

Araştırma Makalesi/Research Article

Postpartum Dönemde Lohusaların Annelik Özgüven Düzeyleri ile Emzirme Adaptasyonu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Yeşim CEYLANTEKİN¹, Meryem ULU²

Examining the Relationship Between Postpartum Women's Levels of Maternal Self-Confidence and Breastfeeding Adaptation

ÖZ

Amaç: Bu çalışmanın amacı, postpartum dönemde lohusaların annelik özgüven düzeyleri ile emzirmeye adaptasyonu arasındaki ilişkiyi belirlemektir.

Yöntem: Tanımlayıcı ve ilişki arayıcı türde yapılan çalışma 20.12.2023-20.08.2024 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir. Örneklem, Afyonkarahisar il merkezine bağlı bulunan 4, 8, 11 ve 12 numaralı Aile Sağlığı Merkezlerine kayıtlı, doğum sonu 8. haftaya kadar olan, 38-42. gestasyon haftası arasında doğum yapan toplam 230 postpartum anneden oluşmuştur. Veriler Sosyo-demografik Bilgi Formu, Pharis Özgüven Ölçeği, Emzirme Adaptasyon Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Veri toplama yüz yüze görüşmeler yoluyla gerçekleştirilmiştir. Verilerin analizi için normal dağılıma uygunluğunu değerlendirmek amacıyla Kolmogorov-Smirnov testi ve tanımlayıcı istatistiksel veriler için (ortalama, standart sapma, frekans, yüzde) kullanılmıştır. Annelerin özgüven düzeyleri ile emzirme adaptasyonları arasındaki korelasyonu belirlemek için Spearman korelasyon testi kullanıldı.

Bulgular: Annelerin yaş aralığı 28.63±5.20 (min:19, max:41) dir. Bebeklerin yaşı haftalık olarak 7.21±1.47 (min:3, max:8) 'dir. Anneler arasında ortalama özgüven puanı 62.77±3.44 ve ortalama emzirme adaptasyonu puanı 113.10±11.55 idi. Emzirme Adaptasyon Ölçeği alt boyutlarından emzirme güveni ortalama puanı 25.00±4.84 idi. Sosyal destek alma alt boyutunun puanı 3.00±2.00 idi. Pharis Anne Özgüven Ölçeği toplam puanı ile Emzirme Adaptasyonu toplam puanı arasında ilişki bulunmadı ($p>0.05$). Bununla birlikte, alt boyutlar arasında ilişkiler vardı ($p<0.05$). Yeterli anne sütü alma durumu ile emzirme güveni arasında ($p<0.05$) ve emzirme güveni ile bebeğin beslenme kapasitesi ve büyümesi ve emzirme adaptasyonu toplam puanı arasında güçlü pozitif ilişki bulunmuştur ($p<0.05$).

Sonuç: Annelerin yüksek özgüven düzeyine sahip olduğu, emzirme adaptasyonlarının iyi düzeyde olduğu belirlendi. Annelerin emzirme güven ortalamaları yüksekti. Postpartum dönemde annelerin özgüven düzeyleri ile emzirme adaptasyonu arasında anlamlı ilişki bulunmadı. Multipar annelerin emzirme adaptasyonu oranı daha yüksekti.

Anahtar kelimeler: Emzirme, öz yeterlilik, postpartum dönem, psikolojik adaptasyon

ABSTRACT

Objective: This study aimed to determine the relationship between maternal self-confidence levels during the postpartum period and adaptation to breastfeeding.

Method: This descriptive and correlational study was conducted between December 20, 2023, and August 20, 2024. The sample consisted of 230 postpartum mothers who gave birth between 38 and 42 weeks of gestation and were registered at the 4th, 8th, 11th, and 12th Family Health Centers located in the city center of Afyonkarahisar, up to the 8th week postpartum. Data were collected using a Socio-demographic Information Form, the Pharis Self-Confidence Scale, and the Breastfeeding Adaptation Scale. Data collection was performed via face-to-face interviews. For data analysis, the Kolmogorov-Smirnov test was used to assess normality, and descriptive statistics (mean, standard deviation, frequency, percentage) were used. Spearman's correlation test was used to determine the correlation between mothers' self-confidence levels and breastfeeding adaptation.

Results: The mothers' age range was 28.63±5.20 (min:19, max:41). The infants' age in weeks was 7.21±1.47 (min:3, max:8). The average self-confidence score among mothers was 62.77±3.44, and the mean breastfeeding adaptation score was 113.10±11.55. The sub-dimension mean score for breastfeeding confidence was 25.00 ± 4.84. The social support sub-dimension score was 3.00±2.00. No relationship was found between the total scores of the Pharis Maternal Self-Confidence Scale and the Breastfeeding Adaptation Scale ($p>0.05$). However, there were relationships among subdimensions ($p<0.05$). There was a positive, strong relationship between sufficient breast milk intake and breastfeeding confidence ($p<0.05$), as well as between breastfeeding confidence, infant feeding capacity, and growth, and the total breastfeeding adaptation score ($p<0.05$).

Conclusion: Mothers demonstrated high self-confidence and good adaptation to breastfeeding. The mothers' average breastfeeding confidence was high. No significant relationship was found between mothers' self-confidence levels and breastfeeding adaptation in the postpartum period. Multiparous mothers had a higher rate of breastfeeding adaptation.

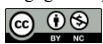
Keywords: Breastfeeding, postpartum period, psychological adaptation, self-efficacy

¹Corresponding author: Dr. Öğretim Üyesi. Afyonkarahisar Sağlık Bilimleri Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı, Afyonkarahisar, Türkiye e-mail: , ceylan-tekin@hotmail.com ORCID ID: 0000-0003-3410-9496

²Hemşire. AFSÜ Sağlık Uygulama ve Araştırma Merkezi Kardiyooloji Servisi Türkiye e-mail: meryemulu111@gmail.com ORCID: 0009-0000-8665-4651

Geliş tarihi: 21.02.2025 1.Revizyon Tarihi: 02.11.2026 2.Revizyon Tarihi: 04.04.2026 3.Revizyon Tarihi:27.07.2026 Kabul Tarihi: 29.07.2026 Online Yayın Tarihi:31.07.2026

Atıf/Citation: Ceylantekin Y, Ulu M. (2026). Postpartum dönemde lohusaların annelik özgüven düzeyleri ile emzirme adaptasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi. Kadın Sağlığı Hemşireliği Dergisi, 12(2), 62-71.



EXTENDED ABSTRACT

Aim: Breastfeeding has long been regarded as important for safeguarding and enhancing infant health (Dinçel and Özdilek, 2021). The social and economic advantages of breastfeeding for both mother and child health are acknowledged worldwide. However, nearly 60% of infants globally do not receive the advice to be exclusively breastfed for the first six months (UNICEF, 2019). Prenatal education given to mothers positively impacts their attitudes and preparedness for childbirth, as well as their confidence regarding breastfeeding (Gün Kakaşçı et al. 2023; Teskereci et al. 2022). Conversely, inadequacies and anxieties during breastfeeding can diminish the mother's self-confidence (Yenal et al. 2013).

Especially among first-time mothers, anxieties about infant care and breastfeeding increase, and the mother's self-confidence decreases (Yıldız and Akbayrak, 2014). According to the 2018 Turkish Population and Health Survey (TNSA) data, breastfeeding decreases with the child's age (Turkish Population and Health Survey [TNSA], 2018). This study was conducted to determine the relationship between postpartum mothers' self-confidence levels and their adaptation to breastfeeding.

Methods: This research is descriptive and correlational. The study was conducted between December 20, 2023, and August 20, 2024. The population consisted of mothers registered at Family Health Centres (FHCs) numbered 4, 8, 11, and 12 in the city centre of X Province. The sample consisted of 230 mothers. Data was collected through face-to-face interviews. Data were collected using a Socio-demographic Information Form, the Pharis Self-Confidence Scale, and the Breastfeeding Adaptation Scale, all developed by the researchers. Statistical analysis of the research data was performed using IBM SPSS 22.0 (Statistical Package for Social Science). The Kolmogorov-Smirnov test was used to assess the normality of the data distribution. Descriptive statistics included frequency, percentage, mean, median, and standard deviation. Spearman correlation analysis was used to evaluate the relationship between the two scales. A statistical significance level of $p<0.05$ was accepted. Ethical approval for the study was obtained from the Afyonkarahisar University Clinical Research Ethics Committee with decision number 2023/508 dated 01.12.2023.

Results: The age range of the mothers was 28.63 ± 5.20 (min.: 19, max.: 41). The age of their babies was 7.21 ± 1.47 weeks (min.: 3, max.: 8). The average self-confidence score of the mothers was 62.77 ± 3.44 , and the average breastfeeding adaptation score was 113.10 ± 11.55 . The mean score for the breastfeeding self-confidence subscale of the Breastfeeding Adjustment Scale was 25.00 ± 4.84 , while the mean

score for the social support subscale was 3.00 ± 2.00 . A significant difference was found between multiparity (multiparous/primiparous) and breastfeeding adaptation ($p<0.05$).

A strong positive correlation was found between adequate breastfeeding and breastfeeding confidence ($p<0.01$). Breastfeeding confidence also showed significant positive correlations with infant feeding capacity and growth, as well as with the total breastfeeding adaptation score ($p<0.01$). A weak positive correlation was found between the Pharis Self-Confidence Scale and familiarity with the infant and maintaining breast milk volume ($p<0.01$). A weak but significant correlation was found between the total breastfeeding adaptation score and the sub-dimensions of maternal emotional change, familiarity with the infant, discomfort during breastfeeding, maintaining breast milk volume, and receiving social support ($p<0.01$).

Conclusion: The research found that multiparous mothers had high breastfeeding confidence. Mothers adapt well to breastfeeding. If a mother is providing sufficient breast milk, her confidence in breastfeeding her baby also increases. For breastfeeding policy and practice recommendations, postpartum counselling services should include confidence-boosting interventions and spousal support. This importance should continue for mothers whose breast milk production decreases over time. Instead of recommending formulas or complementary foods to a baby who is not yet ready for complementary feeding, it is considered more appropriate to provide counselling on healthy eating, appropriate physical activity, and stress management to increase breast milk production.

GİRİŞ

Annelik rolü, kadının yaşına, yaşadığı kültüre, aile arası bağlara, evlilik ve çocuk sahibi olma yaşına, çocuk sayısına, doğum şekline göre etkilenmektedir. Anne, annelik rolünü sahiplenme durumuna göre de emzirme davranışı değişebilmektedir (Kurnaz ve Uyar Hazar, 2021).

Emzirme, geçmişten bugüne kadar bebeğin sağlığının korunması ve geliştirilmesinde önemli bir değere sahiptir (Dinçel ve Özdilek, 2021). Çünkü doğumdan sonra bebeğin biyoyararlılığı yüksek ve zengin içeriğe sahip olan anne sütünü alması anne ve bebek için önemlidir (Little ve ark. 2018). Emzirmenin maliyetsiz olması tercih edilmesinin diğer sebebidir (Balci, 2011). Toplum sağlığı açısından da emzirme oldukça gerekli görülmekte ve ülke politikaları emzirmeyi desteklemektedir. Emzirme politikaları ile dünya genelinde ilk altı ay sadece anne sütü ile beslenme oranı %38 iken, %44'e çıkarılmıştır (World Health Organization [WHO], 2020). Amerikan Pediatri Akademisi (AAP), Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ve

Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF) doğum sonrası ilk yarım saat içerisinde bebeğin anne sütü ile beslenmesi ve bebeklerin ilk 6 ayında sadece anne sütü alması üzerinde durmaktadır. Altıncı aydan sonra DSÖ iki yaşına kadar, AAP, 1 yıl veya daha uzun süre ek besinlerle birlikte emzirmeye devam edilmesini tavsiye etmektedir (Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu [UNICEF], 2016; WHO, 2018). Emzirmenin anne ve çocuk sağlığı açısından sağlayacağı sosyal ve ekonomik yararları tüm dünya kabul etmektedir. Ancak, dünyadaki bebeklerin hemen hemen yüzde 60'ı ilk altı ayda sadece anne sütüyle beslenme yönündeki tavsiyeden yararlanamamaktadır (UNICEF, 2019).

Anneye verilen doğum öncesi eğitimler, doğuma yönelik tutumu ve hazıroluşluk durumlarını ve emzirmeye yönelik özgüven düzeylerini olumlu etkilemektedir (Gün Kakaşçı ve ark. 2023; Teskereci ve ark. 2022). Diğer yandan, emzirme döneminde yaşanan yetersizlik durumları ve beraberindeki kaygılar annenin özgüveninin azalmasına neden olmaktadır (Yenal ve ark. 2013). Özellikle kadın ilk kez doğum yapmışsa, o annede bebek bakımı, emzirme gibi kaygılar artmakta ve annenin özgüveni azalmaktadır (Yıldız ve Akbayrak, 2014). TNSA 2018 verilerine göre anne sütü alma durumu çocuğun yaşı ile birlikte azalmaktadır (Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması [TNSA], 2018).

Bu bilgilerden yola çıkarak araştırmanın yapıldığı bu ilde annelerin daha erken yaşta evlilik ve doğum yaşaması düşünüldüğünde, sahip olduğu özgüvenin bebeği emzirme adaptasyonuna, bebeği emzirme süresine yansıtacağı düşünülmüştür. Bilhassa annelerin emzirme sürecinde yaşadıkları zorluklarla mücadelede, doğum öncesi eğitimler, bakım kalitesini artırma ve keyifli bir emzirme süreci yaşayarak bu dönemi travmalı olarak hatırlamamaları, birçok anneye sunacağı paylaşımlarla emzirme adaptasyonunun sürdürülmesi ve annenin özgüveninin artırılması, halk sağlığı hemşireliği açısından oldukça değerlidir.

Bu çalışma, postpartum dönemde lohusaların annelik özgüven düzeyleri ile bebeği emzirme adaptasyonu arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Araştırma Soruları

- Postpartum dönemde annenin özgüven düzeyi nasıldır?
- Postpartum dönemde annenin bebeğini emzirme adaptasyonu düzeyi nasıldır?
- Postpartum dönemde annelerin özgüven düzeyi ile emzirme adaptasyonu arasında ilişki var mıdır?

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın türü: Araştırma tanımlayıcı ve ilişki arayıcı türdedir.

Araştırmanın zamanı: Araştırma 20.12.2023-20.08.2024 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın evreni: Afyonkarahisar ili merkezine bağlı bulunan 4, 8, 11 ve 12 numaralı Aile Sağlığı Merkezlerine (ASM) kayıtlı, doğum sonu 8. haftaya kadar olan, 38-42. Gestasyon haftası arasında doğum yapan postpartum anneler oluşturmuştur. Araştırmaya dahil edilecek aile sağlığı merkezlerinin sayıları yazılarak random olarak oluşturulan sayı tablosunda aile sağlığı merkezleri rastgele seçilmiştir. Anketlerin güvenilir doldurulması için, anket formunu uygulayabilecek emzirme odası olmayan aile sağlığı merkezleri çalışmaya dahil edilmemiştir. Aile Sağlığı Merkezi'ne aşı için ya da kontrol amaçlı gelen annelere araştırma ile ilgili bilgi verilmesinin ardından onam alınarak gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın örnekleme: Örneklem büyüklüğü, evren büyüklüklerine karşılık örneklem büyüklüğü tablosundan yararlanarak ($N=650$, $\alpha=0.05$, $H=\pm 0.05$, $p=0.5$; $q=0.5$ için) belirlenmiştir. Örneklem büyüklüğünün hesaplanmasında evren büyüklüğü 650 ($N=650$) dir. Güven düzeyi %95 için ($\alpha=0,05$), hata payı ± 5 ($d=0,05$), olayın görülme olasılığı $p=0,50$ ve görülme olasılığı $q=0,50$ alınmıştır. Bu parametreler kullanılarak minimum örneklem büyüklüğü 242 kişi olarak hesaplanmıştır. Örneklem büyüklüğü 242 olarak belirlenmiştir (Ural ve Kılıç, 2013). Ancak hatalı ve eksik anketler çıkarıldığında, araştırmaya 230 postpartum annenin verisi dahil edilmiştir.

Araştırmaya dahil edilme kriterleri:

- Türkçe bilip konuşan ve en az okur yazar olan,
- 38-42 gestasyon haftası arasında doğum yapan,
- Doğum sonu 8 haftaya kadar olan,
- Doğumda saptanmış herhangi bir doğumsal anomali veya ağır hastalığı bulunmayan,

Araştırmadan dışlanma kriterleri:

- Türkçe konuşamayan ve okur yazar olmayan,
- 38 haftadan önce ve 42. gestasyon haftasından sonra doğum yapan,
- Doğum sonu 8 haftayı geçmiş olan,
- Doğumda saptanmış herhangi bir doğumsal anomali veya ağır hastalığı bulunan anneler çalışmadan dışlandı.

Bağımsız değişken: Pharis Öz-güven Ölçeği puanı,

Bağımlı değişken: Emzirme Adaptasyon Ölçeği puanı ise bağımlı değişkendir.

Verilerin toplanması

Veriler yüz yüze görüşme yöntemiyle toplanmıştır. Araştırmaya katılan tüm annelere, önceden araştırmanın amacı hakkında bilgi verilerek onamları alındı. Anketleri doldurma süresi yaklaşık 15-20 dakika sürdü.

Veri toplama araçları

Veriler araştırmacılar tarafından oluşturulan tanımlayıcı bilgi formu, Pharis Özgüven Ölçeği, Emzirme Adaptasyon Ölçeği ile toplanmıştır.

Tanımlayıcı Bilgi Formu: Literatür ışığında (Öztürk ve ark. 2022; Çakmak ve Demirel Dengi, 2019) araştırmacılar tarafından hazırlanan anket formunda annenin yaşı, eğitim durumu, çalışma durumu, bebeğinin doğum ağırlığı, doğum şekli gibi soruları içeren tanımlayıcı özelliklerine dair 15 soru bulunmaktadır.

Pharis Özgüven Ölçeği: Pharis (1978) tarafından geliştirilen ölçeğin iç tutarlılığı Walker tarafından yapılmıştır. Türkçe geçerlik ve güvenirliği 2003 yılında Çalışır ve Başbakal tarafından yapılmıştır. Bu ölçek bir ebeveynin bebeğine verdiği bakımdan yola çıkarak ebeveynin kendine olan özgüvenini ölçmektedir. Ölçek 13 maddeden oluşmakta, beşli Likert tipindedir. Ölçek maddeleri hiç (1 puan), az (2 puan), orta (3 puan), çok (4 puan) ve tamamen (5 puan) olacak şekilde derecelendirilmiş olup en az 13 en çok 65 puan alınabilmektedir. Puanın artması ebeveynin bebek bakımı hakkındaki kendine olan özgüveninin de arttığı anlamına gelmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa değeri 0.85–0.86 arasında bulunmuştur (Çalışır ve Başbakal, 2003). Çalışmada Cronbach alfa değeri 0.78'dir.

Emzirme Adaptasyon Ölçeği: Ölçek, SunHee Kim tarafından 2009 yılında geliştirilmiştir (Kim, 2009). Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenirliği 2021 yılında Dinçel ve Özdilek tarafından yapılmıştır. Ölçek annenin emzirmeye adaptasyonunu değerlendiren 27 maddeden oluşmaktadır. Ölçek maddeleri 1 (kesinlikle katılmıyorum) ile 5 (kesinlikle katılıyorum) arasında 5'li Likert ölçeğinde derecelendirilmiştir. Ölçeğin 8 alt boyutu bulunmaktadır. Bu alt boyutlar: annenin bebeği ile duygusal değişimi (4 madde), emzirme güveni (5 madde), yeterli anne sütü (3 madde), bebeğin beslenme kapasitesi ve büyümesi (4 madde), bebeğine aşına olmak (4 madde), emzirmede rahatsızlık (3 madde), anne sütü hacminin korunması (2 madde) ve sosyal destek almak (2 madde) şeklindedir. Ölçeğin altıncı alt boyutu olan "Emzirmede Rahatsızlık" alt boyutundaki 3 madde olumsuz ifade içermekte olup 1 (kesinlikle katılmıyorum), 5 (kesinlikle katılıyorum) şeklinde derecelendirilmiştir. Ölçekten alınabilecek minimum-maksimum değerler 27-135'tir. Ölçekten alınacak puanın yükselmesi emzirme adaptasyonunun arttığını

göstermektedir. Ölçeğin Cronbach alfa değeri 0.78'dir (Dinçel ve Özdilek, 2021). Çalışmada Cronbach alfa değeri 0,80'dir.

Veri analizi

Araştırma verilerinin istatistiksel analizi IBM SPSS 22.0 (Statistical Package for the Social Sciences) paket programında yapılmıştır. Verilerin analizinde değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu için Shapiro-Wilk testi kullanılmıştır. Tanımlayıcı istatistiklerin değerlendirilmesinde sayı, yüzde, ortalama, medyan ve standart sapma değerleri kullanılmıştır. Normal dağılmayan verilerin istatistiksel analizinde ikili karşılaştırma için Mann-Whitney U testi ve Kruskal-Wallis testi uygulandı. İki'den fazla bağımsız grup karşılaştırılmasında anlamlılık bulunduğunda, alt grup karşılaştırmaları için Bonferroni testi uygulandı. Normal dağılım göstermeyen verilerde değişkenler arasındaki korelasyon için Spearman korelasyon katsayısı kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi olarak $p < 0.05$ kabul edilmiştir.

Araştırmanın Etik Yönü

Araştırmanın planlanması aşamasında, araştırmada kullanılacak ölçeklerin (Pharis Özgüven Ölçeği ve Emzirme Adaptasyon Ölçeği) geçerlik ve güvenirlik çalışmalarını yapan yazarlardan izin alınmıştır. Afyonkarahisar Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu 01.12.2023 tarihli ve 2023/508 sayılı kararı ile etik izin alındı. Afyonkarahisar İl Sağlık Müdürlüğü'nün kurumsal izni alındı. Ayrıca veri toplama aşamasına geçilmeden önce tüm katılımcılardan onam alınmıştır. Bu çalışma, araştırma ve yayın etiği ilkelerine uygun olarak yürütülmüştür.

BULGULAR

Annelerin postpartum dönemde annelik özgüven düzeylerinin bebeği emzirme adaptasyonuna etkisini belirlemek amacıyla yapılan çalışmanın bulguları aşağıda sunulmuştur.

Annelerin yaş aralığı 28.63 ± 5.20 (min:19, max:41)'dir. Bebeklerinin haftası 7.21 ± 1.47 (min:3, max:8)'dir. Annelerin %48.2'si lise ve yüksekokul mezunu, %64.3'ü geliri giderine eşit, %64.8'i ev hanımı, %59.6'sı ise beş yıl ve altında evlidir. Annelerin eşlerinin %52.6'sı yüksekokul mezunu olduğu, %83.9'unun herhangi bir hastalığının olmadığı, %58.7'sinin multipar, %59.1'inin sezaryen ile doğum yaptığı belirlenmiştir. Bebeklerin neredeyse tamamı anne sütü almıştır (%98.3), ailedeki çocuk sayısı ise %41.3'ünün birdir, bebeklerin beslenme şekli %73.9'u sadece anne sütü, %20'si anne sütü ve mama, %6.1'i ise sadece mamadır (Tablo 1).

Tablo 1. Annelerin tanımlayıcı özelliklerine göre dağılımı (n=230)

Özellikler	Ortalama ± SD	
Yaş	28.63±5.20 (min:19, max:41)	
Bebek haftası	7.21±1.47 (min:3, max:8)	
Özellikler	n	%
Eğitim durumu		
İlköğretim	50	21.8
Lise-yüksekokul	111	48.2
Üniversite ve üzeri	69	30.0
Aile tipi		
Çekirdek	205	89.1
Geniş	25	10.9
Gelir durumu		
Gelir giderden az	65	28.3
Gelir gidere eşit	148	64.3
Gelir giderden fazla	17	7.4
Sosyal güvence durumu		
Var	182	79.1
Yok	48	20.9
İstihdam		
Çalışan	81	35.2
İşsiz/Ev hanımı	149	64.8
Evlilik yılı		
≤ 5 yıl	137	59.6
>5 yıl	93	40.4
Eşinin eğitim durumu		
İlköğretim	23	10.0
Lise-yüksekokul	121	52.6
Üniversite ve üzeri	86	37.4
Mevcut hastalık durumu		
Evet	37	16.1
Hayır	193	83.9
Gebelik sayısı		
Primipar	95	41.3
Multipar	135	58.7
Doğum şekli		
Normal/vajinal doğum	94	40.9
Sezaryen doğum	136	59.1
Bebekğin doğum kilosu		
1500-2499 kg	19	8.2
2500-3499 kg	137	59.5
3500 kg ve üzeri	74	32.3
Bebekğin anne sütü alma durumu		
Hiç almadı	4	1.7
Aldı	226	98.3
Ailede çocuk sayısı		
1	95	41.3
2	92	40.0
3 ve üzeri	43	18.7
Bebekğin beslenme şekli		
Sadece anne sütü	170	73.9
Anne sütü+mama	46	20.0
Sadece mama	14	6.1

Annelerin özgüven puan ortalamasının 62.77±3.44, emzirme adaptasyonu puan ortalamasının ise 113.10±11.55 olduğu belirlenmiştir. Emzirme Adaptasyon Ölçeği alt boyutlarından emzirme güveni ortalaması 25.00±4.84'tür. Ölçekte sosyal destek alma

ise 3.00±2.00 olduğu bulunmuştur. Diğer Emzirme Adaptasyonu Ölçeği alt boyutları sırasıyla yüksekte düşüğe şöyle sıralanabilir. Bebeğin beslenme kapasitesi ve büyümesi, annenin bebeğiyle duygusal değişimi, bebeğine aşına olmak, yeterli anne sütü, anne sütü hacminin korunması ve emzirmede rahatsızlıktır (Tablo 2).

Tablo 2. Annelerde Pharis Özgüven Ölçeği ve Emzirme Adaptasyon Ölçeği ve alt boyutlarının puanları (n=230).

Ölçek ve alt boyut	Minimum-maksimum	Ortalama ± SD
Pharis Özgüven Ölçeği	43-65	62.77±3.44
Emzirme Adaptasyon Ölçeği	71-134	113.10±11.55
Emzirme Adaptasyon Ölçeği Alt Boyutları		
Annenin bebeği ile duygusal değişimi	13-20	20.00±0.99
Emzirme güveni	5-25	25.00±4.84
Yeterli anne sütü	3-15	15.00±3.33
Bebeğin beslenme kapasitesi ve büyümesi	6-20	20.00±2.77
Bebeğine aşına olmak	10-20	19.00±2.20
Emzirmede rahatsızlık	3-15	4.00±3.41
Anne sütü hacminin korunması	4-10	8.00±1.65
Sosyal destek almak	2-10	3.00±2.00

Özgüven ölçeği puan ortalamaları ve emzirme adaptasyon ölçeği puan ortalamaları eğitim seviyesi, çalıştığı iş, partnerinin eğitimi, kronik hastalık varlığı gibi değişkenlerden etkilenmemiştir ($p>0.05$). Özgüven ölçeği puan ortalamaları ile doğum şekli arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). Multipar annelerde emzirme adaptasyonu ölçeği puan ortalaması daha yüksek bulunmuştur. Multipar ve primipar olma durumu ile emzirme adaptasyonu arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). Annelerin istihdam durumu ve doğum şekli ile emzirme adaptasyonu arasında anlamlı fark vardır ($p<0.05$) (Tablo 3).

Yeterli anne sütü alma ile emzirme güveni arasında pozitif yönde güçlü anlamlı ilişki bulunmaktadır ($p<0.01$). Emzirme güveni ile bebeğin beslenme kapasitesi ve büyümesi ve emzirme adaptasyonu toplam puanı arasında da anlamlı pozitif yönde güçlü bir ilişki vardır ($p<0.01$). Emzirme Adaptasyonu toplam puanı ile annenin duygusal değişimi, bebeğine aşına olma, emzirmede rahatsızlık, anne sütü hacminin korunması ve sosyal destek alma alt boyutları arasında zayıf yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($p<0.01$). Bebeğin beslenme kapasitesi ve büyümesi ile annenin bebeği ile duygusal değişimi arasında zayıf pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır ($p<0.01$). Bebeğine aşına olmak ile annenin bebeği ile duygusal değişimi arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki bulunmaktadır ($p<0.01$). Anne sütü hacminin

korunması ile yeterli anne sütü ve bebeğin beslenme kapasitesi ve büyümesi, bebeğine aşına olması arasında zayıf yönde pozitif ilişki bulunmaktadır ($p<0.01$). Pharis Özgüven Ölçeği ile bebeğine aşına olmak, anne sütü hacminin korunması arasında pozitif

yönlü zayıf ilişki bulunmaktadır ($p<0.01$). Pharis Özgüven Ölçeği ile Emzirme Adaptasyonu ölçeği toplam puanları arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p>0.05$) (Tablo 4).

Tablo 3. Annelerin tanımlayıcı özellikleri ile özgüven ölçeği ve emzirme adaptasyon ölçeği puanlarına göre karşılaştırılması

Özellikler	Toplam Pharis Özgüven Ölçeği X± SD	Test	p	Total Emzirme Adaptasyon Ölçeği X± SD	Test	p
Eğitim durumu						
İlköğretim	63.36±0.82			115.68±2.79		
Lise- Yüksek okul	62.74±0.30	F:1.583	0.453	113.43±1.12	5.418	0.067
Üniversite ve üstü	62.24±0.40			113.91±1.24		
Aile tipi						
Çekirdek	62.71±3.45	t:-0.722	0.356	113.32±11.41	0.898	0.713
Geniş	63.25±3.44			111.08±12.93		
İstihdam						
Çalışan	63.02±0.29	t:2.039	0.927	115.36±1.26	0.091	0.041**
İşsiz/ev hanımı	62.61±0.30			112.23±0.95		
Eşinin eğitim durumu						
İlköğretim	64.34±0.25			108.04±3.39		
Lise- Yüksek okul	63.22±0.32	F:0.702	0.483	112.49±1.28	F:1.644	0.100
Üniversite ve üstü	62.48±0.35			114.67±0.95		
Kronik hastalık durumu						
Var	63.27±0.36	t:0.573	0.567	113.54±1.64	0.362	0.718
Yok	62.68±0.26			113.02±0.85		
Doğum şekli						
Vajinal doğum	62.55±0.31	t:2.152	0.038**	115.01±1.15	2.070	0.031**
Sezaryen doğum	62.93±0.31			111.78±1.00		
Gebelik sayısı						
Primipar	61.25±1.25	t:0.202	0.857	102.85±3.21	3.602	0.000**
Multipar	62.57±0.53			117.52±1.62		

** $p<0.05$, Z: Mann-Whitney U testi, t: Independent samples t-test, KW: Kruskal-Wallis testi, (post hoc analysis: Bonferroni correction Mann-Whitney U testi), F: Bağımsız gruplarda, grup içi/grup içi/toplam varyans analizi.

Tablo 4. Anne Emzirme Adaptasyonu Ölçeği ile alt boyutları ve Pharis Özgüven Ölçeği arasındaki ilişki

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1-Annenin bebeği ile duygusal değişimi	r 1	.052	.113	.220**	.227**	-.018	-.051	.043	.122	.235**
2-Emzirme güveni	r .052	1	.701**	.682**	.027	-.138*	.118	-.043	-.049	.760**
3-Yeterli anne sütü	r .113	.701**	1	.660**	.149*	-.048	.271**	-.042	.045	.794**
4- Bebeğin beslenme kapasitesi ve büyümesi	r .220**	.682**	.660**	1	.201**	-.125	.247**	.001	.120	.773**
5-Bebeğine aşına olmak	r .227**	.027	.149*	.201**	1	-.067	.179**	-.081	.277**	.298**
6-Emzirmede rahatsızlık	r -.018	-.138*	-.048	-.125	-.067	1	.014	.119	-.251**	.213**
7-Anne sütü hacminin korunması	r -.051	.118	.271**	.247**	.179**	.014	1	.103	.238**	.391**
8-Sosyal destek almak	r .043	-.043	-.042	.001	-.081	.119	.103	1	-.022	.268**
9-Pharis Özgüven Ölçeği	r .122	-.049	.045	.120	.277**	-.251**	.238**	-.022	1	.039
10-Emzirme Adaptasyon Ölçeği	r .235**	.760**	.794**	.773**	.298**	.213**	.391**	.268**	.039	1

*: $p<0.05$, **: $p<0.01$

TARTIŞMA

Bu çalışma, postpartum dönemde lohusaların annelik özgüveni düzeyleri ile bebeği emzirme adaptasyonu arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılmıştır. Araştırma bulgularına göre annelerin emzirme adaptasyonu ile özgüven düzeyleri arasında doğrudan anlamlı ilişki bulunmaması, annelik özgüveninin emzirme adaptasyonunda dolaylı rol oynayabileceğini göstermiştir. Doğrudan etkilenmemesine rağmen, emzirme sürecine ilişkin bazı davranışsal ve duygusal boyutları dolaylı olarak değiştirebileceğini de akla getirebilir. Postpartum dönemde annelerin özgüven durumları emzirme adaptasyonlarını etkilemektedir (Öztürk ve ark. 2022; Çakmak ve Demirel Dengi, 2019). Daha sağlıklı bir anne ve sağlıklı iletişimin sürdüğü aile ortamı için annenin özgüveninin artırılması oldukça değerlidir. Anne mutlu ve sağlıklı olursa emzirme başarısı da artacaktır (Modak ve ark. 2023).

Orta veya yüksek düzeyde emzirme öz yeterliliğine sahip olan anneler daha uzun süre emzirmeye devam etmektedir. Yapılan bir çalışmada yaş, çalışma durumu, algılanan gelir düzeyi ve yaşayan çocuk sayısının emzirme öz yeterliliğini etkileyen sosyodemografik faktörler arasında olduğu bulunmuştur (Mercan ve Tari Selçuk, 2021). Başka bir çalışmada annelerin bilgi düzeyi arttıkça özgüvenlerinin de arttığı ifade edilmiştir (Çırlak ve ark. 2023). Başka bir çalışmada da eğitim düzeyine bağlı emzirme adaptasyonunun değiştiği ifade edilmiş, ancak ilköğretim düzeyinde emzirme adaptasyonunun üniversite mezunlarına göre daha yüksek olduğu ifade edilmiştir (Çağan ve Şimşek Küçükkelepçe 2024). Çalışmada ise anne özgüveni puan ortalamaları ve emzirme adaptasyon puan ortalamaları çalıştığı iş, anne eğitim düzeyleri, eşinin eğitimi, kronik hastalık varlığı gibi değişkenler tarafından etkilenmemiştir. Anne özgüveni ile doğum şekli arasında anlamlı fark olması, kadının yaşadığı olumlu ya da olumsuz doğum deneyiminin anne özgüveninde etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Diğer yandan, doğum şeklindeki değişiklik kadını postpartum depresyon ve güvensizliğe de itebilir. Bu durumda annenin özgüvenini olumsuz etkileyebilir.

Doğum sayısı ile emzirme özyeterliliği arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmada istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur (Konukbay ve ark., 2024). Benzer şekilde çalışmada da multipar olma durumu ile emzirme adaptasyonu puan ortalaması arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0,05$). Annenin daha önceki deneyimlerinin emzirme davranışlarını olumlu etkilediği ve emzirme konusunda daha az problem yaşadığını düşündürmektedir. Bu sonuçtan çalışmada eğitim seviyesinden ziyade daha önce emzirme deneyiminin olup olmamasının etken olduğu çıkarılabilir. Yapılan bir çalışmada doğum sayısı

arttıkça emzirme adaptasyonunun pozitif yönde arttığı bildirilmiştir (Özdilek ve Dinçel, 2023). Bu çalışmada da kadının multipar olması emzirme adaptasyonunu olumlu etkilemiştir ($p<0,05$). Kadının deneyimlerinin emzirme durumunu olumlu etkilediği düşünülebilir.

Diğer bir değişken olan annenin güvenlik duygusu emzirme ile ilişkilendirilmekte, annenin güvenlik duygusu arttıkça emzirme özyeterliliği de arttığı ifade edilmiştir (Öztaş ve ark. 2024). Özgüveni artırmada doğum sonu anneye verilen lohusa ve yenidoğan bakım eğitimi etkili olmuş, annelerin sorumluluk bilincini olumlu yönde değiştirdiği ifade edilmiştir (Öztürk ve Erci, 2016).

Primipar annelerde emzirme öz yeterlilik düzeylerinin daha düşük olduğu belirlenmiştir (Konukbay ve ark. 2024). Yapılan başka bir çalışmada da doğum şekli ile emzirme adaptasyonu toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlılık belirlenmemiştir. Bebekle duygusal değişim alt boyutu normal doğum yapan annelerde yüksek bulunmuştur (Özdilek ve Dinçel, 2023). Çalışmada da benzer şekilde doğum şekli ile emzirme adaptasyonu arasında anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0,05$). Çalışmaya katılan annelerin eğitim seviyelerinin daha çok yüksek olması, emzirme bilgi düzeylerinin de yüksek olduğunu, ancak doğum şeklinin farklılık gösterebileceğini düşündürmektedir.

Anne özgüveninin bebek bakımında etkilerini değerlendiren bir çalışmada, kadınların özgüven puan ortalamasının orta düzeyin üzerinde olduğu (48.25 ± 9.16) bulunmuş ve annelerin özgüvenleri arttıkça bebeklerini daha olumlu algıladıkları ifade edilmiştir (Yanık ve Güler, 2023). Başka bir çalışmada da anne özyeterliliği arttıkça emzirmenin arttığı, ancak doğumdan sonraki altıncı ayda belirgin şekilde düştüğü ifade edilmiştir (Saavedra Sanchez ve ark. 2024). Anne öz yeterliliği arttıkça emzirme konusundaki sorunları çözme yetileri de yükselmiştir (Brani, 2024). Çin'in kırsalında yapılan bir çalışmada annelerin emzirme öz yeterlilikleri orta düzeyde bulunmuştur, yalnızca emzirme için öz yeterlilik en düşük bulunmuştur (Li ve ark. 2022). Başka bir çalışmada annelerin emzirme öz yeterlilik düzeylerinin yüksek olduğu, emzirme algılarının olumlu ifade edildiği belirtilmiştir (Konukbay ve ark., 2024). Kaya ve ark. (2024) yaptığı çalışmada postpartum emzirme öz yeterlilik puan ortalaması 55.84 ± 10.84 bulunmuş ve annenin doğum sonu konforunu artırdığı vurgulanmıştır (Kaya ve ark. 2024). Çalışmada da annelerin özgüven düzeyleri 62.77 ± 3.44 olup oldukça yüksek bulunmuştur. Bu da emzirme konusunda annenin özgüveninin artmasını sağlayan bir role sahip olduğu düşünülmektedir. Çalışmaya katılan kadınların ve eşlerinin çoğunun eğitiminin yüksek olması bunu düşündürülebilir. Diğer yandan, annelerin bebek bakımına ilişkin deneyim kazanması annelik rolüne uyumun iyi olduğunu göstergesidir. Bu durumda anne özgüvenini olumlu etkiler.

Yapılan bir çalışmada annelerin emzirme öz yeterliliği (59.45 ± 6.21) iyi olarak belirlenmiş (Amanak ve ark. 2020). Bu çalışmada emzirme adaptasyonlarının yüksek olduğu bulunmuştur (113.10 ± 11.55). Annelerin eğitim seviyelerinin yüksek olması nedeniyle beklenen ve istenen bir sonuç olduğu ifade edilebilir. Diğer yandan, kadınların çoğunun multipar olması, hazır bilgiye sahip olmaları ya da daha önceki doğumlarında yaşadıkları deneyimlerin olduğu da akla gelebilir. Emzirme adaptasyonunun yüksek olması, annelerin bebeklerini anne sütüyle besliyor olmalarıyla bu davranışın yaygınlaştığını akla getirebilir. Anne sütü ile beslenmenin yaygın olması emzirme adaptasyonunu artırmış olabilir.

Bir çalışmada gebelerde doğum öz yeterliliği arttıkça emzirme öz yeterliliğinin de arttığı ve annelerin postpartum dönemde emzirme öz yeterlilik puanlarının yüksek olduğu ifade edilmiştir (Başhan ve Öztürk, 2024). Çalışmada ise emzirme güveni ile yeterli anne sütü arasında pozitif güçlü korelasyon olması, anne sütünün artırılmasının ve bu konuda annenin hazır oluşunu artırmanın emzirme davranışını devam ettirmede etkili olabileceğini düşündürür. Diğer yandan, annenin anne sütünü yeterli olarak gördükçe emzirmeye karşı da olumlu tutum geliştireceği düşünülebilir. Emzirme güveni ile bebeğin beslenme kapasitesi arasındaki pozitif ilişki olması, emzirme davranışının olumlu olması sonucu bebeğin beslenme kapasitesinin de artması beklenen bir sonuçtur.

Ek olarak, emzirme adaptasyonu toplam puanı ile annenin duygusal değişimi, bebeğine aşına olma, emzirmede rahatsızlık, anne sütü hacminin korunması ve sosyal destek alma alt boyutları arasında zayıf ilişki, anne-bebek iletişiminin doğru sağlandığını, annenin annelik duygusunu kabullendiğini, bebeğine alıştığını düşündürebilir. Bu sonuçlar emzirme adaptasyonunun çok boyutlu bir kavram olarak düşünülmesi gerekliliğini ortaya koymuştur. Ancak doğru emzirme tekniklerinin kullanılmaması emzirmede rahatsızlığın artmasına neden olabileceğini düşündürür. Annenin özgüveni ile bebeğine aşına olması ve süt hacminin korunması arasında zayıf bir ilişki olması da annenin özgüveni arttıkça bebeğine daha kolay alıştığı ve anne sütünün de devamını sağlayabildiği söylenebilir.

Çalışmada emzirme adaptasyonunda emzirme güveni ve bebeği ile duygusal değişimi ve emzirme güveninin bir sonucu olabilecek bebeğin beslenme kapasitesi yüksek oranda anneyi etkilerken, eğitim düzeylerinin yüksek olması, multipar olmaları ve çalışan anne sayısının fazla olması değişkenlerinin bir etkisi olarak sosyal desteğin emzirme adaptasyonunda en düşük oranda etkilemesi kadının başka bir desteğe ihtiyaç duymadan emzirme konusunda kendini yeterli hissettiğini göstermektedir. Çalışma ile postpartum dönemde lohusaların annelik özgüven düzeylerinin artırılması, bebekleriyle uyumunun sağlanması ve

emzirme adaptasyonunun kısa sürede geliştirilmesi açısından farkındalık oluşturmaları beklenmektedir.

Araştırmanın sınırlıkları

Bu çalışma Türkiye'de Ege Bölgesi'nde bir ilde bulunan bazı aile sağlığı merkezlerini kapsamamaktadır. Sadece çalışmanın gerçekleştiği aile sağlığı merkezlerine genellenebilir. Verilerin annelerin öz bildirimine dayalı olması araştırmanın sınırlılığıdır. Çalışmada örneklem sayısı zaman nedeniyle sınırlı kalmıştır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma sonuçlarına göre annelerin emzirme adaptasyonu ve özgüven ölçeği toplam puanları ortalama değere göre yüksektir. Pharis Anne özgüven ölçeği toplam puanı ile emzirme adaptasyonu toplam puanı arasında ilişki bulunmamıştır. Ancak alt boyutlar arasında ilişki bulunmaktadır. Yeterli anne sütü alma durumu ile emzirme güveni arasında ve emzirme güveni ile bebeğin beslenme kapasitesi ve büyümesi ve emzirme adaptasyonu toplam puanı arasında pozitif güçlü ilişki vardır. Anne yeterli anne sütü veriyorsa, annenin bebeğini emzirme güveni de artmıştır. Araştırma sonuçları multipar annelerde emzirme özgüveninin yüksek olduğunu gösterdiği için, özellikle emzirme gibi önemli bir konuda ilk defa anne olan primipar annelerin deneyimsiz olmaları nedeniyle özgüven eksikliği yaşamalarına engel olmak oldukça önemlidir. Bu konuda gerek birinci basamak sağlık hizmetlerinde gerekse hastane kontrollerinde anneye emzirmenin yaşamsal önemi vurgulanmalı ve emzirme konusunda anne teşvik edilmelidir. Anneye verilecek postpartum emzirme danışmanlığının annenin özgüveninin artmasına yardımcı olacağı düşünülmektedir. Birinci basamak sağlık hizmetlerinde ev ziyaretleri yapılarak emzirme desteğinin artırılması sağlanabilir. Emzirme adaptasyonunu ve anne özgüvenini etkileyecek riskli durumların belirlenmesi, anneliğe uyumu kolaylaştırarak emzirme durumlarını teşvik edecektir. Emzirme politikası ve uygulama önerileri için doğum sonrası danışmanlık hizmetlerinde özgüven destekleyici girişimlere, eş desteğine yer verilmelidir. Anne sütü zamanla azalan annelerde de bu önem devam etmeli; annenin henüz tamamlayıcı beslenme dönemine hazır olmayan bebeğine erken dönemde formül mama ya da ek gıda önermek yerine anne sütünü artırmak için sağlıklı beslenme, uygun fiziksel aktivite, stresi yönetebilme gibi danışmanlık hizmetleri verilmesinin daha uygun olacağı düşünülmektedir.

Annelerin emzirme davranışlarının sürdürülmesi sadece doğum sonrası annenin konforunu sağlamak ve bebeğin gelişimini desteklemek için değil, bunun yanında bağırsak mikrobiyotası gelişmiş sağlıklı nesillerin devamı için de oldukça önemli görülmelidir.

Klasik eğitimlerin dışına çıkılarak, bireysel motivasyonel görüşmeler, konu ile ilgili davranış geliştirme teknikleri daha fazla kullanılarak annenin emzirme özgüvenini nelerin olumsuz etkilediği belirlenmeli ve altı aydan sonra da emzirmenin devamının sağlanması gerekliliği üzerinde daha fazla durulmalıdır.

Araştırmanın Etik Yönü/ Ethics Committee

Approval: Afyonkarahisar Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu 01.12.2023 tarihli ve 2023/508 sayılı kararı ile etik izin alınmıştır. Afyonkarahisar İl Sağlık Müdürlüğü'nün kurumsal izin alınarak veri toplama aşamasına geçilmeden önce tüm katılımcılardan onam alınmıştır.

Hakem/Peer-review: Dış hakem değerlendirmesi.

YazarKatkısı/AuthorContributions:

Fikir/kavram: YC; Tasarım: YC; Danışmanlık: YC; Veri toplama Veri İşleme: YC, MU; Analiz ve/veya Yorum: YC; Kaynak tarama: MU; Makalenin Yazımı: YC, MU; Eleştirel inceleme: YC, MU; Kaynaklar ve fon sağlama: MU.

Çıkar çatışması/Conflict of interest: Araştırmacılar herhangi bir çıkar çatışması belirtmemişlerdir.

Finansal Destek/Financial Disclosure: Bu araştırma için finansal destek alınmamıştır.

Teşekkür: Çalışmaya katılmayı kabul eden tüm annelere teşekkür ederiz

KAYNAKLAR

- Amanak, K., Demirkol, İ., & Ünay, V. (2020). Doğum memnuniyetinin postpartum erken dönem emzirme öz-yeterliliği etkisi. *Türk Fen ve Sağlık Dergisi*, 1(2), 50–57.
- Balcı, E. (2011). Anne sütünün çocuk büyüme ve gelişmesine etkisi. *Türk Aile Hekimliği Dergisi*, 15(3), 135–138.
- Başhan, Ö., Öztürk, S. (2024). Gebelerde Doğum Öz Yeterlilik Algısının Emzirme Öz Yeterliliğine Etkisi: Tanımlayıcı Araştırma. *Türkiye Klinikleri J Health Sci*. 2024;9(3):474-81.
- Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF). (2016). Nutrition's lifelong impact. UNICEF. https://www.unicef.org/nutrition/index_lifelong-impact.html. “Erişim tarihi: 05.10.2023”.
- Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF). (2019). Aile dostu politikaların anne sütüyle besleme oranlarını tüm dünyada artırma açısından önemi. <https://www.unicef.org/turkiye/bas%C4%B1n->

b%C3%BCltenleri/unicef-aile-dostu-politikalar. “Erişim tarihi: 07.01.2025”.

- Brani, P., Mrvoljak Theodoropoulou, I., Pechlivani, F., Gourounti, K., Iliadou, M., Palaska, E., ... (2024). Mothers' breastfeeding self-efficacy after a high-risk or normal pregnancy: A Greek longitudinal cohort study. *European Journal of Investigative Health Psychology and Education*, 14(6), 1803–1820. <https://doi.org/10.3390/ejihpe14060119>.
- Çaçan, A., Şimşek Küçükkeleşçe, D. (2024). Postpartum dönemde algılanan eş desteği ile emzirme adaptasyonu ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *J Soc Anal Health*, 4(2): 39-50.
- Çakmak, S., Demirel Dengi, AS. (2019). Postpartum dönemdeki annelerin emzirme ve anne sütünün önemi hakkındaki bilgilerinin değerlendirilmesi. *Türk Aile Hek Derg*. 23 (1): 9-19. doi: 10.15511/tahd.19.00009.
- Çalışır, H., & Başbakal, Z. (2003). İlk kez anne olan kadınların annelik rolü başarımlarını etkileyen etmenlerin incelenmesi (Yayınlanmamış doktora tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.
- Çırlak, A., Özbay, K. & Özbek, S. (2023). Emzirme ve bebek bakımı eğitiminin primipar annelerin bilgi düzeylerine ve öz güvenlerine etkisi. *Türk Halk Sağlığı Dergisi*, 4 (3), 177-187.
- Dinçel, Y., & Özdilek, R. (2021). Emzirme adaptasyon ölçeği Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Bandırma Onyedil Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri ve Araştırmaları Dergisi*, 3(3), 190-198.
- Gün Kakaşçı, Ç., Karabulut, Ö., Abbasoğlu, D. E, Coşkuner Potur, D., Doğan Merih, Y., & Demirci, N. (2023). The effect of antenatal education on expectant mother's childbirth attitudes, maternal role attainment, and self-confidence levels. *Health Care for Women International*, 44(10-11), 1325-1345. <https://doi.org/10.1080/07399332.2021.1935959>.
- Kaya, D., Gölbaşı, Z., & Aksoy, H. (2024). Sezaryen ile doğum yapan kadınlarda postpartum konfor düzeyinin emzirme öz yeterliliği ile ilişkisi. *Anatolian Journal of Health Research*, 5(2), 128-133. <https://doi.org/10.61534/anatoljhr.1435914>.
- Kim, S. (2009). Development of a Breast Feeding Adaptation Scale (BFAS). *Journal of Korean Academy of Nursing*, 39(2):259–69. <https://doi.org/10.4040/jkan.2009.39.2.259>.
- Konukbay, D., Öksüz, E., & Güvenç, G. (2024). Breastfeeding self-efficacy in terms of sleep quality, perceived social support, depression and certain variables: a cross-sectional study of postpartum women in Turkey. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 24, 231. <https://doi.org/10.1186/s12884-024-06456-5>.
- Kurnaz, D., & Uyar Hazar, H. (2021). Erken postpartum dönemde annelerin emzirmeye ilişkin tutum ve başarımlarını etkileyen faktörler. *Hemşirelik Bilimi Dergisi*, 4(2), 76-86.
- Little, E. E., Legare, C. H., & Carver, L. J. (2018). Mother – infant physical contact predicts responsive feeding among U.S. breastfeeding mothers. *Nutrients*, 10,1–16. doi:10.3390/nu10091251.
- Mercan, Y., & Tari Selcuk, K. (2021). Association between postpartum depression level, social support level and breastfeeding attitude and breastfeeding self-efficacy

- in early postpartum women. PLoS ONE, 16(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0249538>.
- Modak, A., Ronghe, V., & Gomase, K. P. (2023). The psychological benefits of breastfeeding: fostering maternal well-being and child development. Cureus, 15(10). <https://doi.org/10.7759/cureus.46730>
- Özdilek, R., & Dinçel, Y. (2023). Doğum şekli emzirme adaptasyonunu etkiliyor mu? Journal of Academic Research in Nursing, 9(3), 171-178. <https://doi.org/10.55646/jaren.2023.81488>.
- Öztaş, H. G., Erdi, G., & Aksüt Akçay, E. (2024). The impact of mothers' postnatal sense of security on their breastfeeding self-efficacy on postpartum depression. Balıkesir Health Sciences Journal, 13(2), 465-472. <https://doi.org/10.53424/balikesirsbd.1357062>.
- Öztürk, S., & Erci B. (2016). Postpartum dönemdeki primipar annelere loğusa ve yenidoğan bakımı konusunda verilen eğitimin annelik özgüvenine etkisi. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 5(2), 25-31.
- Öztürk, R., Ergün, S., & Özyazıcıoğlu, N. (2022). Effect of antenatal educational intervention on maternal breastfeeding self-efficacy and breastfeeding success: a quasiexperimental study. Revista da Escola de Enfermagem da USP, 56. <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0428>
- Saavedra Sanchez, S., Rodríguez-Gallego, I., Leon-Larios, F., Andina-Diaz, E., Perez-Contreras, R., & Gonzalez-Sanz, J. D. (2024). Influence of perceived maternal self-efficacy on exclusive breastfeeding initiation and consolidation: a systematic review. Healthcare, 12(23), 2347. <https://doi.org/10.3390/healthcare12232347>.
- Teskereci, G., Akgün, M., & Boz, İ. (2022). The precursors's adaptation to pregnancy, prenatal attachment and maternal self-confidence. Journal of Obstetrics and Gynaecology, 42(8), 3552-3559. <https://doi.org/10.1080/01443615.2022.2158312>.
- Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (TNSA) 2018. http://www.sck.gov.tr/wp-content/uploads/2020/08/TNSA2018_ana_Rapor.pdf.
- Ural, A., Kılıç, İ. Bilimsel Araştırma Süreci ve SPSS ile Veri Analizi. 4. Baskı. Detay Yayıncılık. Aralık 2013.
- World Health Organization (WHO) (2018). Breastfeeding. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/facts-in-pictures/detail/breastfeeding>. "Erişim tarihi: 05.10.2023".
- World Health Organization (WHO) (2020). Infant and young child feeding. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>. "Erişim tarihi: 05.10.2023".
- Yanık, E., & Güler, H. (2023). The effect of mothers' self-confidence on perception of newborn babies. Journal of Health Sciences Institute, 8(Special Issue). 316-322.
- Yenal, K., Aluş Tokat, M., Durgun Ozan, Y., Çeçec, Ö., & Bakılan Abalın, F. (2013). Annelerin emzirme öz-yeterlilik algıları ile emzirme başarıları arasındaki ilişki. Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi, 10 (2), 14-19.
- Yıldız, D., & Akbayrak, N. (2014). Doğum sonrası primipar annelere verilen eğitim ve danışmanlık hizmetlerinin bebek bakımı, kaygı düzeyleri ve annelik rolüne etkisi. Gülhane Tıp Dergisi, 56, 36-41.