



# Annelerin Emzirme Yeterlilik ve Mutluluk Düzeylerinin Belirlenmesi

## Determination of Breastfeeding Self-efficacy and Happiness Levels of Mothers

Büşranur YILMAZ<sup>1</sup>  
Hava ÖZKAN<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Sağlık Bakanlığı, Havza Devlet Hastanesi, Samsun, Türkiye  
<sup>2</sup>Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, Erzurum, Türkiye



### ÖZ

Bu araştırma, annelerin emzirme yeterlilik ve mutluluk düzeylerinin belirlenmesi amacıyla tanımlayıcı nitelikte yapılmıştır. Araştırma, Erzurum ili Karayazı ilçesinde bulunan üç farklı Aile Sağlığı Merkezinde 19.07.2019–01.03.2020 tarihleri arasında 0–2 yaş arası çocuğu olan 300 emziren anne ile yapılmıştır. Veriler, Anket Formu, Emzirme Yeterlilik Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde; yüzdeler dağılımı, normal dağılım, ortalamaya, t-testi, Varyans analizi ve Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır. Annelerin, Emzirme Yeterlilik Ölçeği'nden aldıkları toplam puan ortalamasının 151,45 ± 11,74 olduğu, Oxford Mutluluk Ölçeği'nden alınan toplam puan ortalamasının ise 152,82 ± 15,04 olduğu saptanmıştır. Emzirme Yeterlilik Ölçeği ile Oxford Mutluluk Ölçeği puan ortalamaları arasındaki ilişki değerlendirildiğinde; emzirme yeterlilik ve mutluluk arasında pozitif yönde ilişki bulunduğu bulunmuştur ( $r = ,366$ ,  $p = ,000$ ). Annelerin, Emzirme Yeterlilik Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeği'nden aldıkları toplam puan ortalamasına göre emzirme yeterlilik ve mutluluk düzeylerinin iyi olduğu saptanmıştır. Annelerin emzirme yeterlilik düzeyi arttıkça mutluluk düzeylerinin de arttığı belirlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Anne, bebek, emzirme, emzirme yeterliliği, mutluluk

### ABSTRACT

This research was conducted in a descriptive manner in order to determine the breastfeeding self-efficacy and happiness levels of mothers.

The research was conducted with 300 breastfeeding mothers with children aged 0–2 between 19.07.2019 and 01.03.2020 in three different Family Health Centers in Erzurum's Karayazı district. The data were collected by using the Survey Form, Breastfeeding Self-efficacy Scale, and Oxford Happiness Questionnaire. In evaluating the data, percentage distribution, normal distribution, mean, t-test, analysis of variance, and Pearson correlation analysis were used. It was found that the mean total score obtained by the mothers from the Breastfeeding Self-efficacy Scale was 151,45 ± 11,74, and the total mean score obtained from the Oxford Happiness Questionnaire was 152,82 ± 15,04.

When the relationship between Breastfeeding Self-efficacy Scale and Oxford Happiness Scale mean scores was evaluated, it was found that there was a positive relationship between breastfeeding self-efficacy and happiness ( $r = ,366$ ,  $p = ,000$ ). It was determined that the mothers' breastfeeding proficiency and happiness levels were good according to the total average score they got from the Breastfeeding Self-efficacy Scale and the Oxford Happiness Scale. It was determined that as the breastfeeding self-efficacy level of the mothers increased, their happiness level increased.

**Keywords:** Mother, baby, breastfeeding, breastfeeding self-efficacy, happiness

### Giriş

Doğum sonu dönemde anneler, güven vermeyi, bebek bakımını, özgüveni, güvensizliği, başarıyı, mutluluğu öğrenirler ve bu dönemdeki ilk işleri emzirmektir (Yıldız, 2008). Doğum sonrası en geç 30 dakika-1 saat içerisinde bebekler emzirmelidir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ve Birleşmiş Milletler Uluslararası Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF) annelerin doğumdan itibaren bebeklerini ilk altı ay sadece anne sütü ile beslemelerini ve uygun tamamlayıcı gıdalarla birlikte 2 yaşına kadar anne sütüne devam etmelerini

Bu makale, Büşranur YILMAZ'ın Yüksek Lisans tezinden üretilmiştir.

Geliş Tarihi/Received: 17.11.2022

Kabul Tarihi/Accepted: 02.12.2022

Yayın Tarihi/Publication Date: 30.12.2022

Sorumlu Yazar/Corresponding Author:  
Hava ÖZKAN  
E-mail: havaoran@atauni.edu.tr

Cite this article as: Yılmaz, B., & Özkan, H. (2022). Determination of breastfeeding self-efficacy and happiness levels of mothers. *Advances in Women's Studies*, 4(2), 29-35.



Content of this journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

önermektedir (UNICEF, 2018; WHO, 2018). Anne sütünün bebeklerin bağışıklık sistemi, sosyal ve psikolojik gelişimi, yeterli ve dengeli beslenmesi, bebek morbilite ve mortalite oranlarını azaltması gibi etkisi oldukça fazladır (Doğan Merih ve ark., 2014; Gönener ve ark., 2010). Anne sütü bebeklerin ölüm ve akut-kronik hastalık riskini azaltır. Bebeklerin büyüme ve gelişmesinin sağlıklı olmasına yardımcı olur, sindirimi kolaydır, güven sağlar, bağışıklığını geliştirir, anneye bağlılığını artırır. Diğer yandan ekonomik, hazırlanışı kolay, prebiyotik ve probiyotik bakterilerce zengin ve pratiktir (Çakmak & Demirel Dengi, 2019).

Emzirmek anne sütünün artmasını sağlar. Anne sütünün artması için annelerin düzenli ve kaliteli uyku, sık sık emzirme, psikolojik hissiyat (bebeğini düşünmesi, kokusunu duyması, fotoğraflarına bakmak, vs.), meme uyarımı, eşin sıcak yaklaşımı, sağlıklı beslenmesi ve bol su tüketimi gereklidir. Doğum öncesi ve doğum sonrası dönemde annelerin emzirme konusunda bilgilendirilmesi emzirme süresini uzatabilir (Irmak, 2016). Anne sütünün kalitesi ve içeriği, saklama koşulları, hangi besin ve içeceklerin süt yapımını desteklediği, yolculuk esnasında veya akraba ziyaretlerinde bebeğini nasıl besleyebileceği anlatılmaktadır. Mama ve anne sütünün yarar ve zararları karşılaştırılmaktadır. Annelerin kendi seçimlerini yapmaları gözlemlenmelidir. Ek gıdaya ne zaman geçilmeli, bebeklere su ne zaman verilmeli gibi doğru bilinmesi gereken bilgiler anlatılmaktadır (Gönener ve ark., 2010).

Anneler doğum sonu dönemde fizyolojik değişiklikler haricinde duygusal değişikliklere de maruz kalabilirler (Beydağ, 2007). Duygusal değişiklikler annelik hüznü, doğum sonu depresyon ve doğum sonu psikozdur. Bu gibi psikolojik değişiklikler görülmesi için bebek bakımı, doğum sonu psikoloji, annenin fiziksel yaralarının iyileşmesi, yeni vücuduna adapte olması, emzirme, ten tene temas, aile planlaması yöntemleri, doğum sonu beslenme, bebeğin gelişim aşamaları gibi birçok konuda sağlık personelinin engin tecrübelerine ihtiyaç duyulmaktadır. Bu sebeple yeterli bilgi düzeyine sahip sağlık personelleri anne adaylarına eğitimleri sık tutmalıdır (Yıldız, 2008). Emzirme süreci bebeğin ve annenin psikolojik bir bağ oluşturmasını, bebeğin anneye olan güveninin artmasını, annenin şefkatli ve koruyucu kollarında mutluluğunu artırır (Doğan Merih ve ark., 2014).

Emzirmenin anneye fizyolojik yararı yanında, psikolojik yönden sağladığı yararlar; annede doyum ve mutluluk yaratmakta, mutluluğu bebeğine yansımakta ve anne bebek temasını güçlendirmektedir (Topal ve ark., 2017). Bebeği okşamak, ona dokunmak, anne ve bebeğin birbirlerinin davranışsal ifadelerini, ihtiyaçlarını anlamalarını sağlar. Aralarındaki bağ, ten teması ve yakınlığı annenin bebeğini beslerken yaşadıklarıyla pekişir. Emzirme, anne ile bebek arasında yakın, sevgi dolu bir ilişki kurulmasını kolaylaştırır. Bu da anneyi duygusal olarak tatmin eder. Emzirme, annenin mutluluğunu bebeğine yansıtmasını sağlayan, anneye zevkli ve huzurlu bir dönem yaşatan süreçtir. Bebeğin teması, kokusu ve sıcaklığı annede somatosensoriyel uyarı sağlayarak gevşeme ve antistres etkisi oluşturur (Annagür & Annagür, 2012). Dolayısıyla, emzirme, anne için doğal bir sakinleştiricidir. Annede psikolojik rahatlığa yol açar ve annenin kendini daha iyi hissetmesini sağlar (Topal ve ark., 2017).

Emzirme özyeterlilik ve mutluluk üzerine bağımsız çalışmalar vardır ancak hem emzirme özyeterlilik hem de mutluluğu birlikte değerlendiren bir araştırmaya rastlanılmadığından dolayı bu araştırma yapılmıştır. Araştırma, annelerin emzirme yeterlilik ve mutluluk düzeylerinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

## Yöntemler

### Araştırmanın Türü

Araştırma, tanımlayıcı ve ilişki arayıcı olarak yapılmıştır.

### Araştırmanın Yeri ve Zamanı

Erzurum ili Karayazı ilçesi Toplum Sağlığı Merkezi'ne bağlı üç farklı Aile Sağlığı Merkezi'nde 19.07.2019–01.03.2020 tarihleri arasında yapılmıştır.

### Araştırmanın Evren ve Örnekleme

Erzurum ili Karayazı ilçesindeki tüm aile sağlığı merkezleri evreni oluşturmuştur. Örneklemini ise Karayazı Merkez ASM, Göksu ASM ve Elmalidere ASM'de 0–2 yaş çocuk izlemleri için kayıtlı olan emziren anneler oluşturmuştur. Araştırmanın örneklem büyüklüğünü belirlemek için evreni bilinen örneklem yöntemi ile yapılan hesaplamada %5 hata payında 0,05 anlamlılık düzeyinde %95 güven aralığında 300 emziren anne alınması gerektiği hesaplanmıştır.

### Örnekleme dahil edilme kriterleri

- 0–2 yaş arası çocuğu olan ve emziren,
- 18–45 yaş arası,
- Görme ve işitme engeli olmayan,
- İletişime ve iş birliğine açık olan,
- Tanılanmış herhangi bir ruhsal bir problemi olmayan anneler,

### Veri Toplama Araçları

Veri toplamak için "Anket Formu, Emzirme Yeterlilik Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeği" kullanılmıştır.

### Anket Formu

Araştırmacılar tarafından hazırlanmış olan anket formu emziren annelerin tanıtıcı özelliklerini (yaş, çalışma durumu, eğitim durumu, evlilik süresi, gebelik sayısı, bebek cinsiyeti, emzirme sıklığı gibi) belirleyen sorulardan oluşmuştur.

### Emzirme Yeterlilik Ölçeği

Emzirme Yeterlilik Ölçeği (EYÖ), emziren annelerin kendi emzirme yeterliliklerini nasıl değerlendirdiklerini belirlemektedir. Dennis ve Faux, tarafından emzirme özyeterliliğini ölçmek için geliştirilmiş 33 maddeden oluşan, iki alt boyutlu 5'li likert tipinde olan ölçek annenin emzirmeye ilişkin inanış ve davranışlarını içeren maddelere yöneliktir (Dennis & Faux, 1999). Ölçeğin Türkçe geçerlilik güvenilirliği çalışması Başgün Ekşioğlu ve Ceber tarafından yapılmış ve ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı 0,92 olarak belirtilmiştir (Başgün Ekşioğlu & Ceber, 2011). Bu araştırmada ise Cronbach Alpha katsayısı 0,88 olarak bulunmuştur. Ölçekte toplam puan arttıkça emzirme yeterliliği de artmaktadır. Ölçekten en düşük 33, en yüksek 165 puan alınmaktadır.

### Oxford Mutluluk Ölçeği

Oxford Mutluluk Ölçeği (OMÖ), Hills ve Argyle (Hills & Argyle, 2002) tarafından geliştirilmiş olup ölçeğin Türkçe uyarlaması Doğan ve Sapmaz tarafından 2012 yılında yapılmıştır (Doğan & Sapmaz, 2012). Ölçek, 28 maddeden oluşan 6'lı likert tipinde bir ölçüm aracıdır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 28, en yüksek puan ise 168'dir. Alınan yüksek puan genel olarak mutluluk düzeyinin yüksek olduğunu gösteresidir. Ölçeğin, Cronbach Alpha değeri 0,86 olarak belirtilmiştir (Doğan & Sapmaz, 2012). Bu araştırmada Cronbach Alpha güvenilirlik değeri 0,92 olarak bulunmuştur.

### Verilerin Toplanması

Veriler, aile sağlığı merkezlerine gelen, araştırmaya katılmayı kabul eden 0–2 yaş çocuk izlemleri için kayıtlı emziren anneler ile görüşme tekniği kullanılarak toplanmıştır. Anket Formu, Emzirme

Yeterlilik Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeği doldurulmadan önce araştırmacı kendisini tanıtarak, çalışmanın konusu ve amacı hakkında annelere bilgilendirme yapmıştır. Annelere açıklama yapıldıktan sonra formlar araştırmacı tarafından annelerin cevapları doğrultusunda doldurulmuştur. Her bir anne ile görüşme, anket ve ölçekleri doldurma yaklaşık 25–30 dakika sürmüştür.

### Verilerin Değerlendirilmesi

Veriler, SPSS 22.00 paket programı ile değerlendirilmiştir. Verilerin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov – Smirnov testi ile değerlendirilmiş olup verilerin istatistiksel değerlendirilmesinde; yüzdelik dağılım, ortalama, t-testi, Varyans analizi ve Pearson Korelasyon analizi yöntemleri kullanılmıştır.

### Araştırmanın Değişkenleri

Bağımlı Değişkenler: Emzirme Yeterlilik Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeği puan ortalamaları bağımlı değişkenleri oluşturmaktadır.

Bağımsız Değişkenler: Emziren annelerin tanıtıcı özelliklerini kapsayan sorular ise bağımsız değişkenleri oluşturmaktadır.

### Araştırmanın Etik İlkeleri

Araştırmanın yapılabilmesi için Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurul Başkanlığı'ndan ve araştırmanın yapıldığı kurumdan gerekli yazılı izinler alınmıştır. Çalışmaya katılan emziren annelere çalışmanın amacı hakkında bilgi verilip soruları yanıtlanmıştır. Emziren annelere, bilgilerinin gizli tutulacağı ve başka bir yerde kullanılmayacağı konusunda bilgilendirme yapılmış ve çalışmadan istedikleri zaman geri çekilme hakkına sahip oldukları açıklanmıştır. Emziren annelerin çalışmaya gönüllü katılmaları sağlanmıştır.

### Araştırmanın Sınırlılık ve Genellenebilirliği

Araştırmaya görme ve işitme engeli olan annelerin alınmaması, çalışma koşullarından dolayı araştırmacının aile sağlığı merkezinde olmadığı durumlarda annelere ulaşılamaması bu araştırmanın sınırlılığıdır. Araştırmanın sonuçları sadece araştırma kapsamındaki emziren annelere genellenebilir.

## Bulgular

Araştırmaya katılanların Emzirme Yeterlilik Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeklerinden aldıkları puan ortalamaları Tablo 1'de sunulmuştur. Annelerin EYÖ toplam puan ortalamasının 151,45 ± 11,74 olduğu, OMÖ puan ortalamasının ise 152,82 ± 15,04 olduğu belirlenmiştir (Tablo 1).

Araştırmaya katılan annelerin tanıtıcı özellikleri Tablo 2'de sunulmuştur. Annelerin %60,3'ü 20–29 yaş grubunda, %72,0'si ilkokul mezunu, %92,0'sinin çalışmadığı, %45,3'ünün 0–5 yıl arası evli olduğu, %27,3'ünün gebelik sayısının 5 ve üzeri olduğu, %51,0'inin bebeğinin kız cinsiyete sahip olduğu, %46,7'sinin bebek her istediğinde bebeğini emzirmiş olduğu, %98,0'inin bebeğini emzirirken

**Tablo 2.**

*Annelerin Tanıtıcı Özellikleri ile EYÖ Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması*

Tanıtıcı Özellikler	s	%	$\bar{X} \pm SS$	Test ve p değeri
<b>Yaş Grubu</b>				
19 yaş ve altı	16	5,3	151,56 ± 14,56	$F = 0,20$
20–29 yaş	181	60,3	151,17 ± 11,85	$p > ,05$
30–39 yaş	89	29,7	151,66 ± 11,40	
40 yaş ve üzeri	14	4,7	153,64 ± 9,89	
<b>Eğitimi</b>				
İlkokul	216	72,0	151,75 ± 11,40	$F = 1,44$
Ortaokul	49	16,4	152,40 ± 11,26	$p > ,05$
Lise	13	4,3	151,15 ± 12,96	
Üniversite	22	7,3	146,54 ± 14,79	
<b>Çalışma Durumu</b>				
Çalışıyorum	24	8,0	147,29 ± 15,25	$t = -1,81$
Çalışmıyorum	276	92,0	151,81 ± 11,35	$p < ,05$
<b>Evlilik Süresi</b>				
0–5 yıl	136	45,3	150,80 ± 11,85	$F = 0,74$
6–10 yıl	72	24,0	151,12 ± 12,50	$p > ,05$
11 yıl ve üzeri	92	30,7	152,68 ± 10,99	
<b>Gebelik Sayısı</b>				
1	73	24,4	150,21 ± 11,78	$F = 0,47$
2	55	18,3	150,89 ± 12,45	$p > ,05$
3	50	16,7	151,40 ± 12,38	
4	40	13,3	152,07 ± 11,99	
5 ve üzeri	82	27,3	152,67 ± 10,82	
<b>Bebek Cinsiyeti</b>				
Erkek	147	49,0	150,99 ± 11,54	$t = -0,66$
Kız	153	51,0	151,90 ± 11,95	$p > ,05$
<b>Emzirme Sıklığı</b>				
Bebek her istediğinde	140	46,7	151,47 ± 11,28	$F = 6,98$
0–3 saat arası	127	42,3	153,17 ± 11,11	$p < ,05$
3–6 saat arası	33	11,0	144,75 ± 13,88	
<b>Emzirirken Mutlu Olma</b>				
Mutlu Oluyorum	294	98,0	151,41 ± 11,78	$t = -0,39$
Mutlu Olmuyorum	6	2,0	153,33 ± 10,81	$p > ,05$
<b>Yeterli Emzirdiğini Düşünme</b>				
Düşünüyorum	255	85,0	152,36 ± 11,32	$t = 3,23$
Düşünmüyorum	45	15,0	146,31 ± 12,89	$p > ,05$

mutlu olduğu ve %85,0'inin yeterli emzirdiğini düşündüğü bulunmuştur (Tablo 2).

Araştırmaya katılan annelerin tanıtıcı özelliklerine göre EYÖ puan ortalamaları karşılaştırıldığında; annelerin çalışma durumuna göre EYÖ puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Annelerin, emzirme sıklığına göre EYÖ puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde farklılık olduğu belirlenmiştir (Tablo 2,  $p < ,05$ ).

Annelerin yaş grubunun, eğitim durumunun, evlilik süresinin, gebelik sayısının, bebek cinsiyetinin, emzirirken mutlu olma

**Tablo 1.**

*Annelerin EYÖ ile OMÖ'den Aldıkları Minimum ve Maksimum Puanlar ile Puan Ortalamalarının Dağılımı*

Ölçek	Ölçekten Alınan Puanlar		Ölçekten Alınan Puan Ortalaması
	Minimum	Maksimum	$\bar{X} \pm SS$
EYÖ	103	165	151,45 ± 11,74
OMÖ	90	168	152,82 ± 15,04

durumunun ve yeterli emzirdiğini düşünmenin EYÖ puan ortalamalarını etkilemediği ve ölçek puan ortalamaları arasındaki farkının anlamlı olmadığı saptanmıştır (Tablo 2,  $p > ,05$ ).

Annelerin, çalışma durumu ve emzirme sıklığına göre OMÖ puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu belirlenmiştir (Tablo 3,  $p < ,05$ ).

Annelerin yaş grubunun, eğitim durumunun, evlilik süresinin, gebelik sayısının, bebek cinsiyetinin, emzirirken mutlu olma durumunun ve yeterli emzirdiğini düşünmenin OMÖ puan ortalamalarını etkilemediği ve ölçek puan ortalamaları arasındaki

**Tablo 3.**  
Annelerin Tanıtıcı Özellikleri ile OMÖ Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

Tanıtıcı Özellikler	s	%	$\bar{X} \pm SS$	Test ve p değeri
<b>Yaş Grubu</b>				
19 yaş ve altı	16	5,3	156,00 $\pm$ 8,64	$F = 1,76$
20–29 yaş	181	60,3	153,74 $\pm$ 14,35	$p > ,05$
30–39 yaş	89	29,7	151,51 $\pm$ 15,90	
40 yaş ve üzeri	14	4,7	145,64 $\pm$ 21,52	
<b>Eğitimi</b>				
İlkokul	216	72,0	152,99 $\pm$ 15,00	$F = 1,03$
Ortaokul	49	16,4	153,97 $\pm$ 12,34	$p > ,05$
Lise	13	4,3	145,84 $\pm$ 25,60	
Üniversite	22	7,3	152,68 $\pm$ 12,71	
<b>Çalışma Durumu</b>				
Çalışıyorum	24	8,0	147,29 $\pm$ 15,25	$t = -1,81$
Çalışmıyorum	276	92,0	151,81 $\pm$ 11,35	$p < ,05$
<b>Evlilik Süresi</b>				
0–5 yıl	136	45,3	153,05 $\pm$ 14,15	$F = 0,61$
6–10 yıl	72	24,0	154,06 $\pm$ 14,13	$p > ,05$
11 yıl ve üzeri	92	30,7	151,51 $\pm$ 16,95	
<b>Gebelik Sayısı</b>				
1	73	24,4	152,08 $\pm$ 15,88	$F = 0,17$
2	55	18,3	154,27 $\pm$ 12,34	$p > ,05$
3	50	16,7	152,66 $\pm$ 14,10	
4	40	13,3	152,92 $\pm$ 18,28	
5 ve üzeri	82	27,3	152,56 $\pm$ 15,04	
<b>Bebek Cinsiyeti</b>				
Erkek	147	49,0	150,99 $\pm$ 11,54	$t = -0,66$
Kız	153	51,0	151,90 $\pm$ 11,95	$p > 0,05$
<b>Emzirme Sıklığı</b>				
Bebek her istediğinde	140	46,7	150,57 $\pm$ 16,09	$F = 7,92$
0–3 saat arası	127	42,3	156,63 $\pm$ 11,53	$p < ,05$
3–6 saat arası	33	11,0	147,66 $\pm$ 18,93	
<b>Emzirirken Mutlu Olma</b>				
Mutlu Oluyorum	294	98,0	151,41 $\pm$ 11,78	$t = -,39$
Mutlu Olmuyorum	6	2,0	153,33 $\pm$ 10,81	$p > ,05$
<b>Yeterli Emzirdiğini Düşünme</b>				
Düşünüyorum	255	85,0	152,36 $\pm$ 11,32	$t = 3,23$
Düşünmüyorum	45	15,0	146,31 $\pm$ 12,89	$p > ,05$

**Tablo 4.**  
Emzirme Yeterlilik ile Mutluluk Puan Ortalaması Arasındaki İlişki

Ölçekler	OMÖ
EYÖ	$r = ,366$
	$p = ,000$

\*\* $p < ,0001$ .

farkının istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir (Tablo 3,  $p > ,05$ ).

Araştırmada kullanılan ölçeklerin puan ortalamaları arasındaki ilişki değerlendirildiğinde; emzirme yeterlilik ve mutluluk düzeyleri arasındaki pozitif yönde ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $r = ,366$ ,  $p = ,000$ , Tablo 4).

## Tartışma

Annelik, kadınların varoluş kimliğidir. Annelik, gebeliği istemekle başlayan doğumla yeni bir döneme geçişi sağlayan ve ömür boyu bitmeyen uğraştır. Annelik, çocuğunu her işten ve herkesten daha önemli kılan, onun için her şeyini feda edebilme düşüncesini oluşturan ve asla bıkmıyan bir hediyedir. Annelik bir bireye sevgiyi, şefkati, merhameti, affedebilmeyi, korkmayı, korumayı, anlayışı ve mutluluğu öğretir (Bozkurt, 2019).

Annelerin emzirme yeterlilik ve mutluluk düzeylerinin belirlenmesi amacıyla yapılan araştırmada annelerin EYÖ'den toplam puan ortalamasının 151,45  $\pm$  11,74 olduğu ve minimum 103 puan, maksimum ise 165 puan aldığı belirlenmiştir. Annelerin emzirme yeterliliklerinin iyi olduğu görülmektedir (Tablo 1). Ekşioğlu ve Çeber Turfan'ın yaptığı çalışmada da annelerin emzirme yeterliliklerinin iyi düzeyde olduğu saptanmıştır (Ekşioğlu & Çeber Turfan, 2015). Bulgu sonuçları sunulan çalışma sonucu ile paralellik göstermektedir. Annelerin doğum sonrasında gelişimsel sorumlulukları olan emzirme eylemini gerçekleştirmeleri ve bebeğin beslenmesini en iyi şekilde yerine getirmeleri açısından emzirmeyi önemsemeleri emzirme yeterliliklerinin iyi olmasına olanak sağladığı düşünülmektedir.

Annelerin OMÖ'den minimum aldığı puan 90 ve maksimum aldığı puanın 168 olduğu, OMÖ'den aldıkları puan ortalamasının ise 152,82  $\pm$  15,04 olduğu bulunmuştur. Annelerin mutluluk düzeylerinin iyi olduğu görülmektedir (Tablo 1). Anne olmak, bir kadının hayatının anlamını değiştirebilir (Prinds ve ark., 2014). Bir kadının, anne olmasına bağlı olarak hayatının anlamının değişmesi onun mutlu olmasına neden olabilir.

Annelerin yaş grupları ile EYÖ puan ortalamaları ile incelendiğinde, puan farkının istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir (Tablo 2). İnce ve ark.'nın tarafından yapılan çalışmada anne yaşının emzirme yeterlilik düzeyini etkilemediği ifade edilmiştir (İnce ve ark., 2017). Araştırmanın bulgusu sunulan çalışma sonucu ile paralellik göstermektedir. Ancak Küçüköğlü ve Çelebioğlu tarafından yapılan çalışmada anne yaşının emzirme yeterlilik düzeyini etkilediği ve sonucun anlamlı olduğu belirtilmiştir (Küçüköğlü & Çelebioğlu, 2014). Küçüköğlü ve Çelebioğlu'nun araştırma bulgusuyla sonucumuz benzerlik göstermemektedir. Bu farklılık yaş gruplarının dağılımından dolayı olabileceğini düşündürmektedir.

Annelerin EYÖ puan ortalamaları ile eğitim durumları arasında farkının istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir (Tablo 2). Annelerin eğitim durumlarına göre emzirme yeterlilik puan



ortalamaları birbirine yakın bulunmuş olup üniversite mezunu annelerin puan ortalamaları düşük olarak belirlenmiştir. Ancak Küçüköğlü ve Çelebioğlu tarafından yapılan çalışmada üniversite mezunu annelerin emzirme yeterlilik puan ortalamaları yüksek olarak bulunmuş ve gruplar arasında anlamlı fark olduğu belirtilmiştir (Küçüköğlü & Çelebioğlu, 2014). Bu çalışma sonucu yapılan araştırma bulgusuyla benzerlik göstermemektedir. Bu uyumsuzluğun eğitim düzeyi gruplarının dağılımından kaynaklanabileceğini düşündürmektedir.

Çalışma durumuna göre EYÖ puan ortalamaları incelendiğinde, çalışmayan annelerin emzirme yeterlilik düzeylerinin çalışanlara göre daha iyi olduğu ve gruplar arasındaki farkın istatistiksel bakımdan anlamlı olduğu saptanmıştır (Tablo 2). Yapılan çalışmalarda annenin çalışmasının emzirme yeterlilik düzeyini anlamlı etkilediği belirtilmiştir (Akkoyun & Taş Aslan, 2016; Küçüköğlü & Çelebioğlu, 2014). Sunulan çalışmalar yapılan araştırma bulgusuyla benzerlik göstermektedir.

Annelerin evlilik süresine göre EYÖ puan ortalamaları incelendiğinde, 11 yıl ve üzeri evli olan annelerin emzirme yeterlilik düzeylerinin diğer gruplara göre daha iyi olduğu, evlilik süresi arttıkça puan ortalamalarının da arttığı ve gruplar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir (Tablo 2). Uzun süre evli olma ve daha önce emzirme deneyiminin olması gibi faktörler annelerin emzirme yeterlilik düzeylerini etkilemiş olabileceği düşünülmektedir.

Annelerin gebelik sayısı ile EYÖ puan ortalamaları arasındaki istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır (Tablo 2). Annelerin gebelik sayısı ile emzirme yeterlilik puan ortalamaları birbirine çok yakın ve iyi düzeyde bulunmuştur. Ancak gebelik sayısı arttıkça annelerin emzirme yeterlilik puanlarının kısmen arttığı belirlenmiştir. Bu sonuç annelerin emzirme deneyimlerinden kaynaklanmış olabileceğini düşündürmektedir.

Bebek cinsiyetine göre annelerin EYÖ puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel bakımdan anlamlı olmadığı saptanmıştır (Tablo 2). Küçüköğlü ve Çelebioğlu ile Akkoyun ve Taş Aslan tarafından yapılan çalışmalarda da gruplar arasında anlamlı fark olmadığı belirtilmiştir (Akkoyun & Taş Aslan, 2016; Küçüköğlü & Çelebioğlu, 2014) olup sonuçlar benzerlik göstermektedir.

Annelerin emzirme sıklığına göre EYÖ puan ortalamaları incelendiğinde, 0–3 saat arası emziren annelerin emzirme yeterlilik düzeylerinin diğer gruplara göre daha iyi olduğu ve gruplar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur (Tablo 2). Aslan ve Ege'nin yaptığı çalışmada düzenli aralıklarla emzirmenin yeterliliği olumlu yönde etkilediği belirtilmiştir (Aslan & Ege, 2016). Bulgu sonuçları benzerlik göstermektedir. Annelerin emzirme konusunda duyarlı ve istekli olmaları emzirmeyi olumlu etkileyebileceği ve emzirme sıklığını önemsemeleri annelerin emzirme yeterlilik puan ortalamalarını etkilemiş olabileceği düşünülmektedir.

Annelerin emzirirken mutlu olma durumları ile EYÖ puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı bulunmuştur. Aynı zamanda emzirirken mutlu olan ile olmayan annelerin emzirme yeterlilik puan ortalamalarının iyi düzeyde ve birbirine yakın olduğu belirlenmiştir (Tablo 2). Bu sonuç annelerin mutlu olsa da olmasa da bebeğin emzirilmesinin önemli olduğunu düşündüklerini ve annelik rolünü gerçekleştirmek için emzirme işlevinin yerine getirilmesinden kaynaklanabileceğini göstermektedir.

Yeterli emzirdiğini düşünme durumlarına göre annelerin EYÖ puan ortalamaları incelendiğinde, yeterli emzirdiğini düşünen annelerin emzirme yeterlilik düzeylerinin yeterli emzirdiğini düşünmeyenlere göre daha iyi olduğu ve gruplar arasındaki farkın istatistiksel bakımdan anlamlı olmadığı saptanmıştır (Tablo 2). Emzirme yeterlilik düzeyini etkileyen yeterli sütünün olması, bebeğinin büyüme ve gelişmesinin iyi olması gibi durumlar annelerin yeterli emzirdiğini düşünmesine sebep olabileceği düşünülmektedir.

Annelerin yaş grupları ile OMÖ puan ortalamaları incelendiğinde, gruplar arasında farkının istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir. Ancak 19 yaş ve altı annelerin mutluluk düzeylerinin diğer gruplara göre yüksek olduğu saptanmıştır. Bulgulara göre yaş arttıkça mutluluk düzeyi azalmaktadır (Tablo 3). Bu durum annelerin erişkinliğe ulaştıkça yaşama dair kaygılarından kaynaklanmış olabileceğini düşündürmektedir.

Annelerin eğitim durumları ile OMÖ puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel incelemede anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Araştırmada ortaokul mezunu annelerin puan ortalaması diğer gruplardan kısmen yüksek olduğu bulunmuştur (Tablo 3). Cır'ın yapmış olduğu çalışmada ortaokul mezunu olan anne ve babaların mutluluk düzeyleri en yüksek iken, lisans mezunu anne ve babaların mutluluk düzeyleri en düşük bulunmuştur (Cır, 2020). İnsanların bilgi, beceri ve anlayış düzeyleri arttıkça mutluluk düzeyleri azalmaktadır. Bu verilerden yola çıkarak, bireylerin bilgi ve beceri seviyeleri arttıkça yaşamdan beklentilerinin gerçekleşmemesi halinde mutluluk düzeylerinin azaldığı söylenebilir.

Annelerin çalışma durumuna göre OMÖ puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır (Tablo 3). Ancak Yağmur ve ark.'nın<sup>19</sup> yaptığı çalışmada çalışma durumları ile mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı belirtilmiştir (Yağmur ve ark., 2019). Sunulan çalışma ile araştırma bulguları arasında benzerlik bulunmamaktadır. Bu sonuç, araştırmada yapılan toplumun özelliklerinden kaynaklanmış olabilir. Araştırmada çalışan annelerin mutluluk düzeylerinin çalışmayanlara göre daha düşük olduğu belirlenmiştir. Bu sonuç zamanının büyük bölümünü işte geçiren anneler çocuklarıyla yeterince vakit geçiremediklerini ve ideal annelik beklentilerini karşılayamadıklarını düşünmelerinden dolayı suçluluk hissedebilirler. Bu durum mutluluk puanlarının daha düşük olmasında etkili olmuş olabilir.

Annelerin evlilik süresi ile OMÖ puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel bakımdan anlamlı olmadığı saptanmıştır (Tablo 3). Evlilik süresinin annelerin mutluluk düzeyleri üzerine etkili olmadığını düşündürmektedir. Evlilik süresi arttıkça eşlerin birbirlerini anlamaya başlamaları ve ailede birbirlerine destek vermeleri gibi faktörlerin etkili olmuş olabileceğini düşündürmektedir.

Gebelik sayısına göre annelerin OMÖ puan ortalamaları değerlendirildiğinde, iki gebeliğe sahip olan annelerin puan ortalamasının diğer gruplardan daha yüksek olduğu belirlenmiş ve istatistiksel incelemede gruplar arası fark anlamlı bulunmamıştır (Tablo 3). Sezer ve ark.'nın yaptıkları çalışmada annelerin öznel mutluluk puan ortalamalarının sahip olunan çocuk sayısına göre anlamlı bir farklılık göstermediğini tespit etmiştir (Sezer ve ark., 2019). Bulgu sonucu sunulan çalışma sonucu ile paralellik göstermektedir.

Bebek cinsiyetine göre annelerin OMÖ puan ortalamaları incelendiğinde, kız ve erkek bebeğe sahip annelerin OMÖ puan ortalamaları arasında istatistiksel bir farklılık bulunmamıştır (Tablo 3). Yağmur ve ark.'nın tarafından yapılan çalışmada çocuğun

cinsiyeti ile mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Yağmur ve ark., 2019). Bebeğin cinsiyeti ile mutluluk düzeyi arasında bir fark bulunmaması, annelerin annelik içgüdüğü ile çocuğunu içtenlikle kabullenip sahiplenmesinden kaynaklanabilir.

Annelerin emzirme sıklığına göre OMÖ puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır (Tablo 3). Bebeğini 0–3 saat arası sürelerde emziren annelerin mutluluk düzeylerinin diğer gruplara göre daha iyi olduğu bulunmuştur. Bebeğin iki emzirme arasındaki sürenin 2–3 saat olması bebeğin beslenmesi için önemlidir (Çavuşoğlu, 2015). Belirli saat aralıklarla bebeği emzirmek anneye yeterli zaman, kaliteli yaşam kazandıracığı için mutluluk düzeyini etkilemede sonuç anlamlı çıkmış olabilir.

Annelerin emzirirken mutlu olma durumlarına göre OMÖ puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir (Tablo 3). Emzirirken mutlu olan ve olmayan annelerin puanları iyi düzeyde bulunmuştur. Bu sonuç annelerin emzirme işlevini yerine getirirken her koşulda mutlu olduklarını düşündürmektedir.

Yeterli emzirdiğini düşünme durumlarına göre annelerin OMÖ puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ancak yeterli emzirdiğini düşünen annelerin mutluluk düzeylerinin yeterli emzirdiğini düşünmeyenlere göre kısmen iyi olduğu saptanmıştır (Tablo 3). DSÖ emzirmeyi bebeklerin beslenme, büyüme ve sağlığı için ideal bir yöntem olarak belirtmektedir (WHO, 2002). Yeterli emzirdiğini düşünen annelerin bebeklerinin doyduğunu ve kilo aldığını görmeleri gibi durumlar annelerin emzirme işlevini iyi yaptığını düşündürebilir. Bu durumun annelerin kendilerini mutlu hissetmelerine neden olabileceğini düşündürmektedir.

Annelerin emzirme yeterlilik ve mutluluk düzeyleri arasında pozitif yönde ilişki belirlenmiştir ( $r = ,366, p = ,000$ , Tablo 4). Bu sonuç annelerin emzirme yeterliliklerinin kendilerini mutlu ettiğini göstermektedir. Ayrıca annelerin mutlu oldukça emzirme yeterliliklerinin arttığını düşündürmektedir. Emzirme anneler için önemli bir sorumluluktur. Bu nedenle sorumluluğunu yerine getiren birey mutlu olmaktadır. Annelerin emzirme sonucunda bebeklerinin büyüme ve gelişme göstermesi annelerin bu konuda kendilerini yeterli hissetlerine neden olabilir. Emzirme yeterliliği gösteren anneler mutlu hissedebilir. Araştırma sonucunda emzirme yeterlilik ve mutluluk düzeyleri arasında pozitif yönde ilişkinin olması bunu göstermektedir. Ayrıca Türkiye’de emzirme yeterlilik ve mutluluğun birlikte araştırıldığı ilk çalışma olması nedeniyle bu sonuçlar literatüre katkı sağlayacaktır.

## Sonuç ve Öneriler

Annelerin yaş grubu, eğitimi, evlilik süresi, gebelik sayısı, bebek cinsiyeti, emzirirken mutlu olma, yeterli emzirdiğini düşünme durumlarının emzirme yeterlilik düzeyi ile mutluluk düzeyini etkilemediği saptanmıştır.

Annelerin çalışma durumu ve emzirme sıklığı durumlarının emzirme yeterlilik düzeyi ile mutluluk düzeyini etkilediği belirlenmiştir.

Annelerin emzirme yeterlilik düzeyleri arttıkça mutluluk düzeylerinin de arttığı saptanmıştır.

Araştırma bulgularına göre; sağlık çalışanları tarafından annelere/anne adaylarına emzirmenin ve anne sütünün önemi hakkında bilgilendirmelerin yapılması, anne-bebek bağlanmasında

emzirmenin önemli olduğu ve emzirmenin mutluluğu pekiştireceği konusunda farkındalık kazandırmaya yönelik eğitimler yapılmalıdır.

**Etik Komite Onayı:** Bu çalışma için etik komite onayı Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurul Başkanlığından (Tarih: 30.02.2019, No: 04/91) alınmıştır.

**Bilgilendirilmiş Onam:** Çalışmaya katılan katılımcılardan yazılı onam alınmıştır.

**Hakem Değerlendirmesi:** Dış bağımsız.

**Yazar Katkıları:** Fikir – H.Ö.; Tasarım – H.Ö.; Denetleme – H.Ö.; Kaynaklar – B.Y.; Malzemeler – B.Y.; Veri Toplanması ve/veya İşlemesi – B.Y.; Analiz ve/veya Yorum – H.Ö.; Literatür Taraması – B.Y.; Yazıyı Yazan – H.Ö., B.Y.; Eleştirel İnceleme – H.Ö.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar, çıkar çatışması olmadığını beyan etmişlerdir.

**Finansal Destek:** Yazarlar, bu çalışma için finansal destek almadıklarını beyan etmişlerdir.

**Ethics Committee Approval:** Ethics committee approval for this study was received from Atatürk University Faculty of Medicine, Non-Invasive Clinical Research Ethics Committee (Date: 30.02.2019, No: 04/91).

**Informed Consent:** Written informed consent was obtained from all participants who participated in this study.

**Peer-review:** Externally peer-reviewed.

**Author Contributions:** Concept – H.Ö.; Design – H.Ö.; Supervision – H.Ö.; Resources – B.Y.; Materials – B.Y.; Data Collection and/or Processing – B.Y.; Analysis and/or Interpretation – H.Ö.; Literature Search – B.Y.; Writing Manuscript – H.Ö., B.Y.; Critical Review – H.Ö.

**Declaration of Interests:** The authors declare that they have no competing interest.

**Funding:** The authors declare that this study had received no financial support.

## Kaynaklar

- Akkoyun, S., & Taş Aslan, F. (2016). İlk altı ay boyunca emziren annelerin emzirme öz-yeterlilikleri. *Journal of Pediatric Research*, 3, 191–195.
- Annagür, B. B., & Annagür, A. (2012). Doğum sonrası ruhsal durum emzirme ile ilişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(3), 279–292.
- Aslan, Y., & Ege, E. (2016). Annelerin emzirme öz-yeterliliği ve depresyon riski ile ilişkisi. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 3160–3172. [\[CrossRef\]](#)
- Beydağ, K. D. (2007). Doğum sonu dönemde anneliğe uyum ve hemşirenin rolü. *TSK Korumucu Hekimlik Bülteni*, 6(6), 479–484.
- Bozkurt, A. (2019). *Annelik deneyimleri üzerine nitel bir araştırma* [Yayınlanmamış Yüksek Lisan Tezi]. Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çakmak, S., & Demirel Dengi, A. S. (2019). Postpartum dönemdeki annelerin emzirme ve anne sütünün önemi hakkındaki bilgilerinin değerlendirilmesi. *Türk Aile Hekimliği Dergisi*, 23(1), 9–19.
- Çavuşoğlu, H. (2015). *Çocuk Sağlığı Hemşireliği* (2. Cilt). 11. Baskı. Sistem Ofset Basımevi.
- Cır, K. G. (2020). *Çocukların ve ebeveynlerinin mutluluk ve umut düzeylerinin karşılaştırılması* [Yayınlanmamış Yüksek Lisan Tezi]. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Dennis, C. L., & Faux, S. (1999). Development and psychometric testing of the breastfeeding self-efficacy scale. *Research in Nursing and Health*, 22(5), 399–409. [\[CrossRef\]](#)

- Doğan Merih, Y., Alioğulları, A., & Karatana, Ö. (2014). Süt arttırıcı bitki çayının sezaryenle doğum yapmış annelerde anne sütünün içeriği ve yenidoğanın fizyolojik kaybı üzerine etkisi. *Kadın Sağlığı Hemşireliği Dergisi*, 1, 80–92.
- Doğan, T., & Sapmaz, F. (2012). Oxford Mutluluk Ölçeği Türkçe formunun psikometrik özelliklerinin üniversite öğrencilerinde incelenmesi. *Düşünen adam Psikiyatri ve Nörolojik bilimler dergisi*, 25, 297–304.
- Eksioglu, A. B., & Ceber, E. (2011). Translation and validation of the breast-feeding self-efficacy scale into Turkish. *Midwifery*, 27(6), e246–e253. [\[CrossRef\]](#)
- Ekşioğlu, A., & Çeber Turfan, E. (2015). Emzirme akran danışmanlığının ilk kez doğum yapan annelerin emzirme özyeterliliklerine etkisi. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 17(2–3), 36–48.
- Gönener, H. D., Balat, A., & Aydın, N. (2010). Çocuk sağlığı ile ilgili alanlarda çalışmayan hekim ve hemşirelerin anne sütüne yönelik bilgi durumları. *Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 18(3), 128–135.
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33(7), 1073–1082. [\[CrossRef\]](#)
- İnce, T., Aktaş, G., Aktepe, N., & Aydın, A. (2017). Annelerin emzirme özyeterlilikleri ve emzirme başarılarını etkileyen özelliklerin değerlendirilmesi. *İzmir Dr. Behçet Uz çocuk Hast Dergisi*, 7, 183–190.
- İrmak, N. (2016). Anne sütünün önemi ve ilk 6 ay sadece anne sütü vermeyi etkileyen unsurlar. *Journal of Turkish Family Physician*, 7(2), 27–31. [\[CrossRef\]](#)
- Küçükkoğlu, S., & Çelebioğlu, A. (2014). Hasta yenidoğanların annelerinin emzirme öz yeterlilik düzeyi ve emzirme başarılarının incelenmesi. *Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2, 1–11.
- Prinds, C., Hvidt, N. C., Mogensen, O., & Buus, N. (2014). Making existential meaning in transition to motherhood—a scoping review. *Midwifery*, 30(6), 733–741. [\[CrossRef\]](#)
- Sezer, T., Uyanık, G., Karabulut, A. G., & Koçak Sazlı, E. (2019). 5–6 yaşında çocuğu olan annelerin çocukluk deneyimleri ve öznel mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 9, 177–193.
- Topal, S., Çınar, N., & Altinkaynak, S. (2017). Emzirmenin anne sağlığına Yararları. *J. Hum. Rhythm*, 3(1), 25–31
- United Nations Children's Fund (2018). Retrieved from <https://www.unicef.org/stories/breastfeeding-first-hour-birth-what-works-and-what-hurts>. Erişim tarihi: 11.11.2022.
- World Health Organization (2002). *Infant and young child nutrition; global strategy for infant and young child feeding, 2002, tech. Rep, EB 109/12*. Erişim Tarihi: 11.11.2022.
- World Health Organization (2018) *Guideline: counselling of women to improve breastfeeding practices*. Retrieved from <https://www.who.int/publications/i/item/9789241550468>. Erişim tarihi: 11.11.2022.
- Yağmur, Y., Oltuluoğlu, H., & Ergin, İ. O. (2019). İntrauterin dönemde fetal cinsiyetin annelerin mutluluk düzeyine etkisi. *Ac.U. Sağlık Bil Derg.*, 10, 89–93.
- Yıldız, D. (2008). Doğum sonrası dönemde annelerin bebek bakımı konusunda danışmanlık gereksinimleri ve yaklaşımlar. *Gülhane Tıp Dergisi*, 50, 294–298.