



Original Research / Orijinal Araştırma

The Effect of Cognitive Flexibility and Cognitive Emotion Regulation of Women in the Early Postpartum Period on Their Maternal Role: A Cross-Sectional Web-Based Study

Erken Doğum Sonrası Dönemdeki Kadınların Bilişsel Esneklik ve Bilişsel Duygu Düzenleme Durumlarının Annelik Rolü Üzerine Etkisi: Kesitsel Web Tabanlı Bir Çalışma

Habibe BAY ÖZÇALIK¹, Süreyya KILIÇ², Sema DERELİ YILMAZ¹

Abstract

Objective: The role of motherhood is a dynamic and evolving process in which women learn and perform maternal behaviours. During this period, when new roles and responsibilities emerge, it is important to assess cognitive functions and sensory that may benefit mothers' life adaptations. In this study, it was aimed to determine the effects of cognitive flexibility and cognitive emotion regulation status of women in the early postpartum period on the role of motherhood.

Methods: This study in cross-sectional web design was conducted between 01 March and 30 June 2023. Questionnaires were created using the "surveyy.com" website and shared on social media platforms. The research was conducted with 482 mothers in the early postpartum period. Data were collected using Personal Information Form, Semantic Differentiation Scale-Myself as Mother, Cognitive Flexibility Inventory, and Cognitive Emotion Regulation Questionnaire-Short Form. T test, Anova, Linear Regression, and Tukey tests were used in data analysis.

Results: The maternal role, cognitive flexibility and cognitive emotion regulation scale total score averages of mothers in the postpartum period were determined as 57.91±10.27, 73.26±10.73 and 51.00±10.41, respectively. Sociodemographic and obstetric characteristics of mothers do not affect the total maternal role score. While the level of cognitive flexibility has a positive and significant effect on the total maternal role score ($p<0.001$) ($R^2=0.110$), rumination and blaming others, which are cognitive emotion regulation strategies, have a negative and significant effect on the total maternal role score ($p<0.001$) ($R^2=0.083$).

Conclusion: The results of this study show that the level of cognitive flexibility and cognitive emotion regulation strategies are effective factors on mothering role. In our study it was found that maternal role and cognitive flexibility scores were good and emotion regulation strategies were average. In the postpartum period, an approach to the mother should be taken by taking into account maternal cognitive perceptions. It is thought that a good understanding of the mental state of those giving birth and the stress that new roles create on the mother will enable more personalized treatment for each woman and will also make it easier to adapt to this process.

Key words: Postpartum period, cognitive flexibility, maternal role, cognitive emotion regulation.

Özet

Amaç: Annelik rolü, kadının annelik davranışlarını öğrendiği ve bu davranışları yerine getirdiği dinamik ve gelişimsel bir süreçtir. Yeni rol ve sorumlulukların ortaya çıktığı bu dönemde, annelerin yaşam adaptasyonlarına fayda sağlayabilecek duyuşsal ve bilişsel fonksiyonların değerlendirilmesi önemlidir. Bu çalışmada, erken doğum sonrası dönemdeki kadınların bilişsel esneklik ve bilişsel duygu düzenleme durumlarının annelik rolü üzerine etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Kesitsel web tasarımıdaki bu çalışma, 01 Mart-30 Haziran 2023 tarihleri arasında yürütülmüştür. Anketler "surveyy.com" web sitesi kullanılarak oluşturulmuş ve sosyal medya platformlarında paylaşılmıştır. Araştırma erken postpartum dönemdeki 482 anne ile gerçekleştirilmiştir. Verileri Kişisel Bilgi Formu, Anlamsal Farklılık Ölçeği-Anne Olarak Ben, Bilişsel Esneklik Envanteri ve Bilişsel Duygu Düzenleme Anketi Kısa Formu kullanılarak toplanmıştır. Veri analizinde t testi, Anova, Lineer Regresyon ve Tukey testleri kullanılmıştır.

Bulgular: Doğum sonrası dönemdeki annelerin annelik rolü, bilişsel esneklik ve bilişsel duygu düzenleme ölçek toplam puan ortalamaları sırasıyla 57.91±10.27, 73.26±10.73 ve 51.00±10.41 olarak tespit edilmiştir. Annelerin sosyodemografik ve obstetrik özellikleri annelik rolü toplam puanını etkilememektedir. Bilişsel esneklik düzeyinin annelik rolü toplam puanı üzerinde pozitif ve anlamlı bir etkisi varken ($p<0.001$) ($R^2=0.110$); bilişsel duygu düzenleme stratejilerinden ruminasyon ve diğerlerini suçlama puanının annelik rolü toplam puanı üzerinde negatif ve anlamlı bir etkisi vardır ($p<0.001$) ($R^2=0.083$).

Sonuç: Bu araştırmanın sonuçları, bilişsel esneklik düzeyi ve bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin annelik rolü üzerinde etkili bir faktör olduğunu göstermektedir. Çalışmamızda, annelik rolü ve bilişsel esneklik puanının iyi, duygu düzenleme stratejilerinin ortalama düzeyde olduğu belirlenmiştir. Doğum sonrası dönemde maternal bilişsel algılar dikkate alınarak anneye yaklaşım sağlanmalıdır. Doğum yapanların zihinsel durumu ile yeni rollerin anne üzerinde oluşturduğu stresin iyi anlaşılması, her kadın için daha kişiselleştirilmiş tedaviyi mümkün kılabilceği gibi bu sürece uyum sağlamayı da kolaylaştıracağı düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Doğum sonrası dönem, bilişsel esneklik, annelik rolü, bilişsel duygu düzenleme

Geliş tarihi / Received: 27.11.2023 Kabul tarihi / Accepted: 26.05.2024

¹ Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ebelik Bölümü Konya, Türkiye

² Konya Şehir Hastanesi Perinataoloji Servisi Konya, Türkiye

Address for Correspondence / Yazışma Adresi: Habibe BAY ÖZÇALIK, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ebelik Bölümü Konya, Türkiye

E-posta: habiberk@hotmail.com Tel: +90 5424469343

Bay Özçalık H, Kılıç S, Dereli Yılmaz S. *The Effect of Cognitive Flexibility and Cognitive Emotion Regulation of Women in the Postpartum Period on Their Maternal Role: A Cross-Sectional Web-Based Study*. TJFMPC, 2024; 18 (3) :346-356
DOI:10.21763/tjfm.1396608

Giriş

Bir kadının hayatındaki en önemli ve özel rollerden biri anneliktir.¹ Annelik rolü, kadının annelik davranışlarını öğrendiği ve bu davranışları yerine getirdiği dinamik ve gelişimsel bir süreçtir.^{2,3} Bu süreç, genellikle gebelik döneminde başlar ve doğumdan sonraki ilk yıl içinde tamamlanır.⁴ Annelik rolü; sosyal roller, davranışlar ve tutumlardan oluşan dinamik ve iki bileşenli (mekanik/pratik ve bilişsel/motor) bir süreçtir. Sürecin birinci bileşeni bebeğin beslenme, giyinme gibi ihtiyaçlarını karşılama ve onun güvenliğini sağlama gibi fiziksel bakımına yönelik faaliyetleri içerirken, ikinci bileşenini duygusal ve bilişsel becerilerden oluşmaktadır.^{3,5,6}

"Duygu düzenlemesi" terimi, bir duyguyu azaltma, sürdürme veya artırma stratejilerini kapsar ve bireylerin hangi duygulara sahip olacaklarını, ne zaman sahip olacaklarını ve bu duyguları nasıl deneyimleyip ifade edeceklerini nasıl etkiledikleri süreçleri ifade eder.⁷ Duyguların düzenlenmesinde bilişsel süreçler kullanılır. Bireyler karşılaştıkları olaylar sırasında önce bireysel bir strateji geliştirir, ardından duygusal bir tepki verirler. Bu sayede bireyler stresli bir durumda duygularını yönetebilmektedir.⁸ Bu bağlamda yeni bir bebeğin doğumu, her anne üzerinde olumlu duygular ve iyi olma hissi oluşturmaz.⁹ Özellikle ilk kez anne olan ve kendini anneliğe hazır hissetmeyen kadınlar bu süreçte yoğun stres yaşayabilmektedirler.³ Doğumdan sonra yaşanan ruh hali değişiklikleri ve duygusal krizler bebeğin bakım ve beslenmesinde aksamalara neden olabilmekte ve bu durum da bebeğin büyüme ve gelişimini olumsuz etkileyebilmektedir.¹⁰ Bu nedenle, doğum sonrası dönemde hem anne-bebek ilişkisi hem de yeterli bakımın sağlanmasında duygu düzenleme stratejileri büyük önem taşımaktadır.¹¹ Kadınlar duygu düzenleme becerileri ile duygusal durumlarının farkında olma ve anlama, duygularını ele almak ve amaca yönelik davranışlarda bulunmak için esnek ve duruma uygun stratejiler kullanarak psikolojik iyi oluşlarını artırabilir ve bebeklerine karşı tepkilerini şekillendirebilir.^{11,12}

Anneliğe geçiş sürecinde önemli olan bir diğer faktör de bilişsel esnekliktir.¹³ Bilişsel esneklik, bir kişinin davranışını değişen koşullara ve çevreye göre uygun bir şekilde değiştirme yeteneği olarak ifade edilir.¹⁴ Bilişsel esneklik ile kadınlar; duygu ve düşüncelerini belirleme, bakış açılarını değiştirme, değişen koşullara uyum sağlama ve görevler arasında esnek bir şekilde geçiş yapma becerilerine sahip olurlar.^{13,15,16} Bilişsel esneklik düzeyi yüksek olan bir kadın, annelik konusunda daha dengeli bir görüşe sahip iken, bilişsel esneklik düzeyi daha düşük olan bir anne rolünü daha katı bir şekilde görebilir ve uyum sağlamakta zorluk yaşayabilir.¹³ Bilişsel esneklik, duygusal netlik ile duygu düzenleme arasında bağlantı kurmada da önemli rol oynamaktadır.¹⁷ Yüksek düzeyde sıkıntıyı tolere etme yeteneğine sahip bireylerin daha yüksek derecede bilişsel esnekliğe sahip olduğu ve bilişsel olarak daha esnek bireylerin duygu düzenlemede daha az zorluk yaşadıkları bildirilmiştir.¹⁸

Yeni rol ve sorumlulukların ortaya çıktığı bu dönemde annelerin bilişsel esneklik ve bilişsel duygu düzenleme becerilerinin belirlenerek desteklenmesi, yaşam adaptasyonlarına fayda sağlayabilecek daha esnek ve uyarlanabilir düşünce geliştirmelerine yardımcı bir husus olabileceği gibi annelik rolünün gelişimine de katkı sağlayabilir.¹⁹ Ayrıca araştırmacıların bildiği kadarı ile literatürde annelik rolü, bilişsel esneklik ve bilişsel duygu düzenlemeyi birlikte değerlendiren bir çalışmaya rastlanmamıştır. Tüm bunlar göz önünde bulundurulduğunda bilişsel esneklik ve bilişsel duygu düzenleme durumlarının annelik rolünü nasıl etkilediği merak uyandırmaktadır. Bu nedenle bu çalışmada, erken doğum sonrası dönemdeki kadınların bilişsel esneklik ve bilişsel duygu düzenleme durumlarının annelik rolü üzerine etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem

Çalışma Tasarımı ve Yeri

Bu çalışma, web tabanlı kesitsel tanımlayıcı bir araştırmadır. Anketler "surveyy.com" web sitesi kullanılarak oluşturulmuş ve sosyal medya platformlarında (Facebook, Instagram, Twitter) paylaşılmıştır. Yanıtlar çevrimiçi olarak toplanmıştır. Formda verilerin toplanma amacına ilişkin bilgi ve aydınlatılmış onam yer almaktadır.

Örneklem

Araştırmanın evrenini 01 Mart 2023-30 Haziran 2023 tarihleri arasında sosyal medya kullanan annelerden oluşmuştur. Araştırmaya ait örneklem büyüklüğü G*Power 3.1.7 programı ile hesaplanmıştır.²⁰ Anlamsal Farklılık Anne Olarak Ben ölçeği bilinen puanı (51.23±7.31) kullanılarak 1 puanlık sapma içinde %85 güçle 0.13 etki büyüklüğünde 482 kadın olarak belirlenmiştir.²¹

Katılımcılar

Araştırmaya 37-42 gebelik haftasında doğum yapan, canlı ve sağlıklı tek bir bebeğe sahip olan, en az bir kez doğum yapmış, 18 yaş üzeri, erken postpartum dönemde (doğum sonrası ilk bir hafta) olan en az ilkokul mezunu ve Türkçe iletişim kurabilen anneler araştırmaya dâhil edilmiştir. Tanı konulmuş bir ruh sağlığı sorunu bulunan, doğum ve doğum sonrası dönemde maternal ya da fetal komplikasyon yaşayan anneler ise araştırma dışı bırakılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından ilgili literatür doğrultusunda^{7,22} hazırlanan, katılımcı annelerin demografik özellikleri (yaş, öğrenim düzeyi, çalışma durumu vb.) ile birlikte doğum sonrası dönemde kadının

annelik rolünü, bilişsel esneklik ve bilişsel duygu düzenleme düzeyini etkileyebilecek faktörleri saptamaya çalışan 24 soruluk formdur.

Anlamsal Farklılık Ölçeği-Anne Olarak Ben (AFÖ): Walker ve arkadaşlarının (1986) annelerin ebeveynlik davranışlarını değerlendirmek amacıyla geliştirdiği bir ölçektir.²³ Ölçeğin Türkçe Dil geçerlik güvenirliği 2003 yılında Çalışır ve Basbakkal tarafından yapılmıştır.²⁴ On bir adet zıt sıfat çiftinden oluşan 22 madde, 7'li Likert tipi bir ölçektir. Ölçekteki 3., 7., ve 8. maddeler ters puanlanmakla birlikte ölçekten elde edilebilecek minimum puan 11 maksimum puan ise 77 dir. Ölçekten alınan toplam puanların yüksek olması annenin kendini olumlu değerlendirmesine işaret etmektedir.

Bilişsel Esneklik Envanteri (BEE): Ölçek, bireylerin zor durumlara başarılı bir şekilde meydan okuması ve bunları daha dengeli ve uyumlu düşünmeyle değiştirmesi becerisini ölçmek üzere geliştirilmiştir. Dennis ve Wal tarafından (2010) geliştirilen envanter, 2012 yılında Gülüm ve Dağ tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek "alternatifler" ve "kontrol" iki alt boyutu olmak üzere toplam 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek değer 100, en düşük değer ise 20 dir. Puanın artması bilişsel esnekliğin yüksek olduğunu göstermektedir.^{22,25}

Bilişsel Duygu Düzenleme Anketi Kısa Formu (BDDA): İlk olarak dokuz bilişsel stratejiyi değerlendirmek amacıyla geliştirilen 36 maddelik ölçek,²⁶ daha sonra 18 maddelik kısa anket formuna dönüştürülmüştür.²⁷ Dil, gerçeklik ve güvenirliği Cakmak & Cevik (2010) tarafından yapılmıştır. Uyumlu ve uyumsuz bilişsel başa çıkma stratejilerini kapsayan 9 alt boyutu vardır. Uyumlu başa çıkma stratejileri; plan yapmaya tekrar odaklanma, kabul, pozitif tekrar odaklanma, pozitif yeniden gözden geçirme, bakış açısına yerleştirme ve uyumsuz başa çıkma stratejileri ise ruminasyon, kendini suçlama, felaketleştirme ve diğerlerini suçlamadır. Ölçek maddeleri 5'li likert tiptedir. Her alt boyuttan alınabilecek puan 2 ile 10 arasında değişmektedir. Ölçek, toplam puan üzerinden değil alt boyutlar üzerinden değerlendirilir. Bir alt boyuttan alınan puan ne kadar yüksekse o alt boyutun belirlediği duygu düzenleme stratejisinin daha fazla kullanıldığına işaret etmektedir.⁷

Veri Analizi

Araştırmanın verileri SPSS 25.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Normal dağılıma uygunluk Skewness ve Kurtosis değerleri ile test edilmiştir. Skewness ve Kurtosis kat sayılarının kabul edilebilir sınır olan +1.0 -1.0 arasında olması nedeniyle verilerin normal dağılım gösterdiği kabul edilmiştir.²⁸ Verilerin değerlendirilmesinde; ortalama, standart sapma, sayı/yüzde dağılımları ile birlikte parametrik analizlerden bağımsız gruplarda t testi, Anova, Lineer Regresyon ve Tukey testlerinden yararlanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ dir.

Etik İlkeler

Araştırmanın yapılabilmesi için bir kamu üniversitesinin Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik kurulundan (Tarih ve Sayı:2023/58) izin alınmıştır. Veri toplama fomlarından önce çalışmaya ilişkin açıklama, aydınlatılmış onam metni ve araştırmaya katılıp katılmama seçeneklerine yer verilmiştir. Araştırma, Helsinki Deklarasyonu prensiplerine uygun olarak gerçekleştirilmiştir.

Bulgular

Doğum sonrası dönemdeki annelerin annelik rolü, bilişsel esneklik ve bilişsel duygu düzenleme ölçek puan ortalamaları ile Cronbach Alpha değerleri Tablo 1'de yer almaktadır. AFÖ ve BEE toplam puan ortalamaları sırasıyla 57.91 ± 10.27 ve 73.26 ± 10.73 olarak belirlenmiştir. BDDA alt boyutları toplam puan ortalamaları ise kendini suçlama 3.99 ± 1.77 , kabul 5.51 ± 1.91 , ruminasyon 6.13 ± 2.02 , pozitif tekrar odaklanma 6.32 ± 2.22 , plan yapmaya tekrar odaklanma 6.49 ± 1.99 , pozitif yeniden gözden geçirme 6.82 ± 1.97 , bakış açısına yerleştirme 6.57 ± 2.05 , felaketleştirme 5.05 ± 2.18 ve diğerlerini suçlama 4.07 ± 2.13 olarak tespit edilmiştir. AFÖ uyarlama çalışmasında 0.73 olarak belirtilen Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı bu çalışmada 0.77 olarak hesaplanmıştır. BEE ölçeğin tümü için Cronbach Alpha güvenirlik katsayıları, 0.85 olarak hesaplanmıştır. Çalışmamızda bu değer 0.83 olarak belirlenmiştir. BDDA ölçeğin tümü için Cronbach Alpha güvenirlik katsayıları, 0.88 olarak belirtilmiştir. Bu değer bizim çalışmamız için 0.83 olarak belirlenmiştir.

Tablo 1: Kadınların Annelik Rolü, Bilişsel Esneklik ve Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçek Toplam Puanları ve Alt Boyut Puan Ortalamaları

Ölçekler	Ort±SS	Alt-Üst	Cronbach Alfa
Anlamsal Farklılık Ölçeği	57.91±10.27	29-77	0.776
Bilişsel Esneklik Envanteri	73.26±10.73	22-100	0.836
Alternatifler	49.95±7.94	15-65	0.858
Kontrol	23.31±5.37	7-35	0.737
Bilişsel Duygu Düzenleme Anketi			
Kendini suçlama	3.99±1.77	2-10	0.813
Kabul	5.51±1.91	2-10	0.655
Ruminasyon	6.13±2.02	2-10	0.758
Pozitif tekrar odaklanma	6.32±2.22	2-10	0.795
Plan yapmaya tekrar odaklanma	6.49±1.99	2-10	0.751
Pozitif yeniden gözden geçirme	6.82±1.97	2-10	0.777
Bakış açısına yerleştirme	6.57±2.05	2-10	0.708
Felaketleştirme	5.05±2.18	2-10	0.804
Diğerlerini suçlama	4.07±2.13	2-10	0.866

Ort: Ortalama, SS: Standard Sapma

Doğum sonrası dönemdeki kadınların bazı sosyodemografik ve obstetrik özellikleri ile ölçek toplam puan ortalamalarının karşılaştırılması aşağıdaki tablolarda verilmiştir. Kadınların sosyodemografik özellikler yaş, aile tipi ve çalışma durumu grupları arasında annelik rolü toplam puan ortalamaları açısından fark yoktur. Eğitim düzeyi ve bilişsel esneklik toplam puanı arasında istatistiksel anlamlılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). İleri analizde farkın yükseköğretimden kaynaklandığı bulunmuştur. Bu durum yükseköğretim mezunu olan kadınlarda bilişsel esneklik puanının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Ayrıca çekirdek aile tipine sahip kadınlarda bilişsel esneklik puanının daha yüksek olduğu görülmektedir. Bilişsel duygu düzenlemenin alt boyutlarından plan yapmaya tekrar odaklanma ile aile tipi arasında istatistiksel anlamlılık vardır. Çekirdek aile tipine sahip annelerin plan yapmaya tekrar odaklanma puanının daha yüksek olduğu görülmektedir. Çalışmayan annelerin diğerlerini suçlama puanı çalışan annelere göre anlamlı derecede yüksektir (Tablo 2).

Tablo 2: Kadınların Sosyodemografik Özellikleri ile Ölçek Toplam Puanlarının Karşılaştırılması

Değişkenler	n (%)	AFÖ	BEE	BDDA Alt Boyutlar								
				Kendini suçlama	Kabul	Ruminasyon	Pozitif tekrar odaklanma	Plan yapmaya tekrar odaklanma	Pozitif yeniden gözden geçirme	Bakış açısına yerleştirme	Felaketleştirme	Diğerlerini suçlama
Yaş*												
18-30 yaş grubu	348 (%72.2)	57.71±10.34	72.72±10.92	4.04±1.74	5.61±1.91	6.24±2.06	6.30±2.26	6.48±1.95	6.84±1.99	6.56±2.01	5.08±2.20	4.01±2.13
31-40 yaş grubu	134 (%27.8)	58.41±10.11	74.68±10.13	3.87±1.87	5.25±1.91	5.86±1.91	6.38±2.13	6.50±2.11	6.77±1.94	6.60±2.17	4.99±2.12	4.24±2.13
t		-0.669	-1.805	0.924	1.870	1.827	-0.335	-0.056	0.341	-0.183	0.409	-1.070
p		0.504	0.072	0.356	0.062	0.68	0.737	0.955	0.733	0.855	0.683	0.285
Öğrenim durumu**												
İlköğretim/ortaöğretim ^a	226 (46.9)	57.80±10.55	72.18±10.82	3.97±1.85	5.54±1.93	6.07±2.03	6.48±2.23	6.49±2.08	6.64±2.06	6.45±2.11	5.19±2.18	4.21±2.27
Lise ^b	169 (35.1)	57.57±10.17	73.34±10.70	4.14±1.69	5.44±1.83	6.25±1.99	6.26±2.23	6.49±1.91	7.01±1.95	6.64±2.00	4.95±2.18	3.97±2.02
Yükseköğretim ^c	87 (18.0)	58.85±9.81	75.94±10.17	3.74±1.72	5.56±2.04	6.06±2.10	6.04±2.17	6.47±1.95	6.93±1.79	6.77±2.03	4.90±2.14	3.93±1.93
F		0.463	3.908	1.490	0.159	0.436	1.320	0.006	1.903	0.895	0.796	0.900
p		0.630	0.021 c>b>a	0.226	0.853	0.647	0.268	0.994	0.150	0.409	0.452	0.407
Aile tipi*												
Çekirdek aile	385 (79.9)	58.21±10.24	74.05±10.38	5.74±1.91	6.21±1.98	6.33±2.21	6.55±1.99	6.94±1.98	3.93±1.71	6.64±2.04	5.02±2.17	4.00±2.11
Geniş Aile	97 (20.1)	56.72±10.40	70.12±11.55	5.68±1.92	5.81±2.15	6.28±2.28	6.22±2.02	6.36±1.89	4.23±2.00	6.28±2.08	5.17±2.21	4.38±2.20
t		0.952	3.259	-0.940	1.757	0.183	1.462	2.603	-1.510	1.544	-0.592	-1.566
p		0.202	0.001	0.348	0.080	0.855	0.144	0.010	0.132	0.123	0.554	0.118
Çalışma durumu*												
Evet	51 (10.6)	59.31±10.01	74.43±10.38	5.13±1.58	5.80±1.99	6.17±2.29	6.13±1.87	6.78±1.89	4.00±1.76	6.56±2.23	4.56±2.01	3.45±1.55
Hayır	431 (89.4)	57.74±10.30	73.12±10.78	5.56±1.95	6.15±2.03	6.34±2.21	6.53±2.01	6.83±1.99	3.99±1.78	6.57±2.03	5.11±2.19	4.15±2.18
t		0.918	0.985	-1.494	-1.241	-0.506	-1.340	-0.158	0.026	-0.030	-1.819	-2.233
p		0.304	0.414	0.136	0.215	0.613	0.181	0.875	0.979	0.976	0.090	0.026

* Bağımsız gruplarda t testi, ** One way anova testi AFÖ: Anlamsal Farklılık Ölçeği-Anne Olarak Ben, BEE: Bilişsel Esneklik Envanteri, BDDA: Bilişsel Duygu Düzenleme Anketi

Kadınların obstetrik özellikler gebelik sayısı, yaşayan çocuk sayısı, gebelikte düzenli bakım alma, gebeliği planlama, bebek bakımına yardımcı kimse, doğum kilosu, doğum şekli ve bebek cinsiyeti ile grupları arasında annelik rolü toplam puan ortalamaları açısından fark yoktur. Öte yandan gebelikte düzenli bakım alan kadınlarda bilişsel esneklik puanının daha yüksek olduğu görülmektedir. Gebelikte düzenli bakım almayan ve bebek bakımında destek alan bireylerin kendini suçlama puanları anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (Tablo 3).

Tablo 3: Kadınların Obstetrik Özellikleri ile Ölçek Toplam Puanlarının Karşılaştırılması

Değişkenler	n (%)	AFÖ	BEE	BDDA Alt Boyutlar									
				Kendini suçlama	Kabul	Ruminasyon	Pozitif tekrar odaklanma	Plan yapmaya tekrar odaklanma	Pozitif yeniden gözden geçirme	Bakış açısına yerleştirme	Felaketleştirme	Diğerlerini suçlama	
Gebelik sayısı*													
1	152 (31.5)	57.84±11.04	73.40±11.23	4.00±1.77	5.55±1.83	6.07±2.02	6.28±2.26	6.62±2.01	6.96±2.07	6.60±2.05	4.94±2.15	3.86±1.98	
2 ve üzeri	330 (68.5)	57.94±9.92	73.20±10.51	3.99±1.78	5.50±1.96	6.16±2.02	6.34±2.21	6.43±1.99	6.76±1.93	6.56±2.06	5.11±2.19	4.17±2.19	
t		-0.093	0.185	0.052	0.279	-0.426	-0.286	0.993	1.064	0.206	-0.801	-1.518	
p		0.926	0.853	0.958	0.780	0.670	0.775	0.321	0.288	0.837	0.424	0.130	
Yaşayan çocuk sayısı**													
1	187 (38.8)	57.42±10.62	73.14±11.25	4.04±1.78	5.63±1.85	6.20±2.02	6.37±2.35	6.67±1.96	6.98±2.03	6.64±2.01	5.08±2.16	3.84±1.99	
2	151 (31.3)	58.24±9.60	73.68±10.57	3.91±1.71	5.39±1.92	6.12±1.99	6.06±2.08	6.31±1.90	6.68±1.88	6.44±1.97	4.84±2.12	4.10±2.25	
3 ve üzeri	144 (29.9)	58.19±10.55	72.97±10.26	4.00±1.84	5.49±1.99	6.06±2.07	6.52±2.19	6.43±2.13	6.77±2.00	6.62±2.19	5.24±2.25	4.35±2.15	
F		0.340	0.179	0.243	0.699	0.199	1.679	1.463	1.050	0.463	1.236	2.351	
p		0.712	0.836	0.784	0.498	0.820	0.188	0.233	0.351	0.630	0.291	0.096	
Gebelikte düzenli bakım alma durumu*													
Evet	448 (92.9)	57.90±10.20	73.82±10.34	3.89±1.71	5.47±1.92	6.12±2.03	6.34±2.23	6.49±1.99	6.83±1.96	6.58±2.07	4.99±2.15	4.03±2.13	
Hayır	34 (7.1)	58.00±11.35	65.91±13.06	5.35±2.02	6.00±1.79	6.23±1.92	6.11±2.10	6.41±2.13	6.67±2.18	6.52±1.92	5.94±2.30	4.64±2.07	
t		-0.051	4.216	-4.724	-1.525	-0.293	0.565	0.242	0.456	0.139	-2.462	-1.614	
p		0.959	<0.001	<0.001	0.128	0.770	0.572	0.809	0.649	0.890	0.014	0.107	
Gebeliği planlama**													
İstenen ve planlanan bir	325 (67.4)	57.84±10.70	73.56±10.61	3.96±1.76	5.47±1.92	6.07±1.99	6.32±2.24	6.44±2.00	6.89±1.99	6.62±2.04	5.09±2.21	4.05±2.14	

bebek													
İstenmeyen bir bebek	16 (3.3)	59.18±8.96	67.93±12.40	4.56±2.09	5.68±1.77	5.75±1.65	6.06±2.26	7.25±2.32	6.93±2.20	6.62±2.50	5.68±2.52	4.75±2.11	
Planlanmamış ancak istenen bebek	141 (29.3)	57.92±9.44	73.19±10.74	3.99±1.76	5.59±1.92	6.31±2.12	6.36±2.19	6.51±1.93	6.82±1.97	6.46±2.04	4.90±2.05	4.05±2.10	
F		0.130	2.108	0.857	0.263	1.003	0.130	1.260	0.766	0.277	1.081	0.819	
p		0.878	0.123	0.425	0.769	0.367	0.878	0.284	0.466	0.758	0.340	0.441	
Bebek bakımına yardımcı kimse*													
Var	366 (75.9)	58.01±10.04	73.17±10.69	4.08±1.83	5.57±1.89	6.07±1.99	6.23±2.22	6.51±1.98	6.81±1.95	6.52±2.03	5.05±2.16	4.07±2.10	
Yok	116 (24.1)	57.57±11.02	73.55±10.89	3.69±1.55	5.31±1.99	6.32±2.13	6.62±2.20	6.43±2.05	6.85±2.07	6.75±2.13	5.06±2.23	4.08±2.22	
t		0.403	-0.327	2.061	1.273	-1.163	-1.640	0.375	-0.173	-1.040	-0.013	-0.043	
p		0.687	0.744	0.040	0.204	0.245	0.102	0.708	0.863	0.299	0.990	0.966	
Doğum kilosu**													
2500 gr >	21 (4.4)	62.61±10.23	78.80±10.51	3.33±1.1-01	4.57±1.96	6.57±2.63	6.95±2.20	6.76±2.18	7.52±2.06	6.42±2.29	4.66±2.49	3.61±1.90	
2500-4000 gr	433 (89.8)	57.65±10.29	73.00±10.78	4.03±1.80	5.57±1.90	6.15±2.01	6.32±2.23	6.51±1.99	6.84±1.96	6.59±2.05	5.14±2.18	4.12±2.16	
4000 gr <	28 (5.8)	58.35±9.53	73.17±9.28	3.92±1.76	5.25±1.93	5.57±1.68	5.82±2.07	5.92±1.94	6.00±1.96	6.42±2.00	4.07±1.56	3.71±1.73	
F		2.376	2.953	1.561	3.076	1.588	1.554	1.334	3.806	0.141	3.552	0.998	
p		0.094	0.053	0.211	0.057	0.205	0.212	0.264	0.123	0.869	0.129	0.370	
Doğum şekli*													
Normal vajinal doğum	203 (42.1)	57.57±10.50	72.71±11.67	3.87±1.84	5.72±1.95	6.34±2.07	6.45±2.34	6.58±1.99	6.98±2.01	6.71±2.02	5.20±2.29	4.20±2.24	
Sezaryen	279 (57.9)	58.16±10.12	73.66±9.99	4.08±1.72	5.36±1.88	5.98±1.98	6.23±2.13	6.42±2.00	6.71±1.95	6.47±2.08	4.94±2.09	3.98±2.04	
t		-0.622	-0.957	-1.284	2.080	1.926	1.072	0.885	1.464	1.296	1.278	1.125	
p		0.534	0.339	0.200	0.138	0.055	0.284	0.377	0.144	0.195	0.202	0.261	
Bebek Cinsiyeti*													
Kız	255 (52.9)	57.94±10.33	73.73±11.02	3.99±1.71	5.43±1.93	6.08±2.10	6.44±2.15	6.52±2.06	6.83±1.96	6.52±2.04	5.03±2.06	4.07±2.10	
Erkek	227 (47.1)	57.87±10.24	72.74±10.39	3.99±1.84	5.60±1.90	6.19±1.94	6.19±2.29	6.45±1.92	6.81±1.99	6.63±2.08	5.07±2.30	4.08±2.16	
t		0.082	1.009	0.030	-0.938	-0.581	1.228	0.393	0.158	-0.535	-0.201	-0.047	
p		0.935	0.313	0.976	0.349	0.562	0.220	0.695	0.874	0.593	0.841	0.962	

* Bağımsız guplarda t testi, ** One way anova testi AFÖ: Anlamsal Farklılık Ölçeği-Anne Olarak Ben, BEE: Bilişsel Esneklik Envanteri, BDDA: Bilişsel Duygu Düzenleme Anketi

Annelerin annelik rolü, bilişsel esneklik ve bilişsel duygu düzenlemeyi etkileyen değişkenlerin regresyon analizi sonuçları Tablo 4’de yer almaktadır. Bilişsel esneklik düzeyinin annelik rolü üzerinde varyansın yaklaşık %11’ini açıklayan pozitif ve anlamlı bir etkisi vardır ($p<0.001$) ($R^2=0.110$) Erken doğum sonrası dönemde kadınlarda bilişsel esneklik düzeyi arttıkça annelik rolü artmaktadır (Model 1). Annelerde bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin annelik rolü üzerinde varyansın yaklaşık %8’ini açıklayan negatif anlamlı bir etkisi olduğu tespit edilmiştir ($p<0.001$). Kadınlarda bilişsel duygu düzenleme stratejilerinden olan ruminasyon ve diğerlerini suçlama düzeyi azaldıkça annelik rolünün arttığı belirlenmiştir (Model 2).

Tablo 4: Kadınlarda AFÖ Etkileyen Değişkenlerin Regresyon Analizi ile Değerlendirilmesi

	AFÖ				
	β	t	p	%95 CI	
Model 1: Annelerde BEE düzeyinin AFÖ üzerine etkisi					
BEE toplam ölçek puanı	0.327	7.397	<0.001	0.226	0.389
R:0.332, R ² : 0.110, Durbin-Watson: 1.858 ($p<0.001$)					
Model 2: Annelerde BDDA alt boyutlarının AFÖ üzerine etkisi					
Kendini suçlama	-0.041	-0.804	0.422	-0.816	0.342
Kabul	0.017	0.325	0.745	-0.451	0.630
Ruminasyon	0.121	-2.350	0.019	0.101	1.131
Pozitif tekrar odaklanma	-0.025	-0.492	0.623	-0.578	0.347
Plan yapmaya tekrar odaklanma	0.122	1.960	0.051	-0.002	1.258
Pozitif yeniden gözden geçirme	0.122	1.897	0.058	-0.023	1.287
Bakış açısına yerleştirme	-0.062	-1.137	0.256	-0.840	0.224
Felaketleştirme	-0.015	-0.253	0.801	-0.609	0.470
Diğerlerini suçlama	-0.151	-2.739	0.006	-1.249	-0.205
R:0.316, R ² : 0.083, Durbin-Watson: 1.866 ($p<0.001$)					

CI: Güven aralığı, AFÖ: Anlamsal Farklılık Ölçeği-Anne Olarak Ben, BEE: Bilişsel Esneklik Envanteri, BDDA: Bilişsel Duygu Düzenleme Anketi

Tartışma

Annelik rolü genellikle kadınlar tarafından olumlu algılanan, sürekli gelişim gösteren ve annelik davranışlarını öğrenme süreci olarak tanımlanmaktadır. Annelik rolüne ulaşıldığında ise annelik kimliği oluşur.⁴ Yapılan önceki çalışmalarda annelerin AFÖ toplam puanları 52,16 ila 61,01 arasında değişmektedir.^{29,30,31} Çalışmamızdaki annelik rolü toplam puanı önceki çalışmalarla benzer bulunmuştur. Ölçekten alınabilecek en yüksek değer 77 olduğundan çalışmalarda belirlenen toplam puan ortalamaları birbirine benzer olup, çalışmamıza katılan bireylerin annelik rol kazanımının iyi düzeyde olduğu söylenebilir. Bu durum annelik rolüne yeterince adapte olduklarının bir göstergesi olabilir. Öte yandan çalışmamıza katılan katılımcıların demografik ve obstetrik özelliklerinin annelik rolünü etkilemediği görülmektedir. Literatürde annelik rolünün yaş, eğitim düzeyi, gelir durumu, çalışma durumu, gebelikte düzenli bakım alma, gebeliğin planlı olması gibi çeşitli faktörlerden etkilendiği belirtilmektedir.^{29,31} Çalışma bulgularımız literatürle farklılık göstermekle birlikte, bu farklılığın araştırmanın yapıldığı popülasyon ile ilişkili olduğu düşünülmektedir.

Bilişsel esneklik, değişen görevlere uyum sağlamada bireyin zihnini hızlıca yeniden yapılandırma yeteneğidir.¹⁴ Çalışmamızda, katılımcıların BEE puan ortalaması dikkate alındığında doğum sonrası annelerin bilişsel esneklik düzeylerinin iyi düzeyde olduğu söylenebilir. Doğum sonrası dönemde kadınlarda bilişsel esneklik düzeyi arttıkça annelik rolü artmaktadır. Ayrıca yüksek eğitim seviyesine sahip olma, gebelikte düzenli bakım alma ve çekirdek aile tipinin bilişsel esnek düzeyini arttırdığı ve içinde bulunduğu duruma uyumu kolaylaştırmada etkili faktörler olduğu söylenebilir. Annelik, kadınlar için birçok değişikliği içeren bir geçiş dönemidir. Bu nedenle, anneliğe geçiş sırasında veya bu değişikliklere uyum sağlamada bilişsel esnekliğin kolaylaştırıcı bir faktör olduğu düşünülmektedir. Literatürde bilişsel esnekliği daha yüksek olan kadınların, anne olma konusunda daha dengeli bir görüşe sahip olabilecekleri belirtilmektedir.¹³ Araştırma bulgularımız literatür ile benzerlik göstermektedir.

Duygusal bilişsel düzenleme, bireyin stresörlere verdiği tepkinin merkezidir ve duygusal tepkileri kontrol etmekten, değerlendirmekten ve değiştirmekten sorumlu olan tüm iç ve dış süreçleri içerir.³² Araştırmamızda, bilişsel duygusal düzenleme stratejileri ortalama düzeydedir. Ayrıca çalışma bulgularımız, doğum sonrası bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin annelik rolü üzerinde etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Xiao ve arkadaşları da, ebeveynlerin duygu düzenleme biçimlerinin, ebeveynlik davranışlarını etkileyebilecek bir faktör olduğunu vurgulamaktadırlar.³³ Çalışmamızda, ruminasyonun yani olası sorunla karşılaşıldığında eyleme geçmeksizin derin ve tekrarlı düşünme stratejisinin annelik rolünü azalttığını göstermektedir. Benzer şekilde diğerlerini suçlayan bilişsel duygu stratejisinin kullanılması da annelik rolünü olumsuz etkilemektedir. Literatür incelendiğinde, bilişsel duygu düzenleme stratejileri ile annelik rolü arasındaki ilişkiyi doğrudan değerlendiren araştırmalara rastlanmamıştır. Buna karşın uyumsuz bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin kullanılmasının, doğum sonrası dönemde psikolojik sorunlara yol açabileceği belirtilmektedir. Çankaya ve Ataş çalışmasında, doğum sonrası kadınlarda duygusal şiddete maruz kalma, bilişsel duygu düzenleme ve duygusal zeka durumlarının postpartum depresyon riski taşıyan kadınları belirlemede önemli olduklarını ortaya koymaktadır.³⁴ Bununla birlikte bozulmuş duygu düzenleme ve ruminasyonun kişide bilişsel işlevselliği bozarak depresyona neden olabileceğini belirten farklı çalışmalarda bulunmaktadır.^{35,36} Bu bağlamda annelik rolü ve kimliğin erken doğum sonrası dönemde şekillendiği düşünüldüğün annelerin bu dönemde kullandıkları duygu düzenleme stratejilerin belirlenmesi büyük önem taşımaktadır. Ayrıca çalışmamızda, katılımcıların sosyodemografik ve obstetrik özelliklerinin bilişsel duygu düzenleme stratejilerini nasıl etkilediği de araştırılmıştır. Uyumlu bilişsel duygu düzenleme stratejilerinden olan plan yapmaya yeniden odaklanma çekirdek aile sahip kadınlarda yüksektir. Bu durum kadının aile içindeki dinamiklerinde aidiyet duygusunun yüksek olması ve sorumlulukları üstlenerek ailenin yeniden konumlanmasına yardımcı olmasından kaynaklanıyor olabilir. Öte yandan uyumsuz bilişsel duygu düzenleme stratejilerinden olan diğerlerini suçlama çalışmayan annelerde, kendini suçlama ise gebelikte düzenli bakım almayan ve bebek bakımında destek alan annelerde yüksektir. Bu durum ise gebelikte var olan ya da doğum sonrası dönemde annelere yüklenen yeni rol ve sorumlulukların yerine getirilmemesin yansıması olabilir. Bu bağlamda uyumsuz başa çıkma stratejilerinin psikolojik problemlerle ilişkili³⁷ olduğu düşünüldüğünde, özellikle doğum sonrası dönemde bireylerin psikolojik sağlıklarına ilişkin risk taramasının yapılması oldukça önemlidir.

Sonuç

Çalışmamızda, annelik rolü ve bilişsel esneklik puanının iyi, duygu düzenleme stratejilerinin ortalama düzeyde olduğu belirlenmiştir. Kadınların sosyodemografik ve obstetrik özellikleri ile annelik rolü arasında toplam puan ortalamaları açısından fark bulunmamaktadır. Yükseköğrenim mezunu, çekirdek aile tipine sahip ve gebelikte düzenli bakım alan kadınların bilişsel esnek puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Çekirdek aileye sahip kadınlar, uyumlu bilişsel duygu düzenleme stratejilerinden plan yapmaya yeniden odaklanmayı daha çok kullanmaktadırlar. Uyumsuz stratejilerden olan diğerlerini suçlama çalışmayan annelerde; gebelikte düzenli bakım alamayan ve bebek bakıma destek alan annelerde ise kendini suçlama stratejisi daha fazla kullanılmaktadır.

Doğum yapanların zihinsel durumu ile yeni rollerin anne üzerinde oluşturduğu stresin iyi anlaşılması, her kadın için daha kişiselleştirilmiş bakımı mümkün kılabileceği gibi, bu sürece uyum sağlamayı da kolaylaştıracağı düşünülmektedir. Bilişsel esnekliğin annelik rolünü etkilediği düşünüldüğünde, anne adaylarına ilk karşılaşmadan itibaren bilişsel fonksiyonlar dikkate alınarak danışmanlık yapılmalıdır. Doğum sonrası dönemde kadınların karşılaştığı talepler göz önüne alındığında, duyguların uyarlanabilir bir şekilde düzenlenmesi, uyumlu olan duygu düzenleme stratejilerinin geliştirilmesinin yanında, uyumsuz duygu düzenleme stratejilerinin yaygınlığının azaltılması psikolojik iyilik ve annelik rolüne uyumun temel yönlerinden biri olabileceği düşünülmektedir.

Sınırlılıklar

Web tabanlı bir çalışma olduğundan, yalnızca sosyal medya erişimi olan kadınlar çalışmaya dâhil edilmiştir. Sonuçlar yalnızca bu araştırma grubuna genellenebilir.

Çıkar çatışması

Yazarlar herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan etmişlerdir.

Maddi destek

Yazarlar bu çalışma için finansal destek ve bağış almadıklarını beyan etmişlerdir.

Kaynaklar

1. Fasanghari M, Kordi M, Asgharipour N. Effect of maternal role training program based on Mercer theory on maternal self-confidence of primiparous women with unplanned pregnancy. *Journal of Education and Health Promotion*. 2019; 8:4. DOI: [10.4103/jehp.jehp_202_17](https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_202_17)
2. Barkin JL, Wisner KL. The role of maternal self-care in new motherhood. *Midwifery*. 2013;29(9), 1050–1055. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2012.10.001>
3. Bilgin Z, Ecevit Alpar Ş. Scale for maternity role perceptions. *Health Care for Women International*. 2021; 42(4-6), 485–502. <https://doi.org/10.1080/07399332.2020.1815748>
4. Mercer RT, Walker LO. A review of nursing interventions to foster becoming a mother. *J Obstet Gynecol Neonatal Nurs*. 2006;35(5):568-582. Doi: 10.1111/j.1552-6909.2006.00080.x.
5. Nelson AM. Transition to motherhood. *J Obstet Gynecol Neonatal Nurs*. 2003;32(4):465–477. <https://doi.org/10.1177/0884217503255199>.
6. Meighan M. Mercer's becoming a mother theory in nursing practice. In M. Alligood (ed.), *Nursing Theory, Utilization & Application*. 5. Baskı, St. Louis, MO: Elsevier Mosby; 2014.p:332–350.
7. Cakmak AF, Cevik EI. Cognitive emotion regulation questionnaire: development of Turkish version of 18-item short form. *African Journal of Business Management*. 2010; 4(10), 2097-2102. URL: https://www.researchgate.net/publication/228631257_Cognitive_emotion_regulation_questionnaire_Development_of_Turkish_version_of_18-item_short_form . Erişim tarihi: 20.02.2023.
8. Garnefski N, Kraaij V. Cognitive emotion regulation questionnaire–development of a short 18-item version (CERQ-short). *Personality and Individual Differences*. 2006;41(6):1045-1053. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.04.010>
9. Peñacoba-Puente C, Marín-Morales D, Carmona-Monge FJ, Velasco Furlong L. Postpartum Depression, personality, and cognitive-emotional factors: a longitudinal study on Spanish pregnant women. *Health Care for Women International*. 2016;37(1):97–117. <https://doi.org/10.1080/07399332.2015.1066788>
10. Speyer LG, Hall HA, Ushakova A, Murray AL, Luciano M, Auyeung B. Longitudinal effects of breast feeding on parent-reported child behaviour. *Archives of Disease in Childhood*. 2021; 104(4), 355–360. Retrieved from <https://doi.org/10.1136/archdischild>
11. Töz N, Arikan G, Üstündağ-Budak AM. The role of emotion regulation and maternal symptoms in Turkish mothers' caregiving helplessness during toddlerhood. *Curr Psychol*. 2023; 42: 6106–6116. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01855-9>
12. Fonseca A, Monteiro F, Alves S, Gorayeb R, Canavarro MC. Be a mom, a web-based intervention to prevent postpartum depression: the enhancement of self-regulatory skills and its association with postpartum depressive symptoms. *Frontiers in Psychology*. 2019 Feb 18; 10: 265. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00265>
13. Skowron A, Fingerhut R, Hess B. The role of assertiveness and cognitive flexibility in the development of postpartum depressive symptoms. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*. 2014; 32(4), 388-399. <https://doi.org/10.1080/02646838.2014.940518>
14. Dajani DR, Uddin LQ. Demystifying cognitive flexibility: implications for clinical and developmental neuroscience. *Trends in Neurosciences*. 2015; 38(9), 571-578. DOI:<https://doi.org/10.1016/j.tins.2015.07.003>
15. Asali A, Miller N, Engel O, Haj-Yahia N, Cohen O, Ben-Kimhy R, et al. Does cognitive flexibility affect the course of labor? A prospective study. *Int J Gynaecol Obstet*. 2020; 148(2):187–191. <https://doi.org/10.1002/ijgo.13063>
16. Wu CW, Chen WW, Jen CH. Emotional intelligence and cognitive flexibility in the relationship between parenting and subjective well-being. *J Adult Dev*. 2021; 28, 106–115. <https://doi.org/10.1007/s10804-020-09357-x>
17. Kim S, Hyun MH. The mediating effect of cognitive flexibility in the relationship between emotional clarity and emotion regulation: comparison of self-reported and task measurement of cognitive flexibility. *Korean Journal of Stress Research*, 2018;26(3), 159-165. DOI: <https://doi.org/10.17547/kjsr.2018.26.3.159>
18. Ghosh S, Halder S. Emotional regulation and cognitive flexibility in young adults. *Journal of Psychosocial Research*. 2020;15(2): 609-617. DOI:10.32381/JPR.2020.15.02.22
19. Wu CW, Chen WW, Jen CH. Emotional intelligence and cognitive flexibility in the relationship between parenting and subjective well-being. *Journal of Adult Development*. 2021;28:106-115. Doi:10.1007/s10804-020-09357-x.
20. Faul F, Erdfelder E, Lang AG, Buchner A. G*power 3: a flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*. 2007;39:175-191.
21. Engin N, Ayyıldız T. Anne-bebek bağlanmasının annelik algısı ve bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*. 2021; 5 (3):583-596 . DOI: 10.46237/amusbfd.947004
22. Gülüm İV, Dağ İ. Tekrarlayıcı düşünme ölçeği ve bilişsel esneklik envanterinin Türkçeye uyarlanması, geçerliliği ve güvenilirliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*. 2012; 13(3), 216-223. URL: https://yunus.hacettepe.edu.tr/~ihsandag/index_dosyalar/GulumveDag2012.pdf. Erişim tarihi: 20.02.2023.
23. Walker LO, Crain H, Thompson E. Mothering behavior and maternal role attainment during the postpartum period. *Nurs Res*. 1986; 35, 352-354. PMID: 3640352
24. Çalışır H, Başbaykal Z. İlk kez anne olan kadınların annelik rolü başarımlarını etkileyen etmenlerin incelenmesi [Doktora tezi]. İzmir. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü; 2003. [Erişim tarihi: 08.08.2023]. Erişim linki: https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=5mEzSm6bJwS0scDErjF_w&no=eVXAHLHmOdyuN6Y_hSS74A
25. Dennis JP, Vander Wal JS. The cognitive flexibility inventory: instrument development and estimates of reliability and validity. *Cogn Ther Res*. 2010; 34: 241-253. <https://doi.org/10.1007/s10608-009-9276-4>

26. Garnefski N, Kraaij V, Spinoven P. Manual for the use of the cognitive emotion regulation questionnaire. Leiderdorp, The Netherlands: DATEC. 2002.
27. Garnefski N, Kraaij V. Cognitive emotion regulation questionnaire – development of a short 18-item version (CERQ-short). *Personality and Individual Differences*. 2006; 41(6), 1045-1053. doi:10.1016/j.paid.2006.04.010
28. Hair JF, Black WC, Babin BJ, Anderson RE, Tatham RL. *Multivariate data analysis*. 7.Baskı. Pearson Education Limited; 2013.
29. Özkan H, Polat S. Maternal identity development education on maternity role attainment and my baby perception of primiparas. *Asian Nursing Research*. 2011;5:108-117. [http://dx.doi.org/10.1016/S1976-1317\(11\)60019-4](http://dx.doi.org/10.1016/S1976-1317(11)60019-4)
30. Uçar H, Özkan H. Gebelerin psikososyal sağlık durumları ile annelik rolü algısı arasındaki ilişki. *Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*. 2023; 7 (1), 115-126. DOI: 10.46237/amusbfd.1169109
31. Koç Ö, Özkan H, Bekmezci H. Evaluating the correlation between maternal role and parenting behavior. *İzmir Dr. Behçet Uz Çocuk Hast. Dergisi*. 2016; 6(2):143-150. doi:10.5222/buchd.2016.143
32. Pourkhaleghi N, Askarizadeh GH, Fazilat-Pour M. The role of maternal emotional cognitive strategies and newborn gender satisfaction in the postpartum depression in the primiparous women. *Preventive Care in Nursing and Midwifery Journal*. 2017; 7(2): 15-24. URL: <http://zums.ac.ir/nmcjournal/article-1-483-en.html>
33. Xiao SX, Spinrad TL, Carter DB. Parental emotion regulation and preschoolers' prosocial behavior: The mediating roles of parental warmth and, inductive discipline. *J Genet Psychol*. 2018;179(5):244–255. Doi: 10.1080/00221325.2018.1495611.
34. Çankaya S, Ataş A. Factors affecting postpartum depression in Turkish women. *Archives of Psychiatric Nursing*. 2022; 41: 74-80. Doi:<https://doi.org/10.1016/j.apnu.2022.07.024>
35. Marques R, Monteiro F, Canavarro MC, Fonseca A. The role of emotion regulation difficulties in the relationship between attachment representations and depressive and anxiety symptoms in the postpartum period. *Journal of Affective Disorders*. 2018 Oct 1;238: 39-46. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.05.013>
36. Nolen-Hoeksema, S, Wisco BE, Lyubomirsky S. Rethinking Rumination, *Perspectives on Psychological Science*. 2008 (5): 400-424.
37. Kiye S. Bilişsel duygu düzenleme ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki. *Balkan 9th International Conference on Social Sciences October 6 - 8, 2023 Edirne*.