
	Çalışmıyorum	102	26.28	16.7				
Ebeveynlik Stresi (Toplam)	Çalışıyorum	153	30.8	10.08	-0.32	253	0.747	-0.04
	Çalışmıyorum	102	31.24	11.33				
Ebeveynlik Stresörleri	Çalışıyorum	153	15.29	5.81	-0.25	253	0.805	-0.03
	Çalışmıyorum	102	15.47	5.73				
Ebeveynlik Ödülleri	Çalışıyorum	153	7.44	3.39	-0.18	253	0.856	-0.02
	Çalışmıyorum	102	7.53	4.63				
Kontrol Eksikliği	Çalışıyorum	153	4.93	2.91	-0.37	253	0.712	-0.05
	Çalışmıyorum	102	5.08	3.23				
Ebeveynlik Memnuniyeti	Çalışıyorum	153	3.14	1.71	-0.08	253	0.933	-0.01

	Çalışmıyorum	102	3.16	1.98				
Olumlu Ebeveyn-Çocuk İlişkileri	Çalışıyorum	153	44.98	6.68	-1.70	253	0.09	-0.22
	Çalışmıyorum	102	46.34	5.6				
Olumsuz Ebeveyn-Çocuk İlişkileri	Çalışıyorum	153	15.94	4.66	1.73	253	0.085	0.22
	Çalışmıyorum	102	14.89	4.88				

Tablo 12 incelendiğinde ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik toplam puanları ile doğaya erişim, doğa hakkında iletişim, kişisel engelleri aşma ve durumsal engelleri aşma alt boyut puanlarının çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>.05$). Benzer biçimde, ebeveynlik stresi toplam puanı ile ebeveynlik stresörleri, ebeveynlik ödülleri, kontrol eksikliği ve ebeveynlik memnuniyeti alt boyutlarına ilişkin puanların da çalışma durumuna göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı görülmüştür ($p>.05$). Bu bulgular, ebeveynlerin çalışma durumlarının doğaya bağlılık alguları ve ebeveynlik stresi düzeyleri üzerinde belirleyici bir etkisinin bulunmadığını göstermektedir.

Olumlu ebeveyn-çocuk ilişkileri ve olumsuz ebeveyn-çocuk ilişkileri değişkenleri incelendiğinde, çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>.05$). Bununla birlikte, olumlu ebeveyn-çocuk ilişkileri için elde edilen etki büyüklüğünün küçük düzeyde olduğu (Cohen's $\beta=-0.22$) ve çalışmayan ebeveynlerin ortalama puanlarının görece daha yüksek olduğu; olumsuz ebeveyn-çocuk ilişkileri için ise çalışıyor olan ebeveynlerin ortalama puanlarının görece daha yüksek olduğu görülmektedir. Ancak bu farkların istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Genel olarak değerlendirildiğinde, ebeveynlerin çalışma durumunun doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi üzerinde anlamlı bir farklılaşmaya yol açmadığı söylenebilir.

Tablo 13'de ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutlarına ilişkin puanlarının yaş gruplarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Varyansların homojenliği varsayımının sağlanmadığı durumlar dikkate alınarak analizlerde Welch tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

Tablo 13.

Ebeveynlerin Ölçek Puanlarının Yaş Gruplarına Göre Welch Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Yaş Grubu	N	Ort.	Ss	F	sd ₁	sd ₂	p
Doğaya Bağlılık (Toplam)	20–30 yaş	39	122.1	55.57	0.61	2	100.9	0.547
	31–40 yaş	124	117.81	50.1				
	41 yaş ve üzeri	92	112.13	48.28				
Doğaya Erişim	20–30 yaş	39	40	19.42	0.23	2	102.1	0.797
	31–40 yaş	124	38.96	18.3				
	41 yaş ve üzeri	92	37.78	17.22				
Doğa Hakkında İletişim	20–30 yaş	39	18.77	8.11	0.15	2	104.4	0.865
	31–40 yaş	124	18.54	8.3				
	41 yaş ve üzeri	92	19.12	7.38				
Kişisel Engelleri Aşma	20–30 yaş	39	33.64	16.05	2.46	2	103.8	0.09
	31–40 yaş	124	34.93	15.93				
	41 yaş ve üzeri	92	30.26	14.95				
Durumsal Engelleri Aşma	20–30 yaş	39	29.69	17.82	1.1	2	98	0.336
	31–40 yaş	124	25.38	14.36				
	41 yaş ve üzeri	92	24.97	15.62				
Ebeveynlik Stresi (Toplam)	20–30 yaş	39	31.15	10.78	0.46	2	104.6	0.632
	31–40 yaş	124	31.52	11.17				
	41 yaş ve üzeri	92	30.16	9.71				
Ebeveynlik Stresörleri	20–30 yaş	39	15.51	6.13	1.3	2	102.7	0.276
	31–40 yaş	124	15.85	6.23				
	41 yaş ve üzeri	92	14.64	4.9				
Ebeveynlik Ödülleri	20–30 yaş	39	7	3.28	0.52	2	113.1	0.595
	31–40 yaş	124	7.68	4.5				
	41 yaş ve üzeri	92	7.4	3.32				
Kontrol Eksikliği	20–30 yaş	39	5.64	3.38	0.88	2	101.1	0.417
	31–40 yaş	124	4.84	3.14				
	41 yaş ve üzeri	92	4.92	2.72				
Ebeveynlik Memnuniyeti	20–30 yaş	39	3	1.75	0.17	2	107.1	0.841
	31–40 yaş	124	3.15	1.92				
	41 yaş ve üzeri	92	3.2	1.73				
Olumlu Ebeveyn–Çocuk İlişkileri	20–30 yaş	39	45.41	8.1	0.05	2	96.7	0.955
	31–40 yaş	124	45.65	6.51				
	41 yaş ve üzeri	92	45.41	5.09				
Olumsuz Ebeveyn–Çocuk İlişkileri	20–30 yaş	39	15.64	5.99	0.51	2	96.9	0.6
	31–40 yaş	124	15.23	4.62				
	41 yaş ve üzeri	92	15.86	4.4				

Tablo 13 incelendiğinde, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik toplam puanlarının yaş gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaşmadığını göstermektedir ($F(2, 100.9) = 0.61, p = .547$). Bununla birlikte, grup ortalamaları incelendiğinde 20–30 yaş grubundaki ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik ortalamalarının diğer yaş gruplarına kıyasla görece daha yüksek olduğu; 41 yaş ve üzeri grupta ise ortalama puanların daha düşük düzeyde seyrettiği görülmektedir. Benzer biçimde, doğaya erişim ve durumsal engelleri aşma alt boyutlarında da en yüksek ortalamaların 20–30 yaş grubunda yer aldığı dikkat çekmektedir.

Doğaya bağlılık öz yeterlilik alt boyutları incelendiğinde, kişisel engelleri aşma alt boyutunda 31–40 yaş grubunun ortalama puanlarının diğer yaş gruplarına göre görece daha yüksek olduğu görülmekle birlikte, bu fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($F(2, 103.8) = 2.46, p = .090$). Bu bulgu, orta yaş grubundaki ebeveynlerin doğayla ilgili bireysel engelleri aşma konusunda daha yüksek bir algıya sahip olabileceğine işaret etmekle birlikte, söz konusu eğilimin istatistiksel açıdan desteklenmediğini göstermektedir.

Ebeveynlik stresi değişkeni incelendiğinde, ebeveynlik stresi toplam puan ortalamalarının yaş grupları arasında oldukça benzer düzeylerde olduğu görülmektedir. Bununla birlikte, 31–40 yaş grubundaki ebeveynlerin ebeveynlik stresi ortalamalarının diğer yaş gruplarına kıyasla görece daha yüksek olduğu; 41 yaş ve üzeri grupta ise ortalama puanların daha düşük olduğu dikkat çekmektedir. Ancak ebeveynlik stresi toplam puanı ile ebeveynlik stresörleri, ebeveynlik ödülleri, kontrol eksikliği ve ebeveynlik memnuniyeti alt boyutlarına ilişkin bu betimsel farklılıklar istatistiksel olarak anlamlı düzeye ulaşmamıştır ($p > .05$).

Ebeveyn–çocuk ilişki kalitesine ilişkin bulgular incelendiğinde, olumlu ebeveyn–çocuk ilişkileri puan ortalamalarının tüm yaş gruplarında birbirine oldukça yakın olduğu; özellikle 31–40 yaş grubunda ortalama puanların çok sınırlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir. Olumsuz ebeveyn–çocuk ilişkileri puanlarının ise yaş grupları arasında belirgin bir farklılık göstermediği ve ortalamaların benzer düzeylerde seyrettiği anlaşılmaktadır. Ancak bu betimsel eğilimler de istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p > .05$).

Tablo 14’te ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri, ebeveynlik stresi ve ebeveyn–çocuk ilişki kalitesine ilişkin puanlarının eğitim durumuna göre farklılaşım farklılaşmadığı incelenmiştir. Varyansların homojenliği varsayımının sağlanmadığı durumlar dikkate alınarak analizlerde Welch tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

Tablo 14.

Ebeveynlerin Ölçek Puanlarının Eğitim Durumuna Göre Welch Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Eğitim Durumu	N	Ort.	Ss	F	sd ₁	sd ₂	p
Doğaya Bağlılık (Toplam)	İlkokul-Ortaokul	18	86.33	48.39	3.71	4	74.4	0.008
	Lise	69	107.16	61.01				
	Önlisans	52	130.52	49.17				
	Lisans	87	123.02	37.24				
	Lisansüstü	29	112	49.61				
Doğaya Erişim	İlkokul-Ortaokul	18	27.61	16.11	4.94	4	76.2	0.001
	Lise	69	33.86	20.96				
	Önlisans	52	42.69	16.84				
	Lisans	87	42.48	14.84				
	Lisansüstü	29	38.55	17.98				
Doğa Hakkında İletişim	İlkokul-Ortaokul	18	14.06	8.45	2.4	4	75.1	0.057
	Lise	69	18.01	8.84				
	Önlisans	52	19.54	7.5				
	Lisans	87	20.11	6.85				
	Lisansüstü	29	18.21	8.2				
Kişisel Engelleri Aşma	İlkokul-Ortaokul	18	25.11	16.64	3.15	4	73.7	0.019
	Lise	69	29.91	18.8				
	Önlisans	52	37.48	14.96				
	Lisans	87	35.15	11.69				
	Lisansüstü	29	31.17	16.09				
Durumsal Engelleri Aşma	İlkokul-Ortaokul	18	19.56	13.88	2.3	4	75.8	0.066
	Lise	69	25.38	19.05				
	Önlisans	52	30.81	15.85				
	Lisans	87	25.28	11.81				
	Lisansüstü	29	24.07	13.92				
Ebeveynlik Stresi (Toplam)	İlkokul-Ortaokul	18	32.61	11.22	0.98	4	78.8	0.422
	Lise	69	31.43	11.5				
	Önlisans	52	32.48	11.77				
	Lisans	87	30.01	9.94				
	Lisansüstü	29	29.03	6.99				
Ebeveynlik Stresörleri	İlkokul-Ortaokul	18	14.72	4.64	0.94	4	80.5	0.446
	Lise	69	14.72	6.08				
	Önlisans	52	16.67	5.77				
	Lisans	87	15.21	5.99				
	Lisansüstü	29	15.38	4.88				
Ebeveynlik Ödülleri	İlkokul-Ortaokul	18	8.22	4.39	2.07	4	75.2	0.093
	Lise	69	8.74	5.73				
	Önlisans	52	6.96	3.24				
	Lisans	87	6.89	2.41				
	Lisansüstü	29	6.69	2.19				
Kontrol Eksikliği	İlkokul-Ortaokul	18	5.67	3.65	2.47	4	79.2	0.051
	Lise	69	4.62	2.68				
	Önlisans	52	5.9	3.67				
	Lisans	87	4.87	3.01				
	Lisansüstü	29	4.17	1.65				
Ebeveynlik Memnuniyeti	İlkokul-Ortaokul	18	4	2.57	1.25	4	74.7	0.297
	Lise	69	3.35	2.36				
	Önlisans	52	2.94	1.71				
	Lisans	87	3.05	1.28				
	Lisansüstü	29	2.79	1.18				
Olumlu Ebeveyn-Çocuk İlişkileri	İlkokul-Ortaokul	18	42.56	10.33	0.7	4	73.6	0.596
	Lise	69	45.03	8.18				

	Önlisans	52	46.12	4.48				
	Lisans	87	46.03	4.57				
	Lisansüstü	29	45.97	4.87				
Olumsuz Ebeveyn-Çocuk İlişkileri	İlkokul-Ortaokul	18	14.67	3.88	1.84	4	78.9	0.13
	Lise	69	14.26	5.64				
	Önlisans	52	16.31	4.91				
	Lisans	87	16.15	4.17				
	Lisansüstü	29	15.76	3.96				

Tablo 14 incelendiğinde, eğitim durumuna göre doğaya bağlılık öz yeterlilik toplam puanlarının anlamlı biçimde farklılaştığı görülmektedir ($F(4, 74.4) = 3.71, p = .008$). En düşük ortalama İlkokul-Ortaokul grubunda, en yüksek ortalamalar ise Önlisans ve Lisans gruplarında elde edilmiştir. Tukey testi sonuçları, Önlisans ve Lisans gruplarının İlkokul-Ortaokul grubuna kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek puanlara sahip olduğunu göstermektedir ($p < .05$).

Benzer biçimde, doğaya erişim alt boyutunda da anlamlı farklılık saptanmıştır ($F(4, 76.2) = 4.94, p = .001$). Önlisans ve Lisans gruplarının puanları İlkokul-Ortaokul grubundan anlamlı derecede yüksektir; ayrıca Lisans grubunun Lise grubundan da daha yüksek puan aldığı belirlenmiştir ($p < .05$). Kişisel engelleri aşma alt boyutunda da anlamlı farklılık bulunmuş ($F(4, 73.7) = 3.15, p = .019$) ve Önlisans grubunun İlkokul-Ortaokul grubuna göre daha yüksek puan aldığı görülmüştür.

Buna karşılık doğa hakkında iletişim ve durumsal engelleri aşma alt boyutlarında anlamlı farklılık saptanmamıştır ($p > .05$). Ebeveynlik stresi toplam ve alt boyut puanları ile olumlu ve olumsuz ebeveyn-çocuk ilişkileri puanlarının da eğitim durumuna göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p > .05$).

Genel olarak bulgular, eğitim düzeyinin ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilikleri (özellikle toplam puan, doğaya erişim ve kişisel engelleri aşma boyutları) üzerinde anlamlı bir farklılaşma yarattığını; ancak ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi üzerinde belirleyici bir etkisinin bulunmadığını göstermektedir. Tablo 15’de ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesine ilişkin puanlarının toplam çocuk sayısına göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Varyansların homojenliği varsayımının sağlanmadığı durumlar dikkate alınarak analizlerde Welch tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

	3 çocuk ve üstü	53	3.53	2.44				
Olumlu Ebeveyn-Çocuk İlişkileri					0.4			0.61
	1 çocuk	70	45.99	6.48	9	2	119	7
	2 çocuk	2	45.15	6.04				
	3 çocuk ve üstü	53	45.85	6.74				
Olumsuz Ebeveyn-Çocuk İlişkileri					1.1			0.33
	1 çocuk	70	16.29	5.33	1	2	116	4
	2 çocuk	2	15.19	4.34				
	3 çocuk ve üstü	53	15.34	4.98				

Tablo 15 incelendiğinde, toplam çocuk sayısına göre doğaya bağlılık öz yeterlilik toplam puanlarının anlamlı biçimde farklılaşmadığı görülmektedir ($F(2,125)=2.25$, $p=.110$). Bununla birlikte, ortalamalar 1 çocuk sahibi ebeveynlerde en yüksek, 3 çocuk ve üstü grupta ise en düşük düzeydedir; ancak bu fark istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Doğaya erişim alt boyutunda ise anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($F(2,124)=3.44$, $p=.035$). 1 çocuk grubunun ortalaması en yüksek, 3 çocuk ve üstü grubunun ortalaması en düşüktür. Tukey testi sonuçları, anlamlı farkın 1 çocuk ile 3 çocuk ve üstü grupları arasında olduğunu göstermektedir ($p=.036$). Diğer ikili karşılaştırmalar anlamlı değildir ($p>.05$). Bu bulgu, çocuk sayısı arttıkça doğaya erişim puanlarının azalma eğiliminde olduğunu ortaya koymaktadır.

Diğer doğaya bağlılık alt boyutları ile ebeveynlik stresi toplam ve alt boyut puanlarının toplam çocuk sayısına göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>.05$). Benzer şekilde, olumlu ve olumsuz ebeveyn-çocuk ilişkileri puanları da çocuk sayısına göre anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>.05$).

Genel olarak bulgular, toplam çocuk sayısının yalnızca doğaya erişim alt boyutunda anlamlı bir farklılaşma ile ilişkili olduğunu; diğer değişkenler üzerinde belirleyici bir etkisinin bulunmadığını göstermektedir.

Tablo 16'da ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesine ilişkin puanlarının ailenin gelir durumuna (düşük-orta-yüksek) göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Varyansların homojenliği varsayımının sağlanmadığı durumlar dikkate alınarak analizlerde Welch tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

Tablo 16.

Ebeveynlerin Ölçek Puanlarının Ailenin Gelir Durumuna Göre Welch Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Ailenin Gelir Durumu	N	Ort.	Ss	F	sd ₁	sd ₂	p
Doğaya Bağlılık (Toplam)	Düşük	15	83	62.92	6.71	2	24.9	0.005*
	Orta	220	116.2	48.98				
	Yüksek	20	143.85	38.86				
Doğaya Erişim	Düşük	15	28.07	22.84	6.08	2	24.5	0.007*
	Orta	220	38.47	17.51				
	Yüksek	20	49.1	15.14				
Doğa Hakkında İletişim	Düşük	15	16.4	7.41	1.71	2	25.1	0.202
	Orta	220	18.74	7.98				
	Yüksek	20	21.1	7.43				
Kişisel Engelleri Aşma	Düşük	15	21.47	20.52	7.56	2	25.1	0.003*
	Orta	220	33.06	15.22				
	Yüksek	20	41.6	11.27				
Durumsal Engelleri Aşma	Düşük	15	17.07	16.67	3.98	2	24.7	0.032*
	Orta	220	25.93	15.24				
	Yüksek	20	32.05	13.77				
Ebeveynlik Stresi (Toplam)	Düşük	15	31.73	9.82	0.41	2	24.9	0.67
	Orta	220	31.1	10.64				
	Yüksek	20	28.95	10.72				
Ebeveynlik Stresörleri	Düşük	15	14.8	4.06	0.21	2	26.1	0.812
	Orta	220	15.44	5.84				
	Yüksek	20	14.9	6.26				
Ebeveynlik Ödülleri	Düşük	15	8.93	7.03	4.87	2	28.1	0.015*
	Orta	220	7.5	3.76				
	Yüksek	20	6.15	1.66				
Kontrol Eksikliği	Düşük	15	4.4	2.03	0.64	2	26.5	0.535
	Orta	220	5.01	3.08				
	Yüksek	20	5.2	3.27				
Ebeveynlik Memnuniyeti	Düşük	15	3.6	2.82	1.45	2	25.4	0.253
	Orta	220	3.15	1.78				
	Yüksek	20	2.7	1.17				
Olumlu Ebeveyn-Çocuk İlişkileri	Düşük	15	46.67	4.47	0.58	2	27.7	0.564
	Orta	220	45.4	6.54				
	Yüksek	20	46	4.65				
Olumsuz Ebeveyn-Çocuk İlişkileri	Düşük	15	14	5.28	1.46	2	24.4	0.253
	Orta	220	15.5	4.73				
	Yüksek	20	16.9	4.67				

Tablo 16 incelendiğinde, doğaya bağlılık öz yeterlilik toplam puanlarının gelir durumuna göre anlamlı biçimde farklılaştığı görülmektedir ($F(2, 24.9)=6.71, p=.005$). Ortalama puanlar yüksek gelir grubunda en yüksek, düşük gelir grubunda ise en düşük düzeydedir. Tukey testi sonuçları, tüm gelir grupları arasında anlamlı fark bulunduğunu ve gelir düzeyi arttıkça doğaya bağlılık öz yeterlilik puanlarının yükseldiğini göstermektedir ($p<.05$).

Benzer biçimde, doğaya erişim ($F(2, 24.5)=6.08, p=.007$), kişisel engelleri aşma ($F(2, 25.1)=7.56, p=.003$) ve durumsal engelleri aşma ($F(2, 24.7)=3.98, p=.032$) alt boyutlarında da gelir düzeyine göre anlamlı farklılık saptanmıştır. Genel olarak yüksek gelir grubunun puanları daha yüksek, düşük gelir grubunun puanları ise daha düşüktür. Çoklu karşılaştırmalar, özellikle düşük ve yüksek gelir grupları arasındaki farkların belirgin olduğunu göstermektedir ($p<.05$). Bu bulgular, gelir düzeyi arttıkça doğaya erişim ve doğayla ilişkili engelleri aşma algısının güçlendiğini ortaya koymaktadır.

Buna karşılık doğa hakkında iletişim alt boyutunda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>.05$). Ebeveynlik stresi toplam ve alt boyut puanları gelir durumuna göre anlamlı biçimde farklılaşmazken ($p>.05$), ebeveynlik ödülleri alt boyutunda genel düzeyde anlamlılık saptanmış; ancak ikili karşılaştırmalarda anlamlı fark belirlenmemiştir. Olumlu ve olumsuz ebeveyn-çocuk ilişkileri puanlarının da gelir durumuna göre farklılaşmadığı görülmüştür ($p>.05$).

Genel olarak bulgular, aile gelir düzeyinin özellikle doğaya bağlılık öz yeterlilik toplam puanı ile doğaya erişim ve engelleri aşma boyutlarında belirleyici bir farklılaşma oluşturduğunu; ancak ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi üzerinde anlamlı bir etki göstermediğini ortaya koymaktadır.

BÖLÜM V

5. TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde, araştırmaya katılan okul öncesi dönem çocuğa sahip ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilikleri, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi düzeylerinin mevcut durumu, betimsel istatistikler ve literatür ışığında detaylı olarak tartışılmıştır.

5.1. Araştırmanın Birinci Alt Problemine Yönelik Tartışma ve Yorum

Araştırmanın birinci alt problemine ilişkin bulgular, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilikleri, ebeveynlik stresleri ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitelerinin birlikte ele alınmasına olanak sağlamaktadır. Elde edilen sonuçlar, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterliliklerine ilişkin toplam puan ortalamasının ölçeğin teorik puan aralığı içinde orta düzeyde yer aldığını göstermektedir. Alt boyutlara ilişkin bulgular da bu durumu genel olarak doğrulamaktadır. Ebeveynler, doğaya erişim sağlama, çocuklarıyla doğa hakkında iletişim kurma ve kişisel ya da durumsal engellerle baş etme konularında kendilerini belirli bir yeterlilik düzeyinde görmektedir.

Ancak bu yeterlilik algısının her zaman güçlü ve süreklilik gösteren bir yapıya sahip olmadığı da dikkati çekmektedir. Bu durum, ebeveynlerin çocuklarını doğayla buluşturma konusunda istekli olduklarını ve buna yönelik bir farkındalık geliştirdiklerini düşündürmekle birlikte, bu isteğin günlük yaşam içinde düzenli ve sürdürülebilir bir ebeveynlik pratiğine dönüşmesinde zaman zaman güçlükler yaşanabildiğine işaret etmektedir. Türkiye örneğinde yürütülen çalışmalar da bu değerlendirmeyi destekler niteliktedir. Bektaş ve diğerlerinin (2017), Akbaş ve Durmuşoğlu'nun (2024) gerçekleştirdikleri araştırmalar, bireylerin ve ebeveynlerin doğaya bağlılık ve doğayla ilişki düzeylerinin çoğunlukla orta düzeyde seyrettiğini ortaya koymaktadır.

Bandura'nın Sosyal Bilişsel Kuramı, bireylerin bir davranışı benimsemeleri ile bu davranışı uzun vadede sürdürebileceklerine dair inançlarının her zaman örtüşmeyebileceğine işaret etmektedir (Bandura, 1997). Özellikle çevresel koşulların zorlayıcı hâle geldiği durumlarda, olumlu tutumların davranışa dönüşmesi her zaman mümkün olmayabilmektedir. Günümüz kent yaşamında artan yapılaşma, güvenli ve erişilebilir yeşil alanların sınırlı oluşu, ulaşım sorunları ve zaman kısıtlılığı gibi etkenler, ebeveynlerin doğa temelli etkinlikleri planlama ve bu etkinlikleri süreklilik içinde

sürdürme kapasitelerini sınırlandırmaktadır.

Bununla birlikte, ebeveynlerin kendi çocukluk dönemlerinde doğayla daha sınırlı temas yaşamış olmaları da, doğa etkinliklerini nasıl düzenleyeceklerine ilişkin belirsizlik yaşamalarına ve bu alandaki psikolojik yeterlilik algılarının zayıflamasına neden olabilmektedir (Chawla, 2020). Ortaya çıkan bu durum, Louv'un doğayla temasın kuşaklar arasında giderek azalmasına dikkat çektiği "doğa yoksunluğu" kavramıyla örtüşmektedir (Louv, 2008). Türkiye bağlamında doğayla bağ kurma eğilimlerini ele alan Akbaş ve Durmuşoğlu'nun (2024) gerçekleştirdikleri çalışma da, kentsel yaşam koşullarının ve çevresel sınırlılıkların bireylerin doğa temelli davranışlarını sınırlandırabildiğini göstermesi bakımından bu yorumu desteklemektedir.

Alan yazında yer alan çalışmalar incelendiğinde, bu araştırmadan elde edilen bulgularla örtüşen sonuçların bulunduğu görülmektedir. Demircan ve Uyanık'ın (2023) yaptıkları çalışma, annelerin çocuklarıyla doğada vakit geçirmeye istekli olduklarını, ancak güvenlik kaygıları, fiziksel koşulların sınırlılığı ve zaman yetersizliği gibi nedenlerle bu isteği düzenli bir uygulamaya dönüştürmekte zorlandıklarını ortaya koymaktadır. Benzer biçimde Keleş Ertürk ve Kılıçoğlu (2024), yayımladıkları araştırmada, ebeveynlerin doğaya yönelik olumlu tutumlara sahip olmalarına rağmen uygulama aşamasında çeşitli engellerle karşılaşabildiklerini vurgulamaktadır. Barnes ve diğerleri (2021) ise ebeveynlerin doğaya ilişkin öz yeterlilik algılarının yalnızca bireysel özelliklerle açıklanamayacağını, bu algının kültürel yapı, yaşam koşulları ve çevresel olanaklarla yakından ilişkili olduğunu ifade etmektedir.

Şehirleşmenin doğayla temas üzerindeki sınırlayıcı etkisini ele alan Soga ve Gaston'un (2016) yaklaşımı da bu noktada anlamlı bir açıklama sunmaktadır. Bu çerçevede, araştırma örnekleminin büyük ölçüde kentsel alanda yaşayan ebeveynlerden oluşmasının, çalışmada elde edilen orta düzeydeki öz yeterlilik bulgusuyla birlikte değerlendirilmesi gerektiği düşünülmektedir. Ayrıca, doğaya bağlılık ile psikolojik iyi oluş arasındaki pozitif ilişkinin meta-analitik düzeyde ortaya konmuş olması (Pritchard vd., 2020), doğa ile kurulan ilişkinin bireyin öznel ve eudaimonik iyi oluş süreçleri açısından önemli bir kaynak oluşturduğunu göstermektedir.

Araştırmanın birinci alt problemi kapsamında ele alınan değişkenlerden biri ebeveynlik stresidir. Araştırmadan elde edilen bulgular, ebeveynlerin genel ebeveynlik stresi düzeylerinin düşük olduğunu göstermektedir. Alt boyutlar birlikte incelendiğinde,

ebeveynlik ödülleri ve ebeveynlik memnuniyeti boyutlarında stres düzeyinin düşük olduğu, stresörler ve kontrol eksikliği boyutlarında da benzer biçimde düşük puanların yer aldığı görülmektedir. Bu dağılım, ebeveynlerin ebeveynlik deneyimini daha çok zorlayıcı bir yük olarak değil; anlam, yakınlık ve duygusal doyum içeren bir süreç olarak değerlendirdiklerini düşündürmektedir.

Nitekim Berry ve Jones (1995), ebeveynliğin hem yük hem de ödül içeren bir yapıya sahip olduğunu vurgulamakta; ebeveynlikten alınan doyum arttıkça, stres yaratan unsurların ebeveynler tarafından daha az hissedilebildiğini ifade etmektedir. Benzer biçimde Abidin (1992) de ebeveynlik stresine ilişkin modelinde, ebeveynin rolünden aldığı doyumun stres düzeyiyle yakından ilişkili olduğuna dikkat çekmektedir. Türkiye örneğinde ebeveynlik stresini ele alan çalışmalarda ebeveynlerin genel stres düzeylerinin çoğunlukla düşük ya da orta düzeylerde seyrettiği görülmektedir (Demirtaş Zorbaz ve Kiye, 2023). Aslan Gördesli ve Aydın Sünbül (2021) tarafından yürütülen çalışma da bu duruma dikkat çekmekte ve mevcut araştırmadan elde edilen bulgularla benzerlik göstermektedir.

Ebeveynlik stresinin düşük düzeyde bulunmasında, çocukların içinde buldukları gelişimsel dönemin etkili olduğu söylenebilir. Okul öncesi dönemde çocukların temel öz bakım becerilerinde daha bağımsız hâle gelmeleri ve kendilerini sözel olarak daha iyi ifade edebilmeleri, ebeveynlerin günlük yaşamda karşılaştıkları güçlükleri bir ölçüde azaltmaktadır. Bu durum, çocuğun gelişimsel olgunluğunun artmasının ebeveynlerin günlük stres algısını azalttığını belirten Crnic ve Low'un (2002) bulgularıyla da örtüşmektedir.

Bunun yanı sıra, araştırma örnekleminin önemli bir bölümünün orta ve üst sosyoekonomik düzeyde yer alması, ebeveynlerin sosyal destek ve çeşitli kaynaklara daha kolay erişebilmesine olanak tanımış olabilir. Bu koşulların, stres düzeyi üzerinde koruyucu bir etki yaratmış olması muhtemeldir. Nitekim ebeveynlik stresi ile ebeveynlerin psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı ve negatif yönde ilişki bulunduğunu ortaya koyan meta-analitik bulgular (Rusu vd., 2025), ebeveynlik stresinin aile içi süreçler üzerindeki belirleyici rolünü desteklemektedir. Deater-Deckard'ın (2004) da ifade ettiği gibi, ebeveynlik stresi tek bir nedene indirgenebilecek bir yapı göstermemekte; çocuğun özellikleri ile ebeveynin sahip olduğu çevresel ve sosyal kaynakların birlikte etkisiyle şekillenmektedir. Benzer şekilde, ebeveynlikten alınan doyum ile algılanan stres düzeyi arasındaki ilişkiye Türkiye'de yürütülen uyarılma

çalışmalarında da dikkat çekilmiş, bu ilişkinin Çekiç ve diğerlerinin (2015) yaptıkları çalışmada da vurgulandığı görülmüştür.

Birinci alt problem kapsamında ele alınan son değişken ebeveyn–çocuk ilişki kalitesidir. Araştırma bulguları, ebeveynlerin çocuklarıyla kurdukları ilişkide olumlu ilişki boyutunun yüksek olduğunu, olumsuz ilişki boyutunun ise daha düşük düzeylerde kaldığını göstermektedir. Özellikle olumlu ilişkiye ilişkin puanların yüksek olması, ebeveynlerin çocuklarıyla olan ilişkilerini genel olarak sıcak, yakın ve destekleyici bir şekilde algıladıklarını düşündürmektedir. Bu durumun, çocukların içinde buldukları okul öncesi dönemin özellikleriyle ilişkili olduğu söylenebilir. Dört ile altı yaş aralığı, ebeveyn–çocuk etkileşiminin büyük ölçüde oyun, birlikte geçirilen zaman ve duygusal paylaşımlar üzerinden şekillendiği bir dönemdir (Pinquart, 2017). Bu dönemde akademik beklentilerin henüz ön planda olmaması, ebeveyn–çocuk ilişkilerinde duygusal yakınlığın daha belirgin olmasına katkı sağlayabilmektedir.

Bağlanma kuramı çerçevesinde değerlendirildiğinde, bu tür ilişki örüntülerinin güvenli bağlanma özellikleriyle örtüştüğü ifade edilebilir (Bowlby, 1969). Türkiye’de ebeveyn–çocuk ilişkisini ele alan çalışmalarında da benzer sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir (Durmuşoğlu vd., 2024; Çakır, 2024). Aytacı ve diğerlerinin (2018) yaptıkları çalışmada, ebeveyn–çocuk ilişkisinin olumlu boyutunun ebeveynler tarafından yüksek düzeyde algılandığı belirtilmekte olup, bu bulgunun mevcut araştırmadan elde edilen sonuçlarla paralellik gösterdiği söylenebilir.

Bununla birlikte, olumlu ilişki puanlarının yüksek çıkması değerlendirilirken kullanılan öz bildirim araçlarının bazı sınırlılıkları olduğu da göz önünde bulundurulmalıdır. Ebeveynler, toplumda yaygın olan “iyi ebeveyn” algısına uygun biçimde, çocuklarıyla olan ilişkilerini olduğundan daha olumlu değerlendirmiş olabilirler. Bu durum, özellikle öz bildirim dayalı ölçümlerde sık karşılaşılan sosyal beğenirlik etkisiyle ilişkilendirilebilir.

Öte yandan, olumsuz ilişki boyutunun tamamen ortadan kalkmamış olması gelişimsel açıdan beklenen ve olağan bir durumdur. Okul öncesi dönem, çocukların özerklik kazanmaya başladıkları, kendi sınırlarını ve çevrenin sınırlarını denedikleri bir süreçtir. Bu dönemde zaman zaman yaşanan küçük çatışmalar, ilişkinin sağlıklı olduğunu göstermekten çok, çocuğun bireyselleşme sürecinin bir parçası olarak

değerlendirilebilir. Nitekim Erikson'un (1963) psikososyal gelişim kuramında da bu tür yaşantıların gelişimin doğal bir parçası olduğu vurgulanmaktadır.

Elde edilen bulgular birlikte değerlendirildiğinde, ebeveyn-çocuk ilişkisinin olumlu düzeyde algılanması ile ebeveynlik stresinin düşük seyretmesi arasında bir ilişki olduğu görülmektedir. Alan yazında, ebeveynin psikolojik iyi oluşu ve düşük stres düzeyinin, ebeveyn-çocuk ilişkisinin niteliği üzerinde etkili olduğu sıklıkla ifade edilmektedir (Abidin, 1992; Aslan Gördesli ve Aydın Sünbül, 2021). Bu çalışmada da ebeveynlik stresinin düşük düzeyde bulunması, ebeveynlerin çocuklarına karşı daha sabırlı, duyarlı ve kabul edici tutumlar sergileyebilmelerine katkı sağlamış olabilir (Bağcı-Çetin, 2023). Bu durumun, ebeveyn-çocuk ilişkisinin olumlu boyutuna ilişkin puanların yüksek çıkmasını açıklayan etkenlerden biri olduğu düşünülebilir.

Son olarak, elde edilen bulgular değerlendirilirken kültürel bağlamın ve örneklemin yapısının da dikkate alınması gerektiği düşünülmektedir. Kağıtçıbaşı'nın (2010) aile değişim modeli, Türkiye'de ebeveyn-çocuk ilişkilerinin çoğunlukla duygusal bağlılık ve karşılıklı bağımlılık temelinde şekillendiğini ortaya koymaktadır. Bu kültürel özellikler, ebeveynlerin çocuklarıyla kurdukları ilişkilere daha fazla anlam yüklemelerine ve ilişkinin olumlu yönlerini ön plana çıkarmalarına zemin hazırlayabilmektedir.

Bunun yanı sıra, araştırma örnekleminin büyük ölçüde annelerden oluşması da ilişki kalitesinin yüksek algılanmasında etkili olmuş olabilir. Alanyazında, annelerin genellikle birincil bakım veren rolü üstlenmeleri nedeniyle çocuklarıyla daha yoğun duygusal etkileşim içinde oldukları ve ebeveyn-çocuk ilişkisini daha olumlu değerlendirme eğiliminde oldukları belirtilmektedir (Paquette, 2004). Bu unsurlar birlikte ele alındığında, araştırmanın birinci alt problemine ilişkin bulguların hem gelişimsel özellikler hem de kültürel yapı ile uyumlu olduğu ve ilgili literatürle örtüştüğü söylenebilir.

5.2. Araştırmanın İkinci ve Üçüncü Alt Problemine Yönelik Tartışma ve Yorum

Bu başlık altında, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri ve alt boyutları ile ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi arasındaki ilişkilere yönelik tartışma ve yorumlar yer almaktadır.

Araştırmada elde edilen bulgular, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri arttıkça ebeveynlik stresinin azaldığını göstermektedir. Aynı doğrultuda,

doğaya erişim, doğa hakkında iletişim, kişisel engelleri aşma ve durumsal engelleri aşma alt boyutlarının her biri ile ebeveynlik stresi arasında negatif yönlü ilişkiler olduğu görülmüştür. Bu durum, ebeveynlerin çocuklarını doğa ile buluşturma konusunda kendilerini yeterli hissetmelerinin, ebeveynlik sürecini daha az zorlayıcı algılamalarına katkı sağladığını düşündürmektedir. Doğa ortamlarının ebeveynlere ev içindeki yoğunluk ve gürültüden uzaklaşma imkânı sunması, zihinsel olarak rahatlamalarına yardımcı olurken; çocukların enerjilerini açık alanlarda daha rahat ifade edebilmeleri de ebeveyn üzerindeki baskıyı azaltmış olabilir. Ayrıca ebeveynlerin hava koşulları ya da mesafe gibi sınırlayıcı durumlara rağmen bu etkinlikleri sürdürebileceklerine inanmaları, ebeveynlik rolüne ilişkin kontrol duygularını destekleyerek stres algısını azaltan bir etken olarak değerlendirilebilir (Kaplan, 1995; Liu vd., 2024).

Alan yazındaki çalışmalara baktığımızda, doğayla vakit geçirmenin ve doğaya karşı duyulan öz yeterlilik algısının ebeveynlerin stresini azaltabildiği görülmektedir (Corazon vd., 2019; Keleş Ertürk ve Kılıçoğlu, 2024; Razani vd., 2018). Ancak her çalışma aynı sonucu vermemektedir; bazı araştırmalarda dışarıda yapılan etkinliklerin güvenlik endişesi, çocukların kirlenmesi korkusu ya da ulaşım gibi sıkıntılar yüzünden ebeveynlerde tam tersi bir şekilde kaygı ve stresi artırabildiği söylenmektedir (Clements, 2004; Valentine, 1997). Türkiye’de yapılan benzer çalışmalarda da doğa ve açık alanların insanların psikolojisi ve stres düzeyleri üzerinde etkili olduğu görülmektedir. Özellikle gidilebilecek yeşil alanların yakın olması ve bu alanların güzel olması, insanların stresinin azalmasına yardımcı olmaktadır (Akpınar, 2019; Aksu, 2024).

Araştırmadan çıkan sonuçlara baktığımızda, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilikleri arttıkça ebeveyn-çocuk ilişkisinin de daha olumlu yönde ilerlediği görülmektedir. Bu durumun sebebi şu olabilir; doğadayken evdeki gibi televizyon, tablet veya bitmek bilmeyen ev işleri gibi dikkat dağıtıcı şeyler olmadığı için ebeveyn ve çocuk birbirine çok daha iyi odaklanabiliyor. Ayrıca doğa ortamı, ebeveyn ve çocuğa sürekli konuşulan okul başarısı ya da evdeki kurallar dışında; ağaçlar, hayvanlar veya orada kurulan oyunlar gibi her iki taraf için de eğlenceli ve ortak konular sunuyor. Ebeveynin doğada çocuğuna bir şeyler öğretmesi, beraber yeni yerler keşfetmeleri ve sadece oyun oynamaya vakit ayırmaları, aralarındaki duygusal bağı ve sıcaklığı artırmış olabileceği düşünülmektedir. Alan yazındaki çalışmalara baktığımızda, doğada vakit geçirmenin ve ebeveynlerin bu konuda istekli olmasının ebeveyn-çocuk arasındaki ilişkiyi gerçekten güçlendirdiğini söyleyen birçok araştırma vardır (Cameron-Faulkner vd., 2018; Izenstark

ve Ebata, 2017; Demircan ve Uyanık, 2023). Türkiye’de yapılan çalışmalarda da ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişki kalitesinin, ebeveynin çocuğuna karşı davranışları ve onunla nasıl vakit geçirdiğiyle çok yakından ilgili olduğu görülmektedir (Güler Kılıç ve Çekiç, 2022; Aytaç, Çen ve Yüceol, 2018). Bu durum, mevcut araştırmadan elde edilen ve ebeveynlerin doğadaki öz yeterlilikleri ile çocuklarıyla olan bağlarının arttığını gösteren sonuçlarla benzerlik taşımaktadır.

Bunun yanında, bazı araştırmalara baktığımızda çocukların artık günlük hayatlarında dışarıda eskisi kadar çok vakit geçirmediği ve zamanlarını daha çok okul dışı kurslar veya planlanmış aktivitelerle harcadıkları görülmektedir (Hofferth, 2009). Bu durum, doğada bulunmanın ebeveyn–çocuk ilişkisini güçlendirmesi için yalnızca dış mekânda olmanın yeterli olmayabileceğini göstermektedir. Yapılan etkinliğin nasıl olduğu ve ebeveynin çocuğuna ne kadar eşlik ettiği de bu noktada çok önemli olabilir.

Araştırmadan elde edilen sonuçlara baktığımızda, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilikleri arttıkça ebeveyn–çocuk arasındaki çatışmanın da az da olsa arttığı görülmektedir. Aslında beklediğimizin tersine çıkan bu durumun sebebi şu olabilir; ebeveynlerin çocuklarını dışarı çıkarmadan önceki o hazırlık süreci, yani uygun kıyafetleri seçmek, beslenme çantası hazırlamak veya yedekleri yanına almak gibi işler ebeveyn üzerinde bir yorgunluk ve gerginlik yaratıyor olabilir. Ayrıca dışarıya çıkıldığında ebeveynler güvenlik konusunda daha çok endişelenip çocuklarına sürekli “yapma, dikkat et, düşersin” gibi müdahalelerde bulunmak zorunda kalıyor olabilirler. Çocuğun doğada özgürce koşup oynama isteği ile ebeveynin onu koruma çabası karşı karşıya geldiğinde, bu durum aralarında küçük gerginliklere yol açmış ve sonuçlara da bir olumsuzluk olarak yansımış olabilir diye düşünülmektedir (Bayraktar, 2025; Durmuşoğlu vd., 2024).

Alan yazına baktığımızda, ebeveynlerin dışarıdaki oyunlar sırasında çocuklarının başına bir şey gelmesinden korkmasının, çocuklarına daha fazla müdahale etmelerine ve bu durumun da aralarında bir gerginlik yaratmasına sebep olduğunu söyleyen araştırmalar vardır (Sandseter, 2007; Silver vd., 2025; Yanwei Li vd., 2023). Bunun tam tersine doğanın, çocuklardaki davranış problemlerini veya hiperaktiviteyi azalttığı için ebeveyn–çocuk arasındaki çatışmayı aslında düşürdüğünü belirten çalışmalar da bulunmaktadır (Kuo ve Faber Taylor, 2004; Ulset vd., 2017). Türkiye’de yapılan çalışmalarda da ebeveynlerin çocuklarına çok fazla müdahale etmesinin aradaki çatışmayı artırabileceği görülmektedir (Güler Kılıç ve Çekiç, 2022). Sonuç olarak, çalışmada elde edilen bu

olumsuz ilişkinin çok düşük seviyede kalması; aslında doğanın sunduğu güzelliklerin ve olumlu katkıların, o anlık yaşanan küçük gerginliklerden çok daha baskın olduğunu ve ilişkiyi genel anlamda koruduğunu düşündürmektedir.

Araştırma sonucunda elde edilen bulgular, ebeveynlik stresi ile ebeveyn-çocuk ilişkisi arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Analiz sonuçlarına bakıldığında, ebeveynlik stresi arttıkça ebeveyn ve çocuk arasındaki olumlu ilişkinin azaldığı, olumsuz ilişkinin ise arttığı belirlenmiştir. Bu durumun nedeni olarak, stres düzeyi yüksek olan ebeveynlerin kendilerini zihinsel ve duygusal olarak daha yorgun hissetmeleri gösterilebilir. Stresli ebeveynlerin çocuklarına karşı daha az sabır gösterdikleri ve çocukların oyun isteklerine ya da sorularına daha sert tepkiler verebildikleri düşünülebilir. Ayrıca ebeveynlerin yaşadığı tükenmişlik hissi, çocuklarıyla oyun oynama veya vakit geçirme isteğini azaltabilir. Bu durumun da ilişkideki sıcaklığın azalmasına ve çatışmaların artmasına neden olabileceği söylenebilir (Pan vd., 2025; Bayraktar, 2025).

Literatür incelendiğinde, ebeveynlik stresinin ilişki kalitesini olumsuz etkilediğini belirten birçok çalışmanın olduğu görülmektedir (Deater-Deckard, 2004; Östberg ve Hagekull, 2000; Aslan Gördesli ve Sünbül, 2021). Türkiye’de yapılan çalışmalar da benzer şekilde stresin ebeveyn-çocuk etkileşimini olumsuz etkilediğini göstermektedir (Çekiç, Akbaş ve Hamamcı, 2015; Aslan Gördesli ve Aydın Sünbül, 2021). Bununla birlikte, literatürde sınırlı sayıda da olsa farklı görüşler mevcuttur. Bazı araştırmacılar, yüksek stresin bazı ebeveynleri suçluluk duygusuyla 'telafi edici' davranışlara yönelttiğini ve çocuklarıyla daha fazla ilgilenmelerine neden olabileceğini belirtmektedir (Erel ve Burman, 1995).

Araştırma bulguları, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilikleri ile ebeveynlik stresi ve çocuklarıyla ilişkileri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Sonuçlara göre, doğaya bağlılık arttıkça ebeveynlik stresi azalmakta, ebeveyn ve çocuk arasındaki olumlu ilişki ise artmaktadır. Ancak bu sonuçların kesin bir neden-sonuç ilişkisi olarak değil, iki durum arasındaki ilişki olarak değerlendirilmesi daha doğru olacaktır. Çünkü yeşil alanlara ulaşım imkanı veya sosyal çevre gibi dış faktörlerin de bu sonuçlarda etkisi olabilir. Buna rağmen elde edilen veriler, doğaya bağlılığın stresi azaltmada ve ilişkiyi iyileştirmede önemli bir rol oynayabileceğini düşündürmektedir (Liu vd., 2024; Pan vd., 2025; Pocock vd., 2023). Türkiye’de yapılan benzer çalışmalar

da (Aksu, 2024; Bayraktar, 2025) doğanın psikolojik iyi oluş üzerindeki bu olumlu etkisini desteklemektedir.

5.3. Araştırmanın Dördüncü ve Beşinci Alt Problemine Yönelik Tartışma ve Yorum

Bu bölümde, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri ve bu yapıyı oluşturan alt boyutların (doğaya erişim, doğa hakkında iletişim, kişisel engelleri aşma ve durumsal engelleri aşma), ebeveynlik stresi ile ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutlarını ne ölçüde yordadığına ilişkin bulgular, olası etki mekanizmaları ve ilgili alan yazın çerçevesinde kapsamlı biçimde tartışılmaktadır.

Araştırma sonuçları, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri yükseldikçe ebeveynlik stresi puanlarının anlamlı biçimde azaldığını göstermektedir. Bununla birlikte, doğaya bağlılık değişkeninin ebeveynlik stresini açıklama gücünün görece sınırlı olduğu söylenebilir. Bu durum, ebeveynlik stresinin çok boyutlu bir yapıya sahip olmasıyla ilişkilendirilebilir. Nitekim alanyazında da vurgulandığı üzere, ebeveynlik stresi ekonomik koşullar, aile içi etkileşim örüntüleri, ebeveynin psikolojik iyi oluşu ve çocuğa ilişkin özellikler gibi çeşitli etmenlerin etkileşimi sonucunda ortaya çıkmaktadır (Çekiç ve diğerleri, 2015). Dolayısıyla tek bir değişkenin bu karmaşık yapıyı yüksek düzeyde açıklaması beklenmemektedir. Bununla birlikte, doğaya bağlılık öz yeterliliğinin sınırlı da olsa stres üzerinde azaltıcı yönde anlamlı bir etki göstermesi, bu değişkenin ebeveynler açısından potansiyel bir koruyucu kaynak olarak değerlendirilebileceğine işaret etmektedir.

Alanyazındaki güncel bulgular da bu sonucu destekler niteliktedir. Örneğin Aksu (2024), doğa temelli etkinliklerin bireylerin psikolojik iyi oluşunu güçlendirdiğini ve stresle başa çıkma süreçlerinde işlevsel bir kaynak oluşturduğunu ortaya koymuştur. Bu çerçevede, ebeveynin çocuğunu doğayla buluşturma konusunda kendini yeterli hissetmesi, ebeveynlik rolüne ilişkin algısını daha olumlu yapılandırmasına ve ebeveynlik sorumluluklarını daha yönetilebilir görmesine katkı sağlayabilir. Nitekim ebeveynlik stresine ilişkin kuramsal ve deneysel çalışmalar, ebeveynin öz yeterlilik algısının stres düzeyiyle yakından ilişkili olduğunu ve yüksek öz yeterlilik algısının stresin olumsuz etkilerini azaltabildiğini göstermektedir (Abidin, 1992; Bayraktar, 2025; Deater-Deckard, 2004; Pan vd., 2025; Rusu vd., 2025). Bu bağlamda doğaya bağlılık öz yeterliliği, ebeveynlik stresini dolaylı yoldan hafifletebilecek psikososyal bir kaynak olarak değerlendirilebilir.

Alt boyutlara ilişkin analizler incelendiğinde dikkat çekici bir bulgu ortaya çıkmaktadır. Ebeveynlik stresini anlamlı düzeyde yordayan tek alt boyutun “doğaya erişim” olduğu belirlenmiştir. Buna karşılık “doğa hakkında iletişim” ve “engelleri aşma” boyutlarının ebeveynlik stresi üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi bulunmamıştır.

Bu durum, ebeveynlik stresinin azalmasında yalnızca doğaya yönelik olumlu tutumların ya da çocukla doğa hakkında iletişim kurmanın tek başına yeterli olmayabileceğini düşündürmektedir. Bulgular, stres düzeyinin düşmesinde belirleyici olan unsurun, doğayla fiziksel temasın ve mekânsal erişimin sağlanması olabileceğine işaret etmektedir. Başka bir ifadeyle, soyut niyetler ya da bilişsel yönelimlerden ziyade, doğayla doğrudan ve somut etkileşim imkânı stres üzerinde daha etkili görünmektedir.

Bu yorum, kentsel yeşil alanlara erişimin ve bu alanların niteliğinin bireylerin fiziksel ve psikolojik sağlığı üzerinde doğrudan iyileştirici etkiler oluşturduğunu ortaya koyan bulgularla da örtüşmektedir (Akpınar, 2019). Dolayısıyla ebeveynlerin doğaya erişim olanaklarının güçlendirilmesi, ebeveynlik stresini azaltmaya yönelik müdahalelerde dikkate alınması gereken önemli bir çevresel kaynak olarak değerlendirilebilir.

Bu bulgu, Kaplan’ın (1995) Dikkat Yenilenme Kuramı’nda yer alan ‘Uzaklaşma’ ilkesiyle açıklanabilir. Ebeveynlik stresi çoğu zaman ev ortamındaki rutin işler, gürültü ve sorumluluklarla ilişkilidir. Bu nedenle ebeveynin zihinsel olarak rahatlayabilmesi için zaman zaman bu ortamdan uzaklaşması gerekebilmektedir. Evde çocukla doğa hakkında konuşmak önemli olsa da, fiziksel ortam değişmediğinde stresten uzaklaşmak her zaman kolay olmayabilir. Ev ortamında ebeveynler genellikle çocuğu oyalayan, eğlendiren ve kontrol eden bir ‘yönetici’ rolünde olmaktadır.

Ancak doğaya çıkıldığında çocukların toprak, ağaç ya da hayvanlarla kendi kendilerine vakit geçirebildikleri görülmektedir. Bu durum, ebeveynin üzerindeki bakım yükünü azaltarak zihinsel olarak rahatlamasına yardımcı olabilmektedir. Alan yazındaki çalışmalar, stresin azalması için bireyin doğa ortamında fiilen bulunmasının önemli olduğunu belirtmektedir (Corazon vd., 2019; Liu vd., 2024; Pocock vd., 2023; Ulrich vd., 1983). Benzer şekilde Soga ve Gaston (2016) da fiziksel erişim eksikliğinin psikolojik sağlık üzerinde olumsuz etkiler yaratabileceğini ifade etmektedir. Bu nedenle çalışmada

ebeveynlik stresini azaltan unsurun 'iletişim' değil 'fiziksel erişim' olarak ortaya çıkması, alan yazınla uyumlu bir sonuç olarak değerlendirilebilir.

Araştırmanın bir diğer önemli sonucu, doğaya bağlılık öz yeterliliğinin olumlu ebeveyn-çocuk ilişkilerini anlamlı ve pozitif yönde etkilemesidir. Analiz sonuçları incelendiğinde, doğaya bağlılığın ebeveyn-çocuk ilişkisi üzerindeki bu olumlu etkisinin, ebeveynlik stresi üzerindeki etkisine kıyasla daha güçlü olduğu görülmektedir. Bu durum, doğa temelli deneyimlerin yalnızca ebeveynlerin bireysel iyi oluşlarına katkı sağlamakla sınırlı kalmadığını; aynı zamanda ebeveyn ile çocuk arasındaki duygusal bağı ve etkileşim kalitesini de destekleyen önemli bir kaynak olduğunu düşündürmektedir.

İlişki boyutu incelendiğinde, stres bulgularından farklı bir sonuç elde edildiği görülmektedir. Olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisini güçlendiren temel unsurun 'erişim' değil, 'doğa hakkında iletişim' olduğu belirlenmiştir. Bu durum, ebeveyn-çocuk ilişkisinde yalnızca aynı ortamda bulunmanın yeterli olmadığını, asıl önemli olanın ebeveyn ile çocuk arasında kurulan etkileşimin niteliği olduğunu göstermektedir. Bu açıdan bakıldığında, ilişkinin güçlenmesinde fiziksel ortamdan çok, o ortamda kurulan iletişimin önemli olduğu söylenebilir. Özyürek ve Gürleyik (2016), ebeveynlerin çocuklarıyla geçirdikleri zamanın kalitesinin ve oyun temelli etkileşimlerin, çocuk gelişimi ve ebeveyn-çocuk bağı açısından önemli olduğunu belirtmektedir. Bu nedenle, bir ebeveynin çocuğuyla parka gitmesi tek başına her zaman yeterli olmayabilir. Ancak ebeveynin bu süreçte çocuğuyla doğa hakkında konuşması, merakını paylaşması ve rehberlik etmesi, ilişkiye olumlu yönde yansıyabilmektedir. Doğa ortamları, ebeveyn ve çocuğa ders başarısı ya da ev kuralları gibi çatışma yaratabilecek konuların dışında, daha rahat bir iletişim ortamı sunmaktadır.

Bu bulgu, gelişim psikolojisinde yer alan 'Ortak Dikkat' kavramı ile açıklanabilir (Tomasello, 1995; Huang vd., 2025). Doğada kurulan iletişim, ebeveyn ve çocuğun aynı anda aynı nesneye odaklanmasına olanak tanımakta ve bu durum duygu ile düşünce paylaşımını kolaylaştırmaktadır. Izenstark ve Ebata (2017) ile Cameron-Faulkner ve diğerleri (2018), doğa ortamlarında dikkat dağıtıcı unsurların daha az olması nedeniyle ebeveyn ve çocuk arasındaki yüz yüze etkileşimin arttığını ve dil kullanımının zenginleştiğini belirtmektedir. Bu durumun aile uyumunu desteklediği ifade edilmektedir. Bu bağlamda, ebeveyn-çocuk ilişkisinin güçlenmesinde yalnızca bulunulan mekânın değil, o mekânda kurulan sosyal etkileşimin belirleyici olduğu söylenebilir.

Buna karşılık, doğaya bağlılık öz yeterliliğinin olumsuz ebeveyn–çocuk ilişkilerini (çatışma) açıklamada etkisinin düşük olduğu görülmüştür. Yapılan analizde, alt boyutların hiçbirinin çatışmayı anlamlı biçimde yordamadığı belirlenmiştir. Bu durum, ebeveyn–çocuk çatışmasının doğa ile ilgili değişkenlerden çok, daha farklı ve temel etkenlerle ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Nitekim ebeveyn–çocuk çatışmasının; çocuğun mizaç özellikleri, ebeveynin duygu kontrolü, disiplin anlayışı ve ailenin genel yapısı gibi faktörlerden etkilendiği belirtilmektedir (Durmuşoğlu vd., 2024; Güler Kılıç ve Çekiç, 2022).

Ayrıca okul öncesi dönemde çocukların daha bağımsız davranma isteğinde olmaları, ebeveynlerle yaşanan çatışmaların artmasına neden olabilmektedir. Bu nedenle doğaya çıkmanın, bu tür çatışmaları tek başına azaltması her zaman mümkün olmayabilir. Bunun yanında, doğaya çıkmadan önce yaşanan hazırlıklar, ulaşım sorunları ya da güvenlik kaygıları gibi durumlar, ebeveynlerde kısa süreli gerginlikler yaratabilmektedir. Bu da doğanın olumlu etkilerinin çatışma düzeylerine yansımaları zorlaştırmış olabilir. Alan yazında da ebeveyn–çocuk çatışmasının temel nedenlerinden birinin ebeveynlik stresi olduğu ifade edilmektedir (Abidin, 1992; Bayraktar, 2025; Deater-Deckard, 2004; Pan vd., 2025) Bu nedenle doğaya bağlılık öz yeterliliğinin, ilişkideki olumlu yönleri destekleyen bir unsur olduğu; ancak çatışmayı doğrudan ortaya çıkaran ya da ortadan kaldıran bir etken olmadığı söylenebilir.

Araştırmanın dördüncü ve beşinci alt problemlerine ilişkin bulgular genel olarak değerlendirildiğinde, doğaya bağlılık öz yeterliliğinin ebeveynlik sürecinde hem stresi azaltmada hem de olumlu ebeveyn–çocuk ilişkilerini desteklemede yardımcı bir kaynak olduğu görülmektedir. Alt boyutlar incelendiğinde, ebeveynlik stresinin azalmasında daha çok ‘doğaya erişim’ boyutunun etkili olduğu; ebeveyn ile çocuk arasındaki olumlu ilişkinin güçlenmesinde ise ‘doğa hakkında iletişim’ boyutunun öne çıktığı anlaşılmaktadır. Buna karşılık, olumsuz ebeveyn–çocuk ilişkilerinin açıklanmasında doğaya bağlılık öz yeterliliğinin etkisinin sınırlı olduğu görülmektedir. Bu durum, ebeveyn–çocuk çatışmalarının doğayla ilgili etkenlerden çok, daha geniş ve temel psikolojik süreçlerle ilişkili olabileceğini düşündürmektedir.

5.4. Araştırmanın Altıncı Alt Problemine Yönelik Tartışma ve Yorum

Bu bölümde, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri, ebeveynlik stresi ve ebeveyn–çocuk ilişki kalitesinin; cinsiyet, yaş, eğitim durumu, çalışma durumu,

çocuk sayısı ve ailenin sosyoekonomik düzeyi gibi demografik değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulgular, literatür ve olası nedenler ışığında tartışılmıştır.

Cinsiyet Değişkenine İlişkin Tartışma ve Yorum

Bu araştırmada, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri ile ebeveynlik stres puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermemesi, aslında bu durumun sadece kadın ya da erkek olmakla ilgili değil; daha çok bireysel farkındalıklar, yaşam şartları ve çevresel imkânlarla ilişkili olabileceğini düşündürüyor. Ebeveynlik stresinin kaynağına baktığımızda, cinsiyetten çok anne-baba olmanın getirdiği ortak sorumluluklar, çocuk bakımı ve günlük hayatın stresi gibi nedenlerle şekillendiği; yani hem annelerin hem de babaların benzer şekilde zorlandığı araştırmalarda da vurgulanıyor (Abidin, 1992; Deater-Deckard, 2004; d’Orsi ve Diniz, 2025). Son yıllarda değişen ebeveynlik anlayışıyla birlikte babaların da çocuk bakımına ve birlikte yapılan etkinliklere daha fazla dâhil olmaya başlaması, anne ve babaların hem doğaya yönelik öz yeterlilik algılarının hem de stres düzeylerinin benzerleşmesine katkı sağlamış olabilir (Deleş ve Kaytez, 2020). Bu bulgular, ebeveynlik sürecinde yaşanan stresin ya da doğayla bağ kurma becerisinin cinsiyetten çok, ebeveyn olmanın ortak yüküyle ilgili olduğunu düşündürüyor.

Öte yandan, olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi puanlarında kadın ebeveynlerin erkek ebeveynlere göre daha yüksek sonuçlar alması, bu durumun çocukla kurulan ilişkinin biçimi ve bu ilişkiyi algılama şekliyle ilgili olabileceğini gösteriyor (Güler Kılıç ve Çekiç, 2022). Çünkü yazında annelerin çocuklarıyla olan ilişkilerinin genellikle sözel iletişim, duygusal paylaşım ve bakım üzerinden geliştiği; babaların ise daha çok fiziksel oyunlar ve hareketli etkileşimler yoluyla bağ kurduğu belirtiliyor (Paquette, 2004). Özyürek ve Gürleyik (2016) de, ebeveyn-çocuk ilişkisinde oyunun ve birlikte geçirilen nitelikli zamanın bağ kurmada etkili olduğunu ifade ediyor. Bu araştırmada kullanılan Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Ölçeği’nin de daha çok duygusal yakınlık, sözel etkileşim ve birlikte zaman geçirmeyi ölçmesi, kadın ebeveynlerin bu boyutta daha yüksek puanlar almasına neden olmuş olabilir. Bornstein (2002) da annelerin çocuklarıyla etkileşimlerinde daha çok sözel uyarıcı kullandıklarını ve duygularını daha açık paylaştıklarını ifade ediyor.

Ayrıca, araştırmada kullanılan ölçme araçlarının ebeveynlerin kendi beyanlarına dayanması da cinsiyete göre çıkan bu farkları yorumlarken dikkat edilmesi gereken bir

başka nokta olabilir. Çünkü kadın ve erkek ebeveynlerin ilişkiyi nasıl algıladığı, değerlendirdiği ve ifade ettiği farklılık gösterebilir. Bu farklılık, özellikle olumlu ilişki sorularına verilen cevapları etkileyebilir (Bornstein, 2002; Paquette, 2004). Güler Kılıç ve Çekiç (2022) de kadınların ilişkiyi daha çok duygusal yakınlık ve karşılıklı paylaşım olarak tanımladığını, bu yüzden bu tür ifadelerle daha yüksek puanlar verme eğiliminde olduklarını belirtmektedir.

Araştırma grubunda kadın katılımcıların daha fazla olması da bu sonuçları değerlendirirken göz önünde bulundurulmalıdır. Ebeveynlik araştırmalarında genellikle annelerin daha çok gönüllü olması, çocukla ilgili süreçlere daha fazla katılım göstermeleri ve bu süreçlere daha çok zihinsel emek harcamalarıyla ilişkili olabilir (Craig ve Mullan, 2011). Bu durum, annelerin ebeveyn-çocuk ilişkisini daha merkezde bir konu olarak görmelerine neden olabilir; ancak bu, bulguların nedeni değil, sadece açıklanmasına katkı sağlayan bir durumdur.

Araştırma bulguları, annelerin çocuklarıyla kurdukları ilişkide duygusal yakınlık ve sözel etkileşimin daha belirgin olduğunu ortaya koyan önceki çalışmalarla paralellik göstermektedir (Bornstein, 2002; Paquette, 2004). Bununla birlikte, bazı araştırmalar ebeveyn-çocuk ilişkisinin niteliğinin cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaşmadığını ya da babaların ilişkiyi daha çok oyun, fiziksel etkileşim ve çocuğun özerkliğini destekleme üzerinden yapılandırdıklarını göstermektedir (Deleş ve Kaytez, 2020). Bu farklı bulgular, ebeveyn-çocuk ilişkisinin yalnızca ebeveynin cinsiyeti üzerinden açıklanamayacağını düşündürmektedir. İlişkinin hangi boyutunun ölçüldüğü (duygusal yakınlık, disiplin, oyun etkileşimi vb.) ve kullanılan ölçme aracının yapısal özellikleri, elde edilen sonuçları belirleyici biçimde etkileyebilmektedir. Dolayısıyla ebeveyn-çocuk ilişki kalitesine ilişkin değerlendirmelerde, cinsiyet değişkeninin yanı sıra ölçülen ilişkinin doğası ve ölçme yaklaşımı da dikkate alınmalıdır.

Olumsuz ebeveyn-çocuk ilişkisi (çatışma) puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermemesi, çatışma örüntülerinin yalnızca annelik ya da babalık rolüyle açıklanamayacağını düşündürmektedir. Nitekim alanyazında, ebeveyn-çocuk çatışmalarının çocuğun gelişimsel özellikleri, mizacı ve aile içi etkileşim dinamikleri gibi daha yapısal değişkenlerle ilişkili olduğu vurgulanmaktadır (Durmuşoğlu vd., 2024; Aydoğdu ve Dilekmen, 2016). Özellikle 4-6 yaş döneminde çocukların özerklik kazanma

çabalarının artması, sınır koyma ve bağımsızlık talepleriyle birlikte çatışma olasılığını doğal olarak yükseltebilmektedir (Yılmaz, 2020).

Her ne kadar annelerin çocuklarıyla daha sıcak ve yakın etkileşim kurdukları sıklıkla belirtilse de, bakım sorumluluğunun ve disiplin uygulamalarının yoğunluğu nedeniyle çatışma deneyimlerinin babalarla benzer düzeyde ortaya çıkması mümkündür. Bu durum, olumlu ilişki boyutunun yüksek olmasının çatışmanın tamamen ortadan kalktığı anlamına gelmediğini göstermektedir. Özellikle annelerin ebeveynlik rolünü daha yoğun ve çok boyutlu biçimde deneyimlemeleri, hem yakınlık hem de çatışma boyutlarını birlikte yaşamalarına yol açabilmektedir.

Yaş Değişkenine İlişkin Tartışma ve Yorum

Bu araştırmada ebeveynlerin yaş gruplarına göre doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>.05$). Bu bulgu, ebeveyn yaşının tek başına ele alındığında ne doğaya bağlılıkla ilişkili yeterlilik algısını ne de ebeveynlik stresi ve ilişki kalitesini açıklayan güçlü bir ayırt edici değişken olmadığını göstermektedir. Benzer şekilde Aydoğdu ve Dilekmen (2016) de ebeveyn tutumlarının yaşa göre anlamlı biçimde değişmediğini bildirmiştir.

Bununla birlikte, betimsel ortalamalar bazı eğilimlere işaret etmektedir. 20–30 yaş grubunda doğaya bağlılık öz yeterliliği ve doğaya erişim/durumsal engelleri aşma puanları görece daha yüksek; 41 yaş ve üzeri grupta ise daha düşüktür. Öz yeterlilik kuramı, bireylerin deneyim yoluyla yeterlilik algılarını güçlendirebileceğini öne sürse de (Bandura, 1997), mevcut farklılıklar istatistiksel olarak anlamlı olmadığından kesin bir yaş etkisi olarak yorumlanmamalıdır.

Ebeveynlik stresi açısından da yaş grupları arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Ancak 31–40 yaş grubunda stres ortalamalarının görece daha yüksek olması, bu dönemin iş ve aile sorumluluklarının yoğunlaştığı bir yaşam evresi olmasıyla ilişkili olabilir (Nomaguchi ve Milkie, 2020). Bununla birlikte, ebeveynlik stresinin çok boyutlu bir yapı olduğu ve ekonomik, psikolojik ve ilişkisel pek çok değişkenin etkileşimiyle şekillendiği dikkate alındığında (Abidin, 1992; Deater-Deckard, 2004), yaşın tek başına belirleyici olmaması beklenen bir durumdur.

Ebeveyn–çocuk ilişki kalitesi açısından da yaş grupları arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır. Bu durum, ilişki niteliğinin ebeveynin yaşından çok; ebeveynlik tutumları, duygusal düzenleme biçimi, ebeveynlik stresi ve çocuğun gelişimsel özellikleri gibi faktörlerle ilişkili olabileceğini düşündürmektedir (Durmuşoğlu vd., 2024). Nitekim Belsky'nin (1984) ebeveynlik belirleyicileri modelinde, ebeveynlik davranışlarının çoğunlukla demografik değişkenlerden ziyade ebeveynin bireysel özellikleri, çocuğun özellikleri ve çevresel koşullar tarafından şekillendiği vurgulanmaktadır.

Genel olarak değerlendirildiğinde, ebeveyn yaşının tek başına belirleyici bir değişken olmadığı; daha çok sosyoekonomik koşullar, sosyal destek ve çocuğa ilişkin özelliklerle birlikte ele alındığında anlamlı hale gelebileceği söylenebilir. Bu bulgu, yaşın doğrudan değil, bağlamsal faktörler aracılığıyla dolaylı bir rol oynayabileceğini ileri süren çalışmalarla örtüşmektedir (Belsky, 1984; Deater-Deckard, 2004; Aydoğdu ve Dilekmen, 2016).

Eğitim Durumu Değişkenine İlişkin Tartışma ve Yorum

Bu araştırmada ebeveynlerin eğitim durumuna göre doğaya bağlılık öz yeterlilik puanlarının anlamlı biçimde farklılaştığı belirlenmiştir. En düşük ortalama ilkökul–ortaokul mezunu ebeveynlerde, en yüksek ortalamalar ise önlisans ve lisans mezunu gruplarda görülmüştür. Benzer biçimde doğaya erişim alt boyutunda da eğitim düzeyine bağlı anlamlı farklılıklar saptanmış; önlisans ve lisans mezunu ebeveynlerin puanlarının ilkökul–ortaokul mezunlarına göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kişisel engelleri aşma boyutunda da eğitim düzeyi belirleyici olmuş ve önlisans grubunun puanlarının ilkökul–ortaokul grubundan anlamlı biçimde yüksek olduğu görülmüştür. Buna karşılık ebeveynlik stresi (toplam ve alt boyutlar) ile ebeveyn–çocuk ilişki kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutlarında eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Eğitim düzeyinin özellikle doğaya bağlılık öz yeterliliği ve doğaya erişim boyutunda anlamlı farklılık yaratması, eğitim arttıkça bilgiye erişim, planlama ve günlük yaşamı organize etme becerilerinin gelişmesiyle açıklanabilir. Eğitim düzeyi yüksek ebeveynlerin çevresel olanakları araştırma, değerlendirme ve kullanma konusunda daha bilinçli ve sistemli davranabildikleri düşünülebilir (Aydoğdu ve Dilekmen, 2016). Ayrıca çevresel farkındalık düzeyinin artmasının doğayla temas ve çevreye yönelik davranışları

güçlendirdiği alanyazında da vurgulanmaktadır (Hines vd., 1987; Kollmuss ve Agyeman, 2002; Gömülütaş, 2024).

Kişisel engelleri aşma boyutundaki farklılaşma da benzer biçimde değerlendirilebilir. Eğitim düzeyi yükseldikçe problem çözme, öz-düzenleme ve alternatif üretme gibi bilişsel süreçlerin daha etkin kullanılabilmesi; zaman yönetimi veya motivasyon eksikliği gibi bireysel engellerin daha işlevsel biçimde yönetilmesini kolaylaştırabilir. Ayrıca eğitim, bireyin genel öz yeterlilik algısını güçlendirebilen bir faktör olduğundan (Bandura, 1997), doğayla temas kurma konusunda “yapabilirim” inancını destekleyici bir rol üstlenmiş olabilir. Nitekim doğaya bağlılığın doğa temelli etkinliklere katılım motivasyonunu anlamlı biçimde yordadığı bildirilmektedir (Çınar ve Duran, 2021).

Buna karşılık ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin eğitim düzeyine göre farklılaşmaması, bu yapıların daha çok çok boyutlu ve ilişkiyel süreçlerle şekillendiğini düşündürmektedir. Ebeveynlik stresi; çocuğun özellikleri, aile içi rol paylaşımı, sosyal destek ve ebeveynin duygusal düzenleme becerileri gibi birçok etmenin etkileşimiyle oluşmaktadır (Abidin, 1992; Deater-Deckard, 2004). Benzer şekilde ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi de yalnızca eğitim düzeyine bağlı olmayıp, ebeveynlik tutumları ve aile içi etkileşim örüntüleriyle daha yakından ilişkilidir. Nitekim Durmuşoğlu ve diğerleri (2024) de eğitim düzeyinin ilişki niteliği üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmadığını bildirmiştir.

Genel olarak değerlendirildiğinde, eğitim düzeyinin doğaya bağlılık öz yeterliliği açısından ayırt edici bir değişken olduğu; ancak ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi üzerinde tek başına belirleyici bir rol oynamadığı söylenebilir. Bu bulgular, eğitim düzeyinin çevresel farkındalık ve doğayla temasla ilişkili olduğunu ortaya koyan çalışmalarla (Hines vd., 1987; Kollmuss ve Agyeman, 2002) uyumlu olmakla birlikte, ebeveynlik çıktılarının daha çok bağlamsal ve psikososyal süreçler tarafından belirlendiğini vurgulayan yaklaşımlarla da örtüşmektedir (Abidin, 1992; Deater-Deckard, 2004; Karakoç Demirkaya ve Abalı, 2012).

Çalışma Durumu Değişkenine İlişkin Tartışma ve Yorum

Bu araştırmada ebeveynlerin çalışma durumuna göre doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Etki büyüklüklerinin de genel olarak çok küçük/küçük düzeyde kalması, çalışma durumunun tek başına ebeveynlerin doğayla ilişkili yeterlilik algıları ve ebeveynlik deneyimlerini ayırt eden güçlü bir değişken olmadığını göstermektedir.

Çalışma durumuna bağlı farklılıkların ortaya çıkmaması, ebeveynlik deneyiminin “çalışıyor olmak” gibi ikili bir statüden ziyade; işin niteliği, esneklik düzeyi, gelir, bakım olanakları, sosyal destek ve aile içi iş bölümü gibi bağlamsal değişkenlerle şekillenmesiyle ilişkili olabilir. Bu bağlamda rol gerilimi yaklaşımı ile rol zenginleşmesi yaklaşımının aynı örneklem içinde birlikte işleme olası görünmektedir (Uzunkoca, 2023). Birden fazla role eş zamanlı yanıt verme gerekliliği zaman ve enerji baskısı yaratabilmektedir (Goode, 1960); iş-aile çatışması literatürü bu baskının zaman yetersizliği ve duygusal gerilim üzerinden ortaya çıkabildiğini göstermektedir (Greenhaus ve Beutell, 1985; Çatal, 2024). Bununla birlikte çalışma yaşamının ekonomik güvence sağlaması, sosyal kaynakları artırması ve öz-değer duygusunu desteklemesi yoluyla ebeveynlik rolünü güçlendirebildiği de vurgulanmaktadır (Barnett ve Hyde, 2001; Greenhaus ve Powell, 2006; Altınay, 2012). Dolayısıyla çalışma yaşamının hem zorlayıcı hem destekleyici yönlerinin eş zamanlı etkisi, çalışan ve çalışmayan ebeveynler arasında benzer sonuçların ortaya çıkmasını açıklayabilir. Ancak bu yorumlar nedensel çıkarım olarak değil, olası açıklamalar olarak değerlendirilmelidir.

Doğaya bağlılık öz yeterliliği açısından anlamlı fark bulunmaması, doğayla etkileşimin yalnızca boş zaman miktarıyla açıklanamayacağını düşündürmektedir. Doğa temelli etkinliklere katılımın; çevredeki yeşil alanların erişilebilirliği, ulaşım olanakları, günlük rutinlerin örgütlenişi ve aile içi zaman planlaması gibi faktörlerle ilişkili olabileceği söylenebilir. Çalışmayan ebeveynler zaman esnekliği sayesinde avantajlı görünse de, çalışan ebeveynlerin sınırlı zamanı daha planlı kullanarak benzer düzeyde deneyimler oluşturabilmeleri mümkündür (Haktanır vd., 1998; Beşiktaş, 2023). Nitekim ebeveynlerin zaman algısının, geçirilen sürenin niceliğinden ziyade deneyimlenen yeterlilik ve doyumla ilişkili olduğu belirtilmektedir (Milkie vd., 2004). Bu durum,

çalışma statüsünün doğrudan değil, zamanın algılanışı ve kullanım biçimi üzerinden dolaylı etkiler üretebileceğine işaret etmektedir.

İstatistiksel olarak anlamlı olmasa da, ortalamalar olumlu ebeveyn-çocuk ilişkilerinin çalışmayan ebeveynlerde; olumsuz ilişki (çatışma) puanlarının ise çalışan ebeveynlerde görece daha yüksek olma eğilimi gösterdiğini düşündürmektedir. Ancak bu farklılıkların etki büyüklükleri düşüktür. Bu bulgu, aile ilişkilerinin çalışma statüsünden ziyade işin talepleri, iş-aile etkileşimi ve rol dengesi süreçleri üzerinden şekillendiğini ortaya koyan çalışmalarla uyumludur (Demerouti vd., 2005; Karakoç Demirkaya ve Abalı, 2012; Nomaguchi ve Milkie, 2020).

Toplam Çocuk Sayısı Değişkenine İlişkin Tartışma ve Yorum

Bu araştırmada ebeveynlerin sahip oldukları çocuk sayısına göre doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin farklılaşp farklılaşmadığı incelenmiştir. Bulgular, doğaya bağlılık öz yeterlilik toplam puanlarının çocuk sayısına göre anlamlı biçimde değişmediğini göstermektedir. Bununla birlikte, ortalamalar tek çocuklu ebeveynlerde görece daha yüksek, üç ve daha fazla çocuğa sahip ebeveynlerde ise daha düşük bir eğilime işaret etmektedir. Bu durum, çocuk sayısının doğaya yönelik yeterlilik algısını doğrudan belirlemediğini; ancak artan çocuk sayısı ile birlikte zaman, enerji ve organizasyon gereksinimlerinin artmasının doğa temelli etkinlikleri sürdürmeyi zorlaştırabileceğini düşündürmektedir (Aydoğdu ve Dilekmen, 2016).

Çocuk sayısına göre anlamlı farklılık yalnızca “doğaya erişim” alt boyutunda saptanmıştır. Tek çocuk sahibi ebeveynlerin doğaya erişim puanlarının, üç ve daha fazla çocuğu olan ebeveynlerden anlamlı düzeyde yüksek olması, artan çocuk sayısının planlama, ulaşım ve güvenlik gibi pratik süreçleri karmaşıkleştirmasıyla açıklanabilir. Çok çocuklu ailelerde çocukların farklı ihtiyaçlarının eş zamanlı karşılanması ve dış mekân etkinliklerinin organize edilmesi daha fazla koordinasyon gerektirebilir. Nitekim alanyazında da çok çocuklu ailelerin dış mekân etkinliklerine katılımında daha fazla sınırlılık yaşayabildiği belirtilmektedir (Lawson ve Mace, 2010; Aydoğdu ve Dilekmen, 2016). Bu bağlamda, doğaya erişimdeki azalma ebeveynin tutumundan ziyade günlük yaşamın artan planlama yüküyle ilişkili görünmektedir (Nomaguchi ve Milkie, 2020).

Buna karşılık, doğa hakkında iletişim alt boyutunda çocuk sayısına bağlı anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu bulgu, ebeveynlerin çocuklarıyla doğa üzerine konuşma ve meraklarını destekleme davranışlarını çocuk sayısından bağımsız biçimde sürdürebildiklerini göstermektedir. Doğa hakkında iletişim kurmanın, fiziksel etkinlik planlamaya kıyasla daha düşük lojistik ve zaman maliyeti gerektirmesi bu sonucu açıklayabilir.

Ebeveynlik stresi ile ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin (olumlu ve olumsuz boyutlar) çocuk sayısına göre anlamlı biçimde farklılaşmaması da dikkat çekicidir. Her ne kadar çocuk sayısının artması bakım yükünü artıracak bir unsur olarak görülse de, stresin doğrusal biçimde artmadığı anlaşılmaktadır. Çok çocuklu ailelerde kardeş etkileşiminin destekleyici rolü ve ebeveynlerin deneyim kazanması gibi koruyucu faktörler bu durumu açıklayabilir (Yeşil vd., 2018). Ayrıca ebeveynlik stresinin; çocuğun mizaç özellikleri, sosyal destek, ekonomik koşullar ve ebeveynin psikolojik kaynakları gibi çok sayıda değişkenin etkileşimiyle oluştuğu göz önüne alındığında (Abidin, 1992; Deater-Deckard, 2004; Rusu vd., 2025), çocuk sayısının tek başına belirleyici olmaması beklenen bir durumdur.

Genel olarak değerlendirildiğinde, çocuk sayısı ebeveynlerin doğaya yönelik genel yeterlilik algısını ve ilişki kalitesini belirgin biçimde değiştirmemekte; ancak özellikle doğaya fiziksel erişim boyutunda pratik zorluklar yaratabilmektedir. Bu bulgu, doğa temelli aile programlarının planlanmasında çok çocuklu aileler için erişilebilirlik, ulaşım kolaylığı ve güvenli mekân düzenlemelerinin önemine işaret etmektedir.

Ailenin Gelir Durumu Değişkenine İlişkin Tartışma ve Yorum

Bu araştırmada ebeveynlerin gelir durumuna (düşük-orta-yüksek) göre doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi puanlarının farklılaşp farklılaşmadığı incelenmiştir. Bulgular, gelir düzeyi arttıkça doğaya bağlılık öz yeterlilik toplam puanlarının anlamlı biçimde yükseldiğini göstermektedir. Benzer biçimde doğaya erişim, kişisel engelleri aşma ve durumsal engelleri aşma alt boyutlarında da gelir grupları arasında anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Buna karşılık doğa hakkında iletişim boyutunda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu sonuçlar, gelirin doğayla ilişkiyi özellikle fiziksel erişim ve koşullar üzerinden

etkilediğini; ancak doğa hakkında konuşma ve farkındalık oluşturma gibi görece düşük maliyetli süreçlerde belirleyici rolünün daha sınırlı kaldığını düşündürmektedir.

Gelir düzeyine bağlı olarak özellikle doğaya erişim ve engelleri aşma boyutlarında görülen farklılıklar, fırsat eşitsizlikleri çerçevesinde değerlendirilebilir. Yüksek gelirli ailelerin güvenli ve nitelikli yeşil alanlara daha kolay ulaşabilmesi, ulaşım ve materyal olanakları açısından daha az sınırlılık yaşaması ve yaşadıkları çevrelerin fiziksel koşullarının daha elverişli olması doğayla etkileşimi kolaylaştırabilir. Alanyazında da yeşil alanlara erişimin sosyoekonomik düzeye göre farklılaştığı ve bu durumun çevresel adalet bağlamında ele alındığı vurgulanmaktadır (Rigolon, 2016; Wolch vd., 2014; Akpınar, 2019). Bu yönüyle bulgular, kentlerde yeşil alanlara erişimde gelir temelli eşitsizliklere dikkat çeken çalışmalarla örtüşmektedir.

Doğa hakkında iletişim boyutunda anlamlı farklılık bulunmaması ise dikkat çekicidir. Bu durum, doğa hakkında konuşma ve çocuğun doğaya yönelik merakını destekleme davranışlarının fiziksel erişime kıyasla daha erişilebilir ve düşük maliyetli olmasıyla açıklanabilir. Aileler doğada düzenli zaman geçiremese dahi günlük yaşamın farklı bağlamlarında doğa hakkında konuşarak çocuklarına değer ve anlam aktarabilmektedir. Çocuğun doğa algısının yalnızca fiziksel temas sıklığıyla değil, ebeveynin sunduğu anlamlandırma süreciyle de şekillendiğini vurgulayan yaklaşımlar bu yorumu desteklemektedir (Öngen ve Ersay, 2023).

Buna karşılık ebeveynlik stresi toplam puanı ve çoğu alt boyutunun gelir düzeyine göre anlamlı biçimde farklılaşmaması, stresin çok boyutlu yapısıyla ilişkilendirilebilir. Ekonomik güçlüklerin aile yaşamı üzerinde baskı oluşturabildiği ve uzun süreli stres yükü yaratabildiği bilinmekle birlikte (Conger ve Donnellan, 2007; Evans ve Kim, 2012; Karakoç Demirkaya ve Abalı, 2012), ebeveynlik stresi yalnızca ekonomik koşullarla açıklanamaz. Çocuğun özellikleri, aile içi destek, ebeveynin psikolojik kaynakları ve baş etme biçimleri gibi pek çok değişken bu süreci birlikte belirlemektedir (Abidin, 1992; Deater-Deckard, 2004; Aydoğdu ve Dilekmen, 2016). Ayrıca düşük ve yüksek gelir gruplarındaki katılımcı sayılarının görece sınırlı olması da olası farkların istatistiksel olarak ortaya çıkmasını zorlaştırmış olabilir.

Genel olarak değerlendirildiğinde, gelir düzeyi doğaya bağlılık öz yeterliliği içinde özellikle erişim ve engelleri aşma gibi olanak gerektiren boyutlarda belirleyici

görünmektedir. Buna karşılık ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi, çoklu bağlamsal ve psikososyal süreçlerin etkileşimiyle şekillenmekte ve gelir düzeyi tek başına ayırt edici bir rol oynamamaktadır (Durmuşoğlu vd., 2024).



BÖLÜM VI

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırmadan elde edilen bulgulara dayalı olarak ulaşılan sonuçlar ve bu sonuçlardan hareketle geliştirilen önerilere yer verilmiştir.

6.1. Sonuçlar

Araştırmanın bu bölümünde, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi arasındaki ilişkiler incelenmiş, araştırma bulgularından yola çıkarak elde edilen sonuçlar sırası ile sunulmuştur.

6.1.1. Araştırmanın Birinci Alt Problemine İlişkin Sonuçlar

Araştırmanın birinci alt problemi, “Ebeveynlerin doğaya bağlılık öz-yeterlilik düzeyleri (doğaya erişim, doğa hakkında iletişim kurma, kişisel engellerin üstesinden gelme, durumsal engellerin üstesinden gelme), ebeveynlik stresi (ebeveyn ödülleri, ebeveyn stresörleri, kontrol eksikliği, ebeveyn memnuniyeti) ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin (olumlu ve olumsuz ilişki) genel düzeyleri nasıldır?” şeklinde belirlenmiştir. Bu alt problem kapsamında elde edilen sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

Araştırma sonuçlarına göre, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeylerinin orta düzeyde olduğu belirlenmiştir. Doğaya bağlılık öz yeterliliğinin doğaya erişim, doğa hakkında iletişim, kişisel engelleri aşma ve durumsal engelleri aşma alt boyutlarında da ebeveynlerin orta düzeyde öz yeterlilik algısına sahip oldukları saptanmıştır.

Ebeveynlik stresi düzeyleri incelendiğinde, ebeveynlerin genel olarak düşük düzeyde ebeveynlik stresi yaşadıkları belirlenmiştir. Ebeveynlik stresinin alt boyutları değerlendirildiğinde, ebeveynlik stresörleri alt boyutunda düşük-orta düzeyde, ebeveynlik ödülleri ve ebeveynlik memnuniyeti alt boyutlarında ise yüksek düzeyde puanlar elde edildiği saptanmıştır. Kontrol eksikliği alt boyutunda ebeveynlerin düşük düzeyde puanlara sahip oldukları belirlenmiştir.

Ebeveyn-çocuk ilişki kalitesine ilişkin sonuçlar incelendiğinde, ebeveyn-çocuk ilişkisinin olumlu boyutunun yüksek, olumsuz boyutunun ise orta düzeyde olduğu saptanmıştır.

6.1.2. Araştırmanın İkinci ve Üçüncü Alt Problemine İlişkin Sonuçlar

Araştırmanın ikinci ve üçüncü alt problemleri, “Ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri ile ebeveynlik stresi ve alt boyutları, ebeveyn–çocuk ilişki kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” şeklinde belirlenmiştir. Bu alt problemler kapsamında elde edilen sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

Araştırma sonuçlarına göre, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri ile ebeveynlik stresi arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Doğaya bağlılık öz yeterliliğinin doğaya erişim, doğa hakkında iletişim, kişisel engelleri aşma ve durumsal engelleri aşma alt boyutları ile ebeveynlik stresi arasında da negatif yönlü ve anlamlı ilişkiler saptanmıştır.

Ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri ile ebeveyn–çocuk ilişki kalitesinin olumlu boyutu arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunduğu belirlenmiştir. Buna karşılık, ebeveynlik stresi ile olumlu ebeveyn–çocuk ilişkileri arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Olumsuz ebeveyn–çocuk ilişkileri ile doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyi arasında pozitif yönlü ancak düşük düzeyde olmakla birlikte istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunduğu belirlenmiştir. Ebeveynlik stresi ve ebeveynlik stresörleri ile olumsuz ebeveyn–çocuk ilişkileri arasında ise pozitif yönlü ve anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır.

6.1.3. Araştırmanın Dördüncü ve Beşinci Alt Problemine İlişkin Sonuçlar

Araştırmanın dördüncü ve beşinci alt problemleri, “Ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri, ebeveynlik stresi ve alt boyutlarını ile ebeveyn–çocuk ilişki kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutlarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?” şeklinde belirlenmiştir. Bu alt problemler kapsamında elde edilen sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

Araştırma sonuçlarına göre, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeylerinin ebeveynlik stresini anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir. Doğaya bağlılık öz yeterlilik alt boyutlarının birlikte ele alındığı analizlerde, kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu; alt boyutlar incelendiğinde ise yalnızca doğaya erişim alt boyutunun ebeveynlik stresini anlamlı düzeyde yordadığı, diğer alt boyutların ebeveynlik stresini yordamada anlamlı bir katkı sunmadığı saptanmıştır.

Ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeylerinin olumlu ebeveyn-çocuk ilişkilerini anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir. Doğaya bağlılık öz yeterlilik alt boyutlarının birlikte ele alındığı analizlerde kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu; alt boyutlar düzeyinde yalnızca doğa hakkında iletişim alt boyutunun olumlu ebeveyn-çocuk ilişkilerini anlamlı düzeyde yordadığı, diğer alt boyutların yordayıcı etkilerinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Araştırma sonuçları, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeylerinin olumsuz ebeveyn-çocuk ilişkilerini anlamlı istatistiksel olarak anlamlı ancak sınırlı düzeyde yordadığını ortaya koymaktadır. Buna karşılık, doğaya bağlılık öz yeterlilik alt boyutlarının birlikte ele alındığı analizlerde kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ve alt boyutların hiçbirinin olumsuz ebeveyn-çocuk ilişkilerini anlamlı düzeyde yordamadığı saptanmıştır.

6.1.4. Araştırmanın Altıncı Alt Problemine İlişkin Sonuçlar

Araştırmanın altıncı alt problemi, “Ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesi düzeyleri; cinsiyet, yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, çocuk sayısı ve ailenin gelir durumuna göre anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde belirlenmiştir. Bu alt problem kapsamında elde edilen sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

Araştırma sonuçlarına göre, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutlarının cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde; doğaya bağlılık öz yeterlilik ve ebeveynlik stresi düzeylerinin anlamlı biçimde farklılaşmadığı, ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin ise yalnızca olumlu boyutunda cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunduğu, olumsuz boyutunda ise anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir.

Ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutlarının yaş değişkenine göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı saptanmıştır.

Araştırma sonuçları, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri, ebeveynlik stresi ve ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutlarının çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediğini ortaya koymuştur.

Ebeveynlerin eğitim durumuna göre, doğaya bağlılık öz yeterlilik toplam puanlarının anlamlı biçimde farklılaştığı belirlenmiştir. Doğaya bağlılık öz yeterliliğinin doğaya erişim ve kişisel engelleri aşma alt boyutlarında eğitim durumuna göre anlamlı farklılıklar olduğu saptanmıştır. Buna karşılık, doğa hakkında iletişim ve durumsal engelleri aşma alt boyutlarında eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ebeveynlik stresi ve ebeveyn–çocuk ilişki kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutlarının eğitim durumuna göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Toplam çocuk sayısı değişkenine göre, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik toplam puanlarının, ebeveynlik stresi ve ebeveyn–çocuk ilişki kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutlarının anlamlı biçimde farklılaşmadığı saptanmıştır. Buna karşın, doğaya bağlılık öz yeterliliğinin doğaya erişim alt boyutunda toplam çocuk sayısına göre anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir.

Araştırma sonuçları, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik toplam puanlarının ailenin gelir durumuna göre anlamlı biçimde farklılaştığını göstermektedir. Doğaya bağlılık öz yeterliliğinin doğaya erişim, kişisel engelleri aşma ve durumsal engelleri aşma alt boyutlarında ailenin gelir durumuna göre anlamlı farklılıklar olduğu saptanmıştır. Buna karşılık, doğa hakkında iletişim alt boyutunda ailenin gelir durumuna göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ebeveynlik stresi ve ebeveyn–çocuk ilişki kalitesinin olumlu ve olumsuz boyutlarının ailenin gelir durumuna göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı belirlenmiştir.

6.2. Öneriler

Bu bölümde, araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda, ebeveynlerin doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyleri, ebeveynlik stresi ve ebeveyn–çocuk ilişki kalitesi arasındaki ilişkilere yönelik olarak araştırmacılara ve uygulayıcılara yönelik önerilere yer verilmiştir.

6.2.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler

1. Bu araştırmada değişkenler arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ancak bu ilişkilerin yönünü daha net ortaya koyabilmek için ileride yapılacak çalışmalarda boylamsal ya da deneysel araştırmalar yapılabilir.

2. Araştırmada doğaya bağlılık öz yeterliliğinin özellikle doğaya erişim ve doğa hakkında iletişim boyutlarının öne çıktığı görülmüştür. Gelecek çalışmalarda bu alt boyutların ebeveynlik sürecini nasıl etkilediği daha ayrıntılı biçimde incelenebilir.

3. Ebeveyn-çocuk ilişkisinin olumsuz boyutlarının doğaya bağlılık öz yeterlilik alt boyutları tarafından sınırlı düzeyde açıklandığı görülmüştür. Bu nedenle ilerleyen araştırmalarda ebeveynin psikolojik iyi oluşu, sosyal destek düzeyi ve ebeveynlik tutumları gibi farklı değişkenler de modele eklenebilir.

4. Doğaya bağlılık öz yeterlilik kavramını daha kapsamlı değerlendirebilmek amacıyla, özellikle okul öncesi döneme yönelik yeni ölçme araçları geliştirilebilir ya da mevcut ölçekler farklı örneklemelerde yeniden test edilebilir.

5. Ebeveynlik stresi çok boyutlu bir yapıdır ve zaman içinde çocukları etkileyen faktörler değişmektedir. Bu nedenle ebeveynlik stresi alt boyutlarının günümüz koşullarına göre yeniden ele alınması ve gerekirse güncellenmesi önerilebilir.

6. Bu araştırma nicel yöntemle yürütülmüştür. Gelecek çalışmalarda ebeveynlerin doğayla kurdukları ilişkiyi daha ayrıntılı anlayabilmek için nitel ya da karma yöntemler kullanılabilir.

7. Araştırma belirli bir bölgeyle sınırlıdır. Farklı bölgelerde, özellikle kentsel ve kırsal alanlarda yapılacak çalışmalar bulguların genellenebilirliğini artırabilir.

6.2.2. Uygulayıcılara (Eğitimcilere ve Uzmanlara) Yönelik Öneriler

1. Araştırma sonuçları, doğaya bağlılık öz yeterlilik düzeyinin ebeveynlik stresi ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda aile danışmanlığı ve rehberlik hizmetlerinde doğayla etkileşimi destekleyen uygulamalara yer verilebilir.

2. Ebeveyn-çocuk ilişkisinin olumlu boyutu ile doğaya bağlılık öz yeterlilik arasında ilişki bulunması dikkate alınarak, ebeveynlerin çocuklarıyla birlikte katılabilecekleri doğa temelli etkinlikler planlanabilir.

3. Gelir ve eğitim düzeyine göre farklılıklar görülmesi nedeniyle, özellikle düşük gelir ve eğitim düzeyine sahip aileler için doğaya erişimi kolaylaştıran destekleyici uygulamalar geliştirilebilir.

4. Ebeveynlerin çocuklarıyla doğa hakkında daha fazla iletişim kurmalarını desteklemek amacıyla bilgilendirici seminerler ve rehber materyaller hazırlanabilir.

5. Okul öncesi eğitim kurumlarında görev yapan öğretmenler ve psikolojik danışmanlar, ailelerle iş birliği yaparak doğa temelli etkinlikleri artırabilir ve ebeveyn-çocuk etkileşimini destekleyici çalışmalar planlayabilir.



KAYNAKÇA

- Abidin, R. R. (1990). Introduction to the special issue: The stresses of parenting. *Journal of Clinical Child Psychology*, 19(4), 298-301. https://doi.org/10.1207/s15327124jccp1904_1
- Abidin, R. R. (1992). The determinants of parenting behavior. *Journal of Clinical Child Psychology*, 21(4), 407-412.
- Adams, S., & Savahl, S. (2017). Nature as children's space: A systematic review. *The Journal of Environmental Education*, 48(5), 291-321. <https://doi.org/10.1080/00958964.2017.1366160>
- Ainsworth, M. D. S. (1979). Infant-mother attachment. *American Psychologist*, 34(10), 932-937. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.34.10.932>
- Akay, O. (2025). Anne baba stres ölçeği'nin türkçe uyarlaması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Toplumsal Politika Dergisi*, 6(1), 35-52.
- Akbaş, B., ve Durmuşoğlu, M. C. (2024). Doğaya Bağlılık Eğilimi Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 61, 2232-2257. <https://doi.org/10.53444/deubefd.1455914>
- Akgün, E. ve Yeşilyaprak, B. (2010). Çocuk anababa ilişki ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13(24), 44-53. <https://izlik.org/JA45UZ75AJ>
- Akpınar, A. (2019). Kentsel yeşil alanların kalitesinin insan sağlığı ve fiziksel aktivitesi üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Artvin Çoruh Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi*, 20(1), 36-46.
- Aksu, H. S. (2024). Açık alan rekreasyonunun psikolojik, sosyal ve fiziksel iyi oluş üzerindeki çok boyutlu etkileri. *Journal of Management, Tourism and Foresight*, 1(1), 63-89.
- Aktaş Arnas, Y., & Sarıbaş Deniz, Şule. (2020). An investigation of pre-school children's and their parents' outdoor play experiences. *Pegem Journal of Education and Instruction*, 10(2), 373-398. <https://doi.org/10.14527/pegegog.2020.013>
- Altınay, D. (2012). *Çalışan ve çalışmayan annelerin başa çıkma tutumları ve çocuk*

yetiştirme tutumları arasındaki farklılıkların incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Aota, Y., Tsuchiya, K., Endo, S., & Soga, M. (2025). High vulnerability of children's wildlife-oriented outdoor activities to urbanization and digital media use. *Landscape and Urban Planning*, 262, 105408. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2025.105408>

Apaydın, B. (2024). *Ebeveyn stresi, ebeveyn tutumları ve ebeveyn çocuk iletişimi arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Ardoın, N. M., Bowers, A. W., & Gaillard, E. (2020). Environmental education outcomes for conservation: A systematic review. *Biological Conservation*, 241, 108224.

Arı Ersan, B., ve Şeker, F. (2025). Türkiye'de okul öncesi eğitimde doğa temelli uygulamalar üzerine yapılmış araştırmaların sistematik derlemesi. *Asya Studies*, 9(34), 63-84. <https://doi.org/10.31455/asya.1771846>

Aslan Gördesli, M., ve Aydın Sünbül, Z. (2021). The psychometric properties of Parental Stress Scale-Turkish form. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 11(61), 199-213. <http://turkpdrdergisi.com/index.php/pdr/article/view/934>

Aydoğdu, F., ve Dilekmen, M. (2016). Ebeveyn tutumlarının çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2).

Aytaç, B., Çen, S., ve Yüceol, G. P. (2018). Ebeveyn-çocuk ilişkisi ölçeği'nin türkçe uyarlaması: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 25(3), 209-218.

Bağcı Çetin, B. (2023). Annelerin Algıladıkları Sosyal Destek ile Ebeveynlik Stres Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(1), 1-14. <https://doi.org/10.52826/mcbuefd.1167056>

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman and Company.

- Barnes, C., Harvey, C., Holland, F., & Wall, S. (2021). Development and testing of the Nature Connectedness Parental Self-Efficacy (NCPSE) scale. *Urban Forestry & Urban Greening*, 65, 127343. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2021.127343>
- Barnett, R. C., & Hyde, J. S. (2001). Women, men, work, and family: An expansionist theory. *American Psychologist*, 56(10), 781–796. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.10.781>
- Baumrind, D. (1967). Child care practices anteceding three patterns of preschool behavior. *Genetic Psychology Monographs*, 75(1), 43–88.
- Bayraktar, M. (2025). *Ebeveyn öz-şefkati ile olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi: ebeveyn bilinçli farkındalığı, ebeveyn özyeterliliği ve ebeveyn stresinin aracı rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Samsun.
- Bektaş, F., Kural, B., ve Orçan, F. (2017). Doğaya bağlılık ölçeğinin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(1), 77-86.
- Bell, C. N., St George, R., Honan, C., Bell, L. J., Jolly, A. T., & Matthews, A. (2025). The relationship between nature exposures and attention restoration, as moderated by exposure duration: A Systematic Review and Meta-analysis. *Journal of Environmental Psychology*, 102632. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2025.102632>
- Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child Development*, 55(1), 83-96. <https://doi.org/10.2307/1129836>.
- Berry, J. O., & Jones, M. E. (1995). The parental stress scale: Initial psychometric evidence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12(3), 463-472. <https://doi.org/10.1177/0265407595123009>
- Beşiktaş, T. (2023). Çalışan ebeveynlerin rekreasyonel etkinliklere katılımını engelleyen ve kolaylaştıran unsurların incelenmesi. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 6(3), 189-210.
- Bornstein, M.H. (Ed.). (2002). *Handbook of Parenting: Volume I: Children and Parenting* (2nd ed.). Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9781410612137>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.

- Bratman, G. N., Anderson, C. B., Berman, M. G., Cochran, B., De Vries, S., Flanders, J., ... & Daily, G. C. (2019). Nature and mental health: An ecosystem service perspective. *Science Advances*, 5(7), eaax0903. <https://doi.org/10.1126/sciadv.aax0903>
- Bratman, G. N., Hamilton, J. P., Hahn, K. S., Daily, G. C., & Gross, J. J. (2015). Nature experience reduces rumination and subgenual prefrontal cortex activation. *Proceedings of the National Academy of Sciences (PNAS)*, 112(28), 8567-8572. <https://doi.org/10.1073/pnas.1510459112>
- Bulut Öngen, M. ve Ersay, E. (2023). Ebeveynlerin doğa ilişkisi ile çocukların doğa anlayışının incelenmesi. *Dumlupınar Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 7(2), 98-121.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (23. baskı). Pegem Akademi.
- Cameron-Faulkner, T., Melville, J. & Gattis, M. (2018). Responding to nature: Natural environments improve parent-child communication. *Journal of Environmental Psychology*, 59, 9-15. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2018.08.008>
- Capaldi, C. A., Dopko, R. L., & Zelenski, J. M. (2014). The relationship between nature connectedness and happiness: A meta-analysis. *Frontiers in psychology*, 5, 92737. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00976>
- Celiloğlu, U. B. (2023). Erken çocukluk döneminde ekolojik sürdürülebilirlik eğitimi ve ekopedagoji. İçinde A. Akgün ve Ü. Duruk (Editörler), *Eğitim alanında güncel bilimsel araştırmalar-IV* (ss. 257-271). İksad Yayınevi.
- Chawla, L. (1998). Significant life experiences revisited: A review of research on sources of environmental sensitivity. *The Journal of Environmental Education*, 29(3), 11-21. <https://doi.org/10.1080/00958969809599114>
- Chawla, L. (2006). Learning to love the natural world enough to protect it. *Barn*, 2, 57-78. <https://doi.org/10.5324/barn.v24i2.4401>
- Chawla, L. (2020). Childhood nature connection and constructive hope: A review of research on connecting with nature and coping with environmental loss. *People and Nature*, 2(3), 619-642. <https://doi.org/10.1002/pan3.10128>
- Cheng, J. C. H. & Monroe, M. C. (2012). Connection to nature: Children's affective

- attitude toward nature. *Environment and Behavior*, 44(1), 31-49.
<https://doi.org/10.1177/0013916510385082>
- Clements, R. (2004). An Investigation of the Status of Outdoor Play. *Contemporary Issues in Early Childhood*, 5(1), 68-80. <https://doi.org/10.2304/ciec.2004.5.1.10>
- Coleman, P. K., & Karraker, K. H. (2000). Parenting self-efficacy among mothers of school-age children: Conceptualization, measurement, and correlates. *Family Relations*, 49(1), 13-24.
- Collado, S. & Staats, H. (2016). Contact with nature and children's restorative experiences: An eye to the future. *Frontiers in Psychology*, 7, Article 1885.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01885>
- Conger, R. D., & Donnellan, M. B. (2007). An interactionist perspective on the socioeconomic context of human development. *Annu. Rev. Psychol.*, 58(1), 175-199.
- Corazon, S. S., Sidenius, U., Poulsen, D. V., Gramkow, M. C., & Stigsdotter, U. K. (2019). Psycho-physiological stress recovery in outdoor nature-based interventions: A systematic review of the past eight years of research. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(10), 1711. <https://doi.org/10.3390/ijerph16101711>
- Coyl, D. D., Roggman, L. A., & Newland, L. A. (2002). Stress, maternal depression, and negative mother–infant interactions in relation to infant attachment. *Infant Mental Health Journal: Official Publication of The World Association for Infant Mental Health*, 23(1- 2), 145-163.
- Craig, L., & Mullan, K. (2011). How mothers and fathers share childcare: A cross-national time-use comparison. *American sociological review*, 76(6), 834-861.
<https://doi.org/10.1177/0003122411427673>
- Crnic, K. A., & Greenberg, M. T. (1990). Minor parenting stresses with young children. *Child Development*, 61(5), 1628-1637. <https://doi.org/10.2307/1130770>
- Crnic, K. A., & Low, C. (2002). Everyday stresses and parenting. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Vol. 5. Practical issues in parenting* (2nd ed., pp. 243–267). Lawrence Erlbaum Associates.
- Crnic, K. A., Gaze, C. & Hoffman, C. (2005). Cumulative parenting stress across the

- preschool period: Relations to maternal parenting and child behaviour at age 5. *Infant and Child Development*, 14(2), 117-132. <https://doi.org/10.1002/icd.384>
- Çakır, B., Karaarslan, G., Şahin, E. ve Ertepinar, H. (2015). Doğayla ilişki ölçeğinin Türkçe'ye adaptasyonu. *İlköğretim Online*, 14(4), 1370-1383. <http://dx.doi.org/10.17051/io.2015.95299>
- Çakır, R. (2024). *Ebeveynlerin duygu düzenleme becerileri ve ebeveyn çocuk ilişkisi ile 4-6 yaş çocukların sosyal problem çözme becerileri arasındaki ilişkiler: Bir yapısal eşitlik modellemesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.
- Çatal, B. (2024). *Çalışan annelerin iş stresi, ebeveyn stresi ve psikolojik dayanıklılıkları ile mental sağlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi İşletme Enstitüsü, Sakarya.
- Çekiç, A., Akbaş, T., ve Hamamcı, Z. (2015). Anne Baba Stres Ölçeği'nin Türkçe'ye Uyarlaması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(3), 647-667. <https://doi.org/10.21547/jss.256755>
- Çınar, B. ve Duran, A. (2021). Doğaya bağlılığın doğa yürüyüşlerine katılım motivasyonu üzerindeki etkisi. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 754-766. <https://doi.org/10.26677/TR1010.2021.691>
- d'Orsi, D. ve Diniz, E. (2025). Do mothers' and fathers' parental stress differently relate to child adjustment? A mediated dyadic approach. *Children and Youth Services Review*, 177, 108503. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2025.108503>
- Dankiw, K. A., Tsiros, M. D., Baldock, K. L., & Kumar, S. (2020). The impacts of unstructured nature play on health in early childhood development: A systematic review. *PLOS ONE*, 15(2), e0229006. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0229006>
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487-496. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487>
- Deater-Deckard, K. (1998). Parenting stress and child adjustment: Some old hypotheses and new questions. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 5(3), 314-332. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.1998.tb00152.x>

- Deater-Deckard, K. (2004). *Parenting stress*. Yale University Press.
<https://doi.org/10.12987/yale/9780300103939.001.0001>
- Değirmenci, B. (2020). Çevresel bilinç ile çevresel bağlılık ilişkisinin “demografik özellikler” bağlamında incelenmesi. *Balkan ve Yakın Doğu Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(4), 114-121.
- Deleş, B., ve Kaytez, N. (2020). Okul öncesi dönemde çocuğu olan babaların babalık rolü algısı ile baba katılım durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ekev Akademi Dergisi*, 84, 101-116.
- Demerouti, E., Bakker, A. B., & Schaufeli, W. B. (2005). Spillover and crossover of exhaustion and life satisfaction among dual-earner parents. *Journal of Vocational Behavior*, 67(2), 266-289.
- Demircan, N. ve Uyanık, G. (2023). Okul öncesi dönem çocuklarının ve annelerinin doğada vakit geçirme durumlarının incelenmesi. *International Primary Educational Research Journal*, 7(3), 104-117.
<https://doi.org/10.38089/iperj.2023.146>
- Demirdöven, B. ve Özyürek, A. (2022). Okul öncesi çocuğu olan annelerin ebeveynlik öz yeterlikleri ve tutumları arasındaki ilişki. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(82), 495-510. <https://doi.org/10.17755/esosder.953653>
- Demirtaş Zorbaz, S., ve Kiye, S. (2023). Covid-19 Kapanması Sırasında Ebeveyn Stresi ve Ebeveyn-Çocuk İlişkileri. *Iğdır University Journal of Social Sciences / Iğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 33, 298–311.
<https://doi.org/10.54600/igdirsosbilder.1250110>
- Driscoll, K., & Pianta, R. C. (2011). Mothers’ and fathers’ perceptions of conflict and closeness in parent-child relationships during early childhood. *Journal of Early Childhood & Infant Psychology*, 7, 1–24.
- Duncan, L. G., Coatsworth, J. D. & Greenberg, M. T. (2009). A model of mindful parenting: Implications for parent-child relationships and prevention research. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 12(3), 255-270.
<https://doi.org/10.1007/s10567-009-0046-3>
- Durmuşoğlu, M., İlhan İyi, T., ve Yıldız Taşdemir, C. (2024). The Relationship Between Parental Attitudes and Parent-Child Relationship. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca*

<https://doi.org/10.53444/deubefd.1450045>

- Düz, T. N. (2021). *Annelerin depresyon, kaygı, stres ve çocuklarına bağlanma düzeylerinin çocuklarının duygusal ve davranışsal sorunlarına etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Erdoğan, Z. H. (2025). *4-6 yaş arasındaki çocukların babalarıyla ilişkileri ile duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Okan Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Erel, O., & Burman, B. (1995). Interrelatedness of marital relations and parent-child relations: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 118(1), 108–132. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.108>
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society* (2nd ed.). Norton.
- Erol, A. ve Gülay Ogelman, H. (2019). Çevre eğitimi aile katılım etkinliklerinin anne ve babaların çevreye yönelik tutumlarına etkisinin incelenmesi. *İlköğretim Online*, 18(2), 916-938. <https://doi.org/10.17051/ilkonline.2019.562074>
- Evans, G. W., & Kim, P. (2012). Childhood poverty, chronic stress, self-regulation, and coping. *Child Development Perspectives*, 6(1), 43-48.
- Frosch, C. A., Schoppe-Sullivan, S. J., & O'Banion, D. D. (2019). Parenting and child development: A relational health perspective. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 15(1), 45–59. <https://doi.org/10.1177/1559827619849028>
- Gedik, Ç. (2024). *Okul öncesi dönem çocuklarının doğaya yakınlık (biyofili) seviyeleri ile ebeveyn ve öğretmenlerinin doğaya bağlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.
- Gelter, H. (2000). Friluftsliv: The Scandinavian philosophy of outdoor life. *Canadian Journal of Environmental Education (CJEE)*, 5(1), 77-92.
- George, D., & Mallery, P. (2010). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference, 17.0 update* (10th ed.). Pearson.
- Ginsburg, K. R. (2007). The importance of play in promoting healthy child development

- and maintaining strong parent-child bonds. *Pediatrics*, 119(1), 182-191.
<https://doi.org/10.1542/peds.2006-2697>
- Giusti, M., Barthel, S. & Marcus, L. (2014). Nature routines and affinity with the biosphere: A case study of preschool children in Stockholm. *Children, Youth and Environments*, 24(3), 16-42. <https://dx.doi.org/10.1353/cye.2014.0019>
- Goode, W. J. (1960). A theory of role strain. *American Sociological Review*, 25, 483–496. <https://doi.org/10.2307/2092933>
- Gömülütaş, M., ve Gençay, S. (2024). Doğa Kulüplerine Üye Rekreasyonel Doğa Yürüyüşçülerinin Çevresel Davranışlarının İncelenmesi. *International Journal of Social and Humanities Sciences Research (JSHSR)*, 11(104), 493–502.
<https://doi.org/10.5281/zenodo.10737548>
- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of Conflict between Work and Family Roles. *The Academy of Management Review*, 10(1), 76–88.
<https://doi.org/10.2307/258214>
- Greenhaus, J.H., & Powell, G.N. (2006). When Work And Family Are Allies: A Theory Of Work-Family Enrichment. *Academy of Management Review*, 31, 72-92.
<https://doi.org/10.5465/amr.2006.19379625>
- Grønhøj, A., & Thøgersen, J. (2009). Like father, like son? Intergenerational transmission of values, attitudes, and behaviours in the environmental domain. *Journal of Environmental Psychology*, 29(4), 414-421.
<https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2009.05.002>
- Güçhan Özgül, S., ve Avcı, K. (2025). Erken çocukluk eğitiminde dış mekan etkinliklerine yönelik ebeveyn tutumları için bir ölçek geliştirme çalışması. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi*, 9(1), 53–73.
<https://doi.org/10.24130/eccdjec.1967202591638>
- Gülay Ogelman, H. ve Öznacar, M. D. (2010). *Okul öncesi dönem çocukları için çevre eğitimi etkinlikleri*. Pegem Akademi.
- Güler Kılıç, P. ve Çekiç, A. (2022). Anne baba davranışları ile çocuklarda gözlenen problem davranışlar arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19(50), 141-166.
- Günaydı, M., ve Aksoy, A. B. (2025). Çocuk gelişiminde doğa temelli eğitim: çocuklara

etkisi ve aile katılımının rolü. *Çocuk Ve Gelişim Dergisi*, 8(16), 60-67.
<https://doi.org/10.36731/cg.1575004>

Güney, A. (2021). *Ebeveynlerin olumsuz disiplin tutumları, ebeveyn stres ve ebeveyn yetkinlik düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi –Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Gürer, B., ve Mermer, K. K. (2023). Çevre bilinci, çevresel duyarlılık ve doğaya bağlılık: öğretmenler üzerine bir inceleme. *Spor Ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 14(3), 349-366. <https://doi.org/10.17155/omuspd.1272131>

Güven, S. N. (2024). *Ebeveyn-Çocuk İlişkisinin Niteliğinin Ve Ebeveyn Rolüne İlişkin Kendilik Algısının Ebeveyn Stresine Etkisinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis: A global perspective* (7th ed.). Pearson Prentice Hall.

Haktanır, G., Baran, G., ve Alisinanoğlu, F. (1998). Çalışan annelerin çocuk yetiştirme tutumları. *Eğitim ve Bilim*, cilt.22, sa.109, 21-27.

Hetherington, E. M., & Clingempeel, W. G. (1992). Coping with marital transitions: A family systems perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 57(2-3), 1–242. <https://doi.org/10.2307/1166050>

Hines, J. M., Hungerford, H. R., & Tomera, A. N. (1987). Analysis and synthesis of research on responsible environmental behavior: A meta-analysis. *The Journal of Environmental Education*, 18(2), 1–8.
<https://doi.org/10.1080/00958964.1987.9943482>

Hofferth, S. L. (2009). Changes in American children's time - 1997 to 2003. *Electronic International Journal of Time Use Research*, 6(1), 26-47.
<https://doi.org/10.13085/ejrtur.6.1.26-47>

Huang, J., Chen, X., Liao, X., Peng, Y., Xie, S., & Chi, X. (2025). Mindful parenting, parent-child relationship and preschoolers' internalizing behaviors: A cross-lagged panel analysis. *Journal of Experimental Child Psychology*, 258, 106295.
<https://doi.org/10.1016/j.jecp.2025.106295>

Izenstark, D. & Ebata, A. T. (2017). The effects of the natural environment on attention and family cohesion: An experimental study. *Children, Youth and Environments*,

27(2), 93-109. <https://doi.org/10.7721/chilyoutenvi.27.2.0093>

Izenstark, D., & Ebata, A. T. (2016). Theorizing family-based nature activities and family functioning: The integration of attention restoration theory with a family routines and rituals perspective. *Journal of Family Theory & Review*, 8(1), 88-109. <https://doi.org/10.1111/jftr.12138>

İnceboy, K. B. (2025). *Okul öncesi çocuklarının davranış sorunlarının birlikte ebeveynlik ve ebeveyn stresi açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karabük Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Karabük.

Jańczak, M. O., Czarnecka, D., & Kamza, A. (2025). Child temperament and parental stress: The moderating role of maternal reflective functioning. *Family Relations*, 74(4), 1910-1929. <https://doi.org/10.1111/fare.13165>

Jones, T. L., & Prinz, R. J. (2005). Potential roles of parental self-efficacy in parent and child adjustment: A review. *Clinical Psychology Review*, 25, 341-363. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2004.12.004>

Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). *Benlik, aile ve insan gelişimi: Kültürel psikoloji*. Koç Üniversitesi Yayınları.

Kahn, P. H. (1999). *The human relationship with nature: Development and culture*. MIT Press.

Kaplan, R., & Kaplan, S. (1989). *The experience of nature: A psychological perspective*. Cambridge University Press.

Kaplan, S. (1995). The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework. *Journal of environmental psychology*, 15(3), 169-182. [https://doi.org/10.1016/0272-4944\(95\)90001-2](https://doi.org/10.1016/0272-4944(95)90001-2)

Karaca, F. (2018). *Anne babaların ve okul öncesi grubu çocuklarının çevre bilincine sahip olma durumlarının değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.

Karaca, R., Kaya, E., ve Ünal, E. D. (2026). Ciddi serbest zaman etkinliği olarak doğa yürüyüşü yapan katılımcıların psikolojik iyi oluş üzerine etkisine dair görüşleri: Bir fenomenoloji çalışması. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 15(1), 51-62. <https://doi.org/10.22282/tojras.1770657>

- Karakoç Demirkaya, S., ve Abalı, O. (2012). Annelerin çocuk yetiştirme tutumlarının okul öncesi dönem davranış sorunları ile ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 13, 67-74.
- Kaya-Aydın, M. (2021). Erken çocukluk döneminde çevre eğitimi ve sürdürülebilirlik. *Sürdürülebilir Çevre Dergisi*, 1(2), 53-56.
- Keleş Ertürk, C., ve Kılıçoğlu, E. A. (2024). Turkish validity and reliability study of the nature connectedness parental self-efficacy scale. *Pegem Journal of Education and Instruction*, 14(4), 9-18. <https://doi.org/10.47750/pegegog.14.04.02>
- Kellert, S. R. (2002). Experiencing nature: Affective, cognitive, and evaluative development in children. In P. H. Kahn & S. R. Kellert (Eds.), *Children and nature: Psychological, sociocultural, and evolutionary investigations* (pp. 117-151). MIT Press.
- Kılınç, M. N. (2025). *Okul öncesi çocukları için doğaya bağlılık ölçeği-ebeveyn değerlendirme formu türk kültürüne uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ordu.
- Kırman, A., ve Doğan, Ö. (2017). Anne-baba çocuk ilişkileri: bir meta-sentez çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 4(1), 28-49.
- Kochanska, G. (1997). Multiple pathways to conscience for children with different temperaments: From toddlerhood to age 5. *Developmental Psychology*, 33(2), 228-240. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.33.2.228>
- Kochanska, G. (2002). Mutually responsive orientation between mothers and their young children: A context for the early development of conscience. *Current Directions in Psychological Science*, 11(6), 191-195. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00198>
- Kollmuss, A., & Agyeman, J. (2002). Mind the gap: Why do people act environmentally and what are the barriers to pro-environmental behavior? *Environmental Education Research*, 8(3), 239-260. <https://doi.org/10.1080/13504620220145401>
- Kuo, F. E., & Faber Taylor, A. (2004). A potential natural treatment for attention-deficit/hyperactivity disorder: Evidence from a national study. *American Journal of Public Health*, 94(9), 1580-1586. <https://doi.org/10.2105/AJPH.94.9.1580>

- Larson, L. R., Green, G. T. & Cordell, H. K. (2011). Children's time outdoors: Results and implications of the National Kids Survey. *Journal of Park and Recreation Administration*, 29(2), 1-20.
- Lawson, D. W., & Mace, R. (2010). Siblings and childhood mental health: Evidence for a later-born advantage. *Social Science & Medicine*, 70(12), 2061-2069. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2010.03.009>
- Li, Y., An, R., Feng, Z., Ding, Y., Chi, X., & Zhang, X. (2023). Parent–child relationships and early childhood irritability: A longitudinal moderated moderation model. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 89, 101594. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2023.101594>
- Liang, M., Chen, Q., & Zhou, Y. (2022). The influence of various role models on children's pro-environmental behaviours. *Frontiers in Psychology*, 13, 873078. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.873078>
- Liu, C., Ren, M., Han, X., Xia, Y., & Ding, D. (2026). Mindful parenting and parent-child relationship quality: a dyadic perspective and mediating role of parenting self-efficacy. *Current Psychology*, 45(2), 154. <https://doi.org/10.1007/s12144-025-08548-7>
- Liu, Y., Zhang, J., Liu, C., & Yang, Y. (2024). A review of attention restoration theory: Implications for designing restorative environments. *Sustainability*, 16(9), 3639. <https://doi.org/10.3390/su16093639>
- Louv, R. (2008). *Last child in the woods: Saving our children from nature-deficit disorder*. Algonquin Books.
- Maccoby, E. E. (2000). Parenting and its effects on children: On reading and misreading behavior genetics. *Annual Review of Psychology*, 51, 1-27. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.51.1.1>
- Martin, L., White, M. P., Hunt, A., Richardson, M., Pahl, S., & Burt, J. (2020). Nature contact, nature connectedness and associations with health, wellbeing and pro-environmental behaviours. *Journal of environmental psychology*, 68, 101389. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2020.101389>
- Mayer, F. S. & Frantz, C. M. (2004). The connectedness to nature scale: A measure of individuals' feeling in community with nature. *Journal of Environmental*

- Psychology*, 24(4), 503-515. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2004.10.001>
- McDaniel, B. T. & Radesky, J. S. (2018). Technoference: Parent distraction with technology and associations with child behavior problems. *Child Development*, 89(1), 100-109. <https://doi.org/10.1111/cdev.12822>
- Meinhold, J. L., & Malkus, A. J. (2005). Adolescent environmental behaviors: Can knowledge, attitudes, and self-efficacy make a difference? *Environment and Behavior*, 37(4), 511-532. <https://doi.org/10.1177/0013916504269665>
- Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2018). A theoretical and clinical framework for parental burnout: The balance between risks and resources (BR2). *Frontiers in Psychology*, 9, 886. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00886>
- Mikolajczak, M., Gross, J. J., & Roskam, I. (2019). Parental burnout: What is it, and why does it matter? *Clinical Psychological Science*, 7(6), 1319–1329. <https://doi.org/10.1177/2167702619858430>
- Milkie, M. A., Mattingly, M. J., Nomaguchi, K. M., Bianchi, S. M., & Robinson, J. P. (2004). The time squeeze: Parental statuses and feelings about time with children. *Journal of Marriage And Family*, 66(3), 739-761.
- Musser, L. M., & Diamond, K. E. (1999). The children's attitudes toward the environment scale for preschool children. *The Journal of Environmental Education*, 30(2), 23–30. <https://doi.org/10.1080/00958969909601867>
- Neece, C. L., Green, S. A. & Baker, B. L. (2012). Parenting stress and child behavior problems: A transactional relationship across time. *American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities*, 117(1), 48-66. <https://doi.org/10.1352/1944-7558-117.1.48>
- Nisbet, E. K., Zelenski, J. M. & Murphy, S. A. (2009). The nature relatedness scale: Twenty-two items assessing the construct and its relation to environmental concern and subjective well-being. *Environment and Behavior*, 41(5), 715-740. <https://doi.org/10.1177/0013916508318748>
- Nomaguchi, K. M., & Milkie, M. A. (2003). Costs and rewards of children: The effects of becoming a parent on adults' lives. *Journal of Marriage and Family*, 65(2), 356-374. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00356.x>
- Nomaguchi, K., & Milkie, M. A. (2020). Parenthood and well-being: A decade in review.

Journal of Marriage and Family, 82(1), 198-223.
<https://doi.org/10.1111/jomf.12646>

- Oskamp, S. (2000). A sustainable future for humanity? How can psychology help? *American Psychologist*, 55(5), 496-508. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.496>
- Östberg, M., & Hagekull, B. (2000). A Structural Modeling Approach to the Understanding of Parenting Stress. *Journal of Clinical Child Psychology*, 29(4), 615–625. https://doi.org/10.1207/S15374424JCCP2904_13
- Özmen, S. K., ve Özmen, A. (2012). Anne baba stres ölçeğinin geliştirilmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 42(196), 20-35.
- Özoğul, B., ve Esen Çoban, A. (2024). Ebeveyn-Çocuk İlişkisi ve Çocukların Psikolojik İyi Oluşları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24(2), 850-869. <https://doi.org/10.17240/aibuefd.2024..-1352135>
- Özyürek, A., ve Gürleyik, S. (2016). Anne Babaların Okul Öncesi Dönem Çocukları İle Etkileşimlerinde Oyunun Yeri. *Journal of International Social Research*, 9(42), 1283–1289.
- Pan, B., Miao, J., Wang, Y., Zhao, C., Gong, Y., Xiao, B., & Li, Y. (2025). Paternal parenting stress, parenting styles, and early childhood development: Examining the key role of parent-child relationships. *Personality and Individual Differences*, 241, 113165. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2025.113165>
- Paquette, D. (2004). Theorizing the Father-Child Relationship: Mechanisms and Developmental Outcomes. *Human Development*, 47(4), 193–219. <https://doi.org/10.1159/000078723>
- Pinquart, M. (2017). Parenting stress in caregivers of children with chronic physical condition—A meta- analysis. *Stress and health*, 34(2), 197-207. <https://doi.org/10.1002/smi.2780>
- Pocock, M. J. O., Hamlin, I., Christelow, J., Passmore, H.-A., & Richardson, M. (2023). The benefits of citizen science and nature-noticing activities for well-being, nature connectedness and pro-nature conservation behaviours. *People and Nature*, 5(2), 591–606. <https://doi.org/10.1002/pan3.10432>

- Polat, Ö., ve Demirci, F. G. (2021). Erken çocukluk döneminde bilişsel gelişime bir uyaran olarak doğa ile temas ve doğa temelli açık alan etkinlikleri. *Muş Alparslan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(2), 95-113.
- Pritchard, A., Richardson, M., Sheffield, D., & McEwan, K. (2020). The relationship between nature connectedness and eudaimonic well-being: A meta-analysis. *Journal of happiness studies*, 21(3), 1145-1167. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00118-6>
- Putra, I. G. N. E., Astell-Burt, T., Cliff, D. P., Vella, S. A. & Feng, X. (2021). Do physical activity, social interaction, and mental health mediate the association between green space quality and child prosocial behaviour? *Urban Forestry & Urban Greening*, 64, Article 127264. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2021.127264>
- Quintigliano, M., Trentini, C., Fortunato, A., Lauriola, M., & Speranza, A. M. (2021). Role of parental attachment styles in moderating interaction between parenting stress and perceived infant characteristics. *Frontiers in Psychology*, 12, 730086. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.730086>
- Raikes, H. A. & Thompson, R. A. (2005). Efficacy and social support as predictors of parenting stress among families in poverty. *Infant Mental Health Journal*, 26(3), 177-190. <https://doi.org/10.1002/imhj.20044>
- Razani, N., Morshed, S., Kohn, M. A., Wells, N. M., Thompson, D., Alqassari, M., Agodi, M., & Rutherford, G. W. (2018). Effect of park prescriptions with and without group visits to parks on stress reduction in low-income parents: SHINE randomized trial. *PLOS ONE*, 13(2), e0192921. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0192921>
- Richardson, M., Passmore, H. A., Barbett, L., Lumber, R., Thomas, R., & Hunt, A. (2020). The green care code: How nature connectedness and simple activities help explain pro- nature conservation behaviours. *People and Nature*, 2(3), 821-839. <https://doi.org/10.1002/pan3.10117>
- Rigolon, A. (2016). A complex landscape of inequity in access to urban parks: A literature review. *Landscape and Urban Planning*, 153, 160–169. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2016.05.017>
- Rusu, P. P., Candel, O.-S., Bogdan, I., Ilciuc, C., Ursu, A., & Podina, I. R. (2025). Parental

- stress and well-being: A meta-analysis. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 28, 255–274. <https://doi.org/10.1007/s10567-025-00515-9>
- Sandseter, E. B. H. (2007). Categorising risky play—How can we identify risk-taking in children's play? *European Early Childhood Education Research Journal*, 15(2), 237-252. <https://doi.org/10.1080/13502930701321733>
- Sarı, Ş. (2025). *İş-Aile Çatışmasının Ebeveyn-Çocuk İlişkilerine Etkisinde Ebeveyn Stresinin Aracı Rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Batman Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Batman.
- Sarıçam, H., Şahin, S. H. ve Soyuçok, E. (2015). Doğayla ilişkili olma ile depresyon, anksiyete ve stres arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Hakemli Psikiyatri ve Psikoloji Araştırmaları Dergisi (UHPPD)*, (4), 38-57. <https://doi.org/10.17360/UHPPD.2015414021>
- Sayın, S. (2024). *Ebeveynlerin doğayla ilişki düzeyleri ile çocuklarının doğayla bağlantı kurma eğilimleri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Schultz, P. W. (2002). Inclusion with nature: The psychology of human-nature relations. In P. Schmuck & P. W. Schultz (Eds.), *Psychology of sustainable development* (pp. 61-78). Kluwer Academic Publishers. https://doi.org/10.1007/978-1-4615-0995-0_4
- Senn, M., Stadelmann, C., Forster, F., Nussbeck, F. W., & Bodenmann, G. (2023). Parental stress mediates the effects of parental risk factors on dysfunctional parenting in first-time parents: A dyadic longitudinal study. *Journal of Social and Personal Relationships*, 40(12), 4335-4358. <https://doi.org/10.1177/02654075231165340>
- Silver, J., Thorpe, D., Olino, T. M., & Klein, D. N. (2025). Intergenerational effects of parenting on children's internalizing and externalizing trajectories: a latent growth model analysis. *Child Psychiatry & Human Development*, 56(2), 312-327. <https://doi.org/10.1007/s10578-023-01554-5>
- Sobko, T., Jia, Z., & Brown, G. (2018). Measuring connectedness to nature in preschool children in an urban setting and its relation to psychological functioning. *PloS one*, 13(11), e0207057. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0207057>

- Soga, M., & Gaston, K. J. (2016). Extinction of experience: The loss of human–nature interactions. *Frontiers in Ecology and the Environment*, 14(2), 94–101. <https://doi.org/10.1002/fee.1225>
- Soğuksulu, B. (2025). *Ebeveyn stresinin çocuk ve ebeveyn iletişimi üzerindeki etkisinin araştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Spinelli, M., Lionetti, F., Pastore, M., & Fasolo, M. (2020). Parents' stress and children's psychological problems in families facing the COVID-19 outbreak in Italy. *Frontiers in Psychology*, 11, 1713. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01713>
- Sroufe, L. A. (2005). Attachment and development: A prospective, longitudinal study from birth to adulthood. *Attachment & Human Development*, 7(4), 349–367. <https://doi.org/10.1080/14616730500365928>
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(44), 35–58.
- Şakiroğlu, H. E. Ç. (2023). *Ebeveyn stres düzeyi ile okul öncesi çocukların anksiyete düzeyi arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi, Erzurum.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Pearson.
- Taylor, A. F., Kuo, F. E., & Sullivan, W. C. (2001). Coping with add: The surprising connection to green play settings. *Environment and Behavior*, 33(1), 54–77. <https://doi.org/10.1177/00139160121972864>
- Tillmann, S., Tobin, D., Avison, W. & Gilliland, J. (2018). Mental health benefits of interactions with nature in children and teenagers: A systematic review. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 72(10), 958–966. <https://doi.org/10.1136/jech-2018-210436>
- Tomasello, M. (1995). Joint attention as social cognition. In C. Moore & P. J. Dunham (Eds.), *Joint attention: Its origins and role in development* (pp. 103–130). Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Ulrich, R. S. (1983). Aesthetic and affective response to natural environment. In I. Altman & J. F. Wohlwill (Eds.), *Human behavior and environment: Vol. 6. Behavior and*

the natural environment (pp. 85-125). Plenum Press.

- Ulset, V., Vitaro, F., Brendgen, M., Bekkhus, M., & Borge, A. I. (2017). Time spent outdoors during preschool: Links with children's cognitive and behavioral development. *Journal of Environmental Psychology*, 52, 69-80. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2017.05.007>
- Uykan, E. ve Akkaynak, M. (2019). Ebeveyn tutumları ile çocukların öz düzenlemeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akademik Tarih ve Düşünce Dergisi*, 6(3), 1620-1644.
- Uzunkoca, Ü. (2023). İş Yaşam Dengesi, İş-Aile Çatışması ve Zenginleşmesi: Kuramsal Bir Değerlendirme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 26(52), 49-75. <https://doi.org/10.31828/tpy1301996120240122m000060>
- Valentine, G. (1997). "Oh yes I can." "Oh no you can't": Children and parents' understandings of kids' competence to negotiate public space safely. *Antipode*, 29(1), 65-89. <https://doi.org/10.1111/1467-8330.00035>
- Valentine, G., & McKendrick, J. (1997). Children's outdoor play: Exploring parental concerns about children's safety and the changing nature of childhood. *Geoforum*, 28(2), 219-235. [https://doi.org/10.1016/S0016-7185\(97\)00010-9](https://doi.org/10.1016/S0016-7185(97)00010-9)
- Wells, N. M. & Evans, G. W. (2003). Nearby nature: A buffer of life stress among rural children. *Environment and Behavior*, 35(3), 311-330. <https://doi.org/10.1177/0013916503035003001>
- Wilson, E. O. (1993). Biophilia and the conservation ethic. In S. R. Kellert & E. O. Wilson (Eds.), *The biophilia hypothesis* (pp. 31-41). Island Press.
- Wolch, J. R., Byrne, J., & Newell, J. P. (2014). Urban green space, public health, and environmental justice: The challenge of making cities 'just green enough'. *Landscape and Urban Planning*, 125, 234-244. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2014.01.017>
- Yaman, S. A. (2025). *Ebeveyn yetkinliği ile ebeveyn stresi arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Yeşil, R., Şahan, E., ve Aslander, M. (2018). Ebeveynin çocuk eğitimi konusundaki yeterliklerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Kırşehir Eğitim Fakültesi*

Dergisi, 19(3), 1828–1849. <https://doi.org/10.29299/kefad.2018.19.03.002>

Yılmaz, S. ve Olgan, R. (2017). Okul öncesi dönem çocuklarının doğaya yakınlık (biyofili) seviyelerinin araştırılması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(3), 1106-1129. <https://doi.org/10.17860/mersinefd.328340>

Yılmaz, Y. (2020). *5-6 yaş grubu çocuklarının sahip oldukları öz düzenleme becerileri ile anne-baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bursa Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bursa.

Zorbaz, S. D. (2018). Ebeveyn özyetkinliğinin yordayıcısı olarak ebeveyn-çocuk ilişkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (46), 144-153.



EKLER**EK-1: Kişisel Bilgi Formu**

Bu form, tez çalışmamızın bilimsel amaçlarına ulaşması için gerekli olan demografik bilgileri toplamayı amaçlamaktadır. Verdiğiniz tüm bilgiler kesinlikle gizli tutulacak ve yalnızca bilimsel amaçlar için kullanılacaktır. Cevaplarınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Lütfen size uygun olan seçeneğin yanındaki kutucuğu işaretleyiniz.

Soru	Seçenekler
1. Cinsiyetiniz	: () Kadın () Erkek
2. Yaşınız	: () 20-30 yaş arası, () 31-40 yaş arası, () 41-50 yaş arası, () 51 ve üstü
3. Eğitim Durumunuz	: () İlkokul () Ortaokul () Lise () Ön Lisans () Lisans () Lisansüstü (Yüksek Lisans/Doktora)
4. Çalışma Durumunuz	: () Çalışıyorum () Çalışmıyorum
5. Toplam Çocuk Sayınız	: () Tek çocuk, () 2 çocuk, () 3 çocuk ve üzeri
6. Aylık Gelir Düzeyi	: () Düşük, () Orta, () Yüksek

EK-2: Doğaya Bağlılık Ebeveyn Öz Yeterliliği (NCPSE) Ölçeği

Doğaya Bağlılık Ebeveyn Öz Yeterliliği (NCPSE) Ölçeği

Bu ölçek, ebeveynlerin çocuklarıyla doğada neler yapabileceklerini daha iyi anlamamıza yardımcı olmak için tasarlanmıştır. Bu, ebeveynlerin çocuklarını belirli yerlere götürüp götürmeyeceklerini, doğa hakkındaki duygu ve düşüncelerini tanıtır ifade edebileceklerini veya doğayla nasıl etkileşime gireceklerini gösterip gösteremeyeceklerini içerebilir. Lütfen her soruyu okurken, anlatılanların her birini yapabileceğinizden ne kadar emin olduğunuzu derecelendirin. Lütfen aşağıdaki ölçeği kullanarak 0'dan 10'a kadar bir sayı kaydederek güven derecenizi derecelendirin. Bir sayıyı 0'a (sıfır) yakın derecelendirdiğinizde, açıklanan şeyi yapma olasılığınızın azaldığını hissedersiniz 10'a (on) yakın bir sayıyı derecelendirdiğinizde = açıklanan şeyi yapma olasılığınızın daha yüksek olduğunu hissedersiniz.

Alt Ölçek-1 - Doğaya Erişim	Derecelendirme Puanı (0-10)
1. Çocuğumla/çocuklarımla doğaya çıkmak için zaman bulurum.	
2. Yönlendirme veya rehberlik (örneğin bilgi panoları, nereye gidileceği, ne yapılacağı ile ilgili ayrıntılar) çok az olsa veya hiç olmasa bile çocuğumla/çocuklarımla doğaya çıkarım.	
3. Çocuğumla/çocuklarımla birlikte bir ormanda veya ağaçlık alanda doğaya çıkarım.	
4. Çocuğumla/çocuklarımla dağlara veya tepelere doğru doğaya çıkarım.	
5. Çocuğumla/çocuklarımla açık bir park alanında doğaya çıkarım.	
6. Çocuğumla/çocuklarımla kanallara veya akarsulara yakın doğaya çıkarım.	
7. Çocuğumla/çocuklarımla göllere veya denize/okyanusa yakın doğaya çıkarım.	
Alt Ölçek-2 - Doğa Hakkında İletişim Kurma	
8. Teknoloji kullanırken (örn. televizyon, tabletler veya akıllı telefonlar) çocuğuma/çocuklarıma doğayı tanıtırım.	
9. Bahçeyle uğraşırken (örn. evde veya topluluk bahçeleri gibi diğer alanlarda) çocuğuma/çocuklarıma doğayı tanıtırım.	
10. Bir şeyler ekerek ve yetiştirerek çocuğuma/çocuklarıma doğayı tanıtırım.	
Alt Ölçek-3 - Kişisel Engellerin Üstesinden Gelme	
11. Ulaşım aracı (örn. Araba) kullanmadan çocuğumla/çocuklarımla doğaya çıkabilirim.	
12. Maliyeti olsa bile (örn. Otopark) çocuğumla/çocuklarımla doğaya çıkarım.	
13. Çoğu sıcaklıkta çocuk(lar)ımla birlikte doğaya çıkarım.	
14. Yorgun olduğumda bile çocuk(lar)ımla birlikte doğaya çıkarım.	
15. Hayat yoğun olsa bile çocuk(lar)ımla birlikte doğaya çıkarım.	
16. Çoğu hafta çocuk(lar)ımla doğaya çıkarım.	
Alt Ölçek-4 - Durumsal Engellerin Üstesinden Gelme	
17. Yaya yollarının (örn. patikalar) az olduğu veya hiç olmadığı durumlarda bile çocuğumla/çocuklarımla doğaya çıkarım.	
18. Yollar nasıl olursa olsun çocuğumla/çocuklarımla doğaya çıkarım.	
19. Sınırlı olanaklar (örn. tuvaletler) olsa bile çocuğumla/çocuklarımla doğaya çıkarım.	
20. Belirli yerlerden korksam bile çocuğumla/çocuklarımla doğaya çıkarım.	
21. Çocuğumla/çocuklarımla birlikte daha engebeli (örneğin kullanılmayan veya terk edilmiş yerler) doğaya çıkarım.	
22. Ölü veya ölmek üzere olan hayvanlarla nasıl başa çıkılacağı hakkında çocuğumla/çocuklarımla konuşurum.	

EK-3: Ebeveyn Stres Ölçeği

Ebeveyn Stres Ölçeği

Aşağıdaki ifadeler ebeveyn olma deneyimine ilişkin duygu ve algıları tanımlamaktadır. Her bir maddeyi çocuğunuzla veya çocuklarınızla olan ilişkinizin genel olarak nasıl olduğu açısından düşünün. Lütfen aşağıdaki maddelere ne derece katılıp katılmadığınızı, verilen boşluğa uygun rakamı yazarak belirtiniz.

1 = Kesinlikle katılmıyorum 2 = Katılmıyorum 3 = Kararsızım 4 = Katılıyorum 5 = Kesinlikle katılıyorum

1	Bir ebeveyn olarak bu rolden mutluym	
2	Çocuğuma bakmak bazen gerektiğinden çok daha fazla zaman ve enerjimi alıyor.	
3	Çocuğuma oldukça yakın hissediyorum.	
4	Çocuğumla vakit geçirmekten hoşlanıyorum.	
5	Çocuğum benim için önemli bir mutluluk kaynağıdır.	
6	Çocuğumun olması bana gelecek hakkında daha net ve daha iyimser bir bakış açısı sağlıyor.	
7	Hayatımdaki en büyük stres kaynağım çocuğumdur.	
8	Çocuk sahibi olmak hayatımda çok az zaman ve hareket alanı bırakır.	
9	Çocuk sahibi olmak maddi açıdan büyük bir yüküdür.	
10	Çocuğumla hayattaki diğer sorumluluklarım arasında denge kurmak zordur.	
11	Çocuğumun davranışları benim için çoğu zaman utandırıcı ve stres verici oluyor.	
12	Geriye dönebilseydim çocuk sahibi olmamaya karar verebilirdim.	
13	Ebeveyn olma sorumluluğum bana boğulmuş hissettiriyor.	
14	Çocuk sahibi olmak hayatım hakkında daha az seçenek ve daha az kontrol anlamına geliyor.	
15	Ebeveynliğimden memnunum	
16	Çocuğumu eğlenceli buluyorum.	

*Ters kodlanan maddeler: 1, 3, 4, 5, 6, 15, 16

Ebeveynlik ödülleri: 1,3,4,5,6

Ebeveynlik stresörleri: 2,7,8,9,10,14

Kontrol eksikliği: 11,12,13

Ebeveynlik memnuniyeti: 15, 16

EK-4: Ebeveyn Çocuk İlişkisi Ölçeği

Ölçek Puanlaması:

Olumlu Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Alt Ölçeği Maddeleri:1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 15

Olumsuz Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Alt Ölçeği Maddeleri: 10, 11, 12, 13, 14

Ölçekte ters puanlanan madde bulunmamaktadır.

Aşağıda, çocuğunuzla olan ilişkinize dair bazı sorular yer almaktadır. Lütfen her bir soruyu, sizi ve çocuğunuzu ne ölçüde yansıttığını dikkate alarak değerlendiriniz.

Değerlendirmelerinizi, 1 (Hiç) ile 5 (Aşırı) arasındaki ölçeği kullanarak belirtiniz.

	1-Hiç	2-Çok Az	3-Biraz	4-Çok	5-Aşırı
1. Çocuğunuzla yalnız zaman geçirmekten ne kadar keyif alıyorsunuz?	1	2	3	4	5
2. Sizce çocuğunuz sizinle yalnız zaman geçirmekten ne kadar keyif alıyordu?	1	2	3	4	5
3. Çocuğunuzla baş başa geçirdiğiniz süreden ne kadar memnunsunuz?	1	2	3	4	5
4. Sizce çocuğunuz sizinle baş başa geçirdiği süreden ne kadar memnundur?	1	2	3	4	5
5. Çocuğunuza sevginizi kolaylıkla gösterebilir misiniz?	1	2	3	4	5
6. Çocuğunuz size sevgisini kolaylıkla gösterebilir mi?	1	2	3	4	5
7. Çocuğunuzun sizin hakkınızda ne düşündüğüne ne kadar önem verirsiniz?	1	2	3	4	5
8. Çocuğunuz onun hakkında ne düşündüğünüzü ne kadar önemsiyordu?	1	2	3	4	5
9. Çocuğunuza ne kadar benzediğinizi düşünüyorsunuz?	1	2	3	4	5
10. Çocuğunuzun yaptığı yanlışlarla ilgili ona ne kadar söylenirsiniz?	1	2	3	4	5
11. Çocuğunuz yanlış yaptığımız konuda size ne kadar söylenir?	1	2	3	4	5
12. Çocuğunuzu ne kadar eleştiriyorsunuz?	1	2	3	4	5
13. Çocuğunuz sizi ne kadar eleştiriyor?	1	2	3	4	5
14. Çocuğunuz sizinle ne sıklıkla görüş ayrılığı yaşar?	1	2	3	4	5
15. Çocuğunuzun ebeveyni (annesini/babası) olmaktan ne kadar keyif alıyorsunuz?	1	2	3	4	5

EK-5: Doğaya Bağlılık Ebeveyn Öz Yeterliliği (NCPSE) Ölçeği İzni

Nature Connectedness Parental Self-Efficacy Scale Ölçek Talebi



Gelen Kutusu

Merhaba Hülya Hanım,
Makalemize etik kurallara uygun şekilde atıf yaparak ölçeğimizi kullanabilirsiniz.
Ölçek ve makale dosyası ekte yer almaktadır.

Çalışmanızda kolaylıklar dilerim.

Konu:

Değerli hocam merhabalar.
Ben Hülya Küçük. İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yüksek lisans öğrencisiyim. İzniniz olursa " Doğaya Bağlılık Ebeveyn Öz-Yeterlik Ölçeği" nizi tezim de kullanmak istiyorum.
Ölçek hakkında bilgi verirseniz çok sevinirim. Çok teşekkür ederim. İyi çalışmalar diliyorum.

EK-6: Ebeveyn Stres Ölçeği İzni

<p>Sayın Hocam Merhabalar.</p> <p>Ben Hülya Küçük, İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsünde tez çalışması yürütmekteyim. Çalışmamda "Ebeveyn Stres Ölçeği (Türkçe Formu)"nu kullanmak istiyorum. Ölçeğinizi tez çalışmamda kullanabilmem için izninizi rica ediyorum. Kolaylıklar diliyorum.</p> <p>Saygılarımla, Hülya Küçük</p>	<p>Ben Hülya Küçük, İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsünde tez çalışması yürütmekteyim. Çalışmamda "Ebeveyn Stres Ölçeği (Türkçe Formu)"nu kullanmak istiyorum. Ölçeğinizi tez çalışmamda kullanabilmem için izninizi rica ediyorum. Kolaylıklar diliyorum.</p> <p>Saygılarımla, Hülya Küçük</p>
<p>Merhaba,</p> <p>Ölçeği çalışmalarınızda kullanabilirsiniz. Ölçek ve puanlama bilgileri ilgili makalenin sonunda ek olarak yer almaktadır.</p> <p>İyi çalışmalar dilerim.</p>	<p>Merhaba, Ölçeği çalışmanızda kullanabilirsiniz, ölçek makalesinde ölçeğin çeviri hali ve tüm bilgileri yer alıyor, ben makaleyi ve ölçeği ekledim maile yine. İyi çalışmalar dilerim.</p> <p>Doç. Dr. Zeynep Aydın Sünbül</p>

EK-7: Ebeveyn Çocuk İlişkisi Ölçek İzni

Ebeveyn Çocuk İlişkisi Ölçeği izni



Gelen Kutusu

Merhaba,

Ölçek açık erişimdir. <https://ddei5-0-ctp.trendmicro.com:443/wis/clicktime/v1/query?url=https%3a%2f%2fdevpsy.hacettepe.edu.tr%2ftr%2folcme%5faraclari%2d30&umid=D7EFFCD2-3242-8F06-A8CC-DBE4E384F377&auth=6a1673eeb138dd25258e7e562540ca812e49ee0a-492d8f1a09d71ec2615634e08d9064f60bb0af93> Adresinden ulaşabilirsiniz.

Sevgiler,

EK-8: Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu Raporu

E20112025/42315/ısı: 21/11/2025-E.672970

Panel

T.C.			
İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ			
BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİĞİ KURULU			
Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu			
Oturum Tarihi : 20-11-2025	Oturum Sayısı : 22	Karar Sayısı : 12	
Etik Açından Uygun			
Çalışma Adı	Ebeveynlerin Doğaya Bağlılık Öz Yeterliliği ile Ebeveynlik Stresi ve Çocuk İlişkileri Arasındaki İlişkilerin incelenmesi		
Araştırmacılar	Yükseklisans Öğrencisi Hülya Küçük (Yürütücü) Doç.Dr. Merve ÜNAL (Danışman)		
Başkan	Prof.Dr.Yusuf BATAR		
Kurul Üyeleri			
Kullanıcı pınar özbay		Prof.Dr. Mehmet ÖNAL	
Prof.Dr. ABDULLAH ATLI		Prof.Dr. Mehmet GÜNGÖR	
Prof.Dr. Süleyman ÇALDAK		Prof.Dr. Lutfiye ÖZDEMİR	

EK-9: MEB Yasal İzin

> Araştırma Uygulama İzinleri Başvuru ve Değerlendirme Sistemi > Başvurularım

BAŞVURULARIM

Sayfada 10 kayıt göster Ara: 2025.039739.01

BAŞVURU NO	BAŞVURU TARİHİ	ARAŞTIRMANIN ADI	NİTELİĞİ	BAŞVURU DURUMU	SONUÇ RAPORU
MEB.TT.2025.039739.01	02.12.2025	Ebeveynlerin Doğaya Bağlılık Öz Yeterliliği ile Ebeveynlik Stresi ve Çocuk İlişkileri Arasındaki İlişkilerin incelenmesi	Yüksek Lisans Tezi	Onaylandı	

EK-10: Katılımcılar İçin Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu

KATILIMCILAR İÇİN BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ ONAM FORMU

İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Okul Öncesi Eğitimi Anabilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi Hülya KÜÇÜK tarafından yürütülen 'Ebeveynlerin Doğaya Bağlılık Öz Yeterliliği ile Ebeveynlik Stresi ve Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi' başlıklı araştırmaya davet edilmiş bulunuyorsunuz. Bu araştırmaya katılıp katılmama kararını vermeden önce araştırmanın amacı, kapsamı ve süreci hakkında bilgi sahibi olmanız önem taşımaktadır. Lütfen bu formu dikkatle okuyunuz. Anlamadığınız veya açıklanmasını istediğiniz herhangi bir husus varsa araştırmacıya sormaktan çekinmeyiniz. Bu çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Katılmama veya dilediğiniz anda çalışmadan çekilme hakkına sahipsiniz. Katılımınız veya çekilmeniz size herhangi bir olumsuz sonuç doğurmayacaktır. Formlardaki yanıtlarınız gizli tutulacak ve yalnızca bilimsel amaçla kullanılacaktır.

Araştırmayla İlgili Bilgiler:

a. Araştırmanın Amacı: Ebeveynlerin Doğaya Bağlılık Öz Yeterliliği ile Ebeveynlik Stresi ve Ebeveyn-Çocuk İlişkisi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.

b. Araştırmanın Niteliği: Tez çalışması

c. Araştırmanın Öngörülen Süresi: 2 ay

d. Araştırmanın Yapılacağı Yer: Kırşehir İl Merkezi

Çalışmaya Katılım Onayı:

“Yukarıda yer alan bilgileri dikkatlice okudum. Araştırmanın amacı, kapsamı ve süreci tarafıma açık bir şekilde anlatıldı. Gönüllü olarak bu araştırmaya katılmayı kabul ediyorum. İstedğim zaman çalışmadan ayrılabileceğimi, cevaplarımın gizli tutulacağını ve sadece bilimsel amaçlarla kullanılacağını biliyorum.”

Katılımcı (Kendi el yazısı ile):

Ad-Soyad:

İmza:

Not: Bu form iki nüsha olarak düzenlenecek; biri katılımcıya, biri araştırmacıda kalacaktır.