



Küçük Çocuğu Olan Annelerin Çocuk Yetiştirme Uygulamaları ve Gereksinimleri

Child Raising Practices and Requirements of Mothers with Small Children

ÖZET

Bu çalışma küçük çocuğu olan annelerin çocuk yetiştirme uygulamaları ve gereksinimleri belirlenmek amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu 1-3 yaş grubu çocuğu olan 216 anne oluşturmaktadır. Çalışma nicel bir araştırma olup betimsel tarama yöntemlerinden anket ile veriler toplanmıştır. Araştırmanın sonucunda; annelerin doğum sürecine yönelik görüşlerine bakıldığında annelerin önemli bir oranının doğum sürecini zor olarak değerlendirdiği (%47,7), gebelik dönemi ruh hallerini zor ve stresli olarak değerlendirdikleri (%44,4) görülmüştür. Çocuk büyütürken en zorlandıkları konuların uyku (%52,8), beslenme (%39,4) sakinleştirme (%37,0) ve disiplin (%20,8) olduğu, annelerin çocuklarında geciktiğini düşündükleri gelişimsel beceriler arasında konuşma (%25,5) ve başkalarına ilgili gösterme (%22,2) gibi beceriler olduğunu ifade etmeleri önemli bulgular olarak görülebilir. Çocuklarıyla günlük rutin ve etkileşimlerine yönelik olarak anneler çoğunlukla birlikte uyuduklarını (%33,8), çocuklarını geleneksel yöntemlerle uyuttuklarını (%66,2), haftada iki gün açık havada zaman geçirdikleri (%39,4), çocukların günde 1-2 saat ekrana maruz kaldıklarını belirtirken (%40,7), annelerin önemli bir oranı çocuklarına her gün kitap okuduğunu (%42,6) ifade etmiştir. Son olarak anneler, çocuk yetiştirme süreçlerinde gereksinim duydukları destekler konusundaki görüşlerinde çocuklarını büyütürken aile hekimlerinde çocuk gelişimcilerin bulunması ve çocuklarının düzenli takip edilmesini beklediklerini (%56,9), çocuk gelişimi konusunda uzman kişilere ulaşabilecekleri telefon danışma hatlarının oluşturulmasını istediklerini (%52,3) ve çocuk gelişimciler tarafından ev ziyaretleri yapılmasını (%41,7) istediklerini belirtmişlerdir. Bu sonuçlar küçük çocuğa sahip annelere ve çocuklarına yönelik sunulacak erken müdahale hizmetlerinin planlanmasında rehberlik ederek uygun gelişimsel destekler sağlanmasına yardımcı olacaktır.

Anahtar Kelimeler: Küçük Çocuklar, Çocuk Yetiştirme, Anneler.

ABSTRACT

This study was conducted to determine the child-rearing practices and needs of mothers with young children. The study group of the research consists of 216 mothers with children aged 1-3. The study is a quantitative research and data were collected with a questionnaire, one of the descriptive survey methods. As a result of the research; Considering the views of mothers on the birth process, it was seen that a significant proportion of mothers evaluated the birth process as difficult (47.7%), and they evaluated their mood during pregnancy as difficult and stressful (44.4%). The most difficult issues while raising children are sleep (52.8%), nutrition (39.4%), calming (37.0%) and discipline (20.8%), and speaking (25.5%) is among the developmental skills that mothers think are delayed in their children.) and showing interest in others (22.2%) can be seen as important findings. Regarding their daily routine and interactions with their children, mothers mostly sleep together (33.8%), put their children to sleep with traditional methods (66.2%), spend time outdoors two days a week (39.4%), and children watch screens for 1-2 hours a day. (40.7%), a significant proportion of mothers stated that they read to their children every day (42.6%). Finally, in their views on the support they need in the child-rearing process, they expect that there are child development specialists in their family physicians and their children will be followed regularly (56.9%), they want telephone advice lines to be established where they can reach experts in child development (52.3%), and stated that they wanted home visits (41.7%) by child development professionals. These results will help provide appropriate developmental support by guiding the planning of early intervention services for mothers of young children and their children.

Keywords: Young Children, Parenting, Mothers

GİRİŞ

Bebeğin gelişiminde 0-3 yaş birçok açıdan en önemli dönemdir. Bebeklerin sağlıklı gelişebilmeleri, ruh sağlığı yerinde, mutlu ve başarılı bireylere dönüşebilmeleri adına ebeveynlerinin bu dönemi nasıl ele aldıkları ve çocuklarının hayata uyum sürecinde anne-babalık becerilerinin ne kadar gelişmiş olduğu büyük öneme sahiptir (Öztek, 2018; Sağıt, 2016; Zöhrap, 2004). Anneler, ilk yıllarda çocuklarına karşı sergiledikleri

Özlem Gözün Kahraman¹



Şenay Şirin Kaya²



Fatma Güngören³



How to Cite This Article

Gözün Kahraman, Ö., Kaya, Ş. Ş. & Güngören, F. (2023). "Küçük Çocuğu Olan Annelerin Çocuk Yetiştirme Uygulamaları ve Gereksinimleri", International Social Mentality and Researcher Thinkers Journal, (Issn:2630-631X) 9(69): 3127-3141. DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/smryj.68414>

Arrival: 17 February 2023

Published: 28 March 2023

Social Mentality And Researcher Thinkers is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

¹ Doç. Dr., Karabük Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Gelişimi Bölümü, Karabük, Türkiye

² Öğr. Gör., Şişli Meslek Yüksekokulu, Çocuk Gelişimi Programı, İstanbul, Türkiye

³ Uzman., Ankara Üniversitesi, Çocuk Gelişimi ve Eğitimi, Ankara, Türkiye



davranışlarla çocukların hayatı tanınması, uyum sağlanması ve ilerleyen süreçlerde çocuğun dünya ile bağımlı sağlıklı sürdürmesini kolaylaştırmakta veya zorlaştırmaktadırlar (Bourdieu,1997).

Çocuk yetiştirmeye dair davranışlar; toplumdan topluma, kültürden kültüre farklılıklar gösterdiği gibi, o toplumdaki aileler ve hatta anneler arasında da farklılıklar göstermektedir (Kulaksızoğlu, 2017). Kültür, annelerin çocuk yetiştirme ve bakım uygulamalarında önemli bir rol oynamaktadır. Kültür, yalnızca bir insan topluluğu tarafından ortak düşünce ve inançları değil aynı zamanda davranış ve uygulamaları da içermektedir. Bebeklere bakım sağlamanın kendine özgü yolları olan bireyci ve kolektivist kültürler vardır. Bebek ve çocuk beslenme uygulamaları ve kişisel hijyen gibi farklı alanlarda kültürlerarası farklılık görülür. Erken dönem gelişim araştırmacıları, doğu ve batı kültürlerindeki annelerinin, kültürel bölünme ve kendi özel talepleri nedeniyle bebek ve çocuk bakımı uygulamaları açısından farklılık gösterdiğini öne sürmüştür (Chandrasekaran, 2021). Kültürlerarası farklılıklar, bebek ve çocuk bakımında beslenme, uyku, oyun ve eğitim gibi alanlarda görülebilir. Bunun yanı sıra, ailelerin çocuğun büyüme ve gelişimine ilişkin beklentileri de kültürel değişkenlerden etkilenir. Örneğin, batı kültürlerinde özerklik benimsendiği için çocuğun ayrı bir odada bağımsız uyuması teşvik edilmekte; kolektifliğin ön planda olduğu doğu kültürlerinde ise annelerle birlikte uzun süre uykuya geçmenin çocuğun duygusal gelişiminde önemli olduğuna inanılmaktadır. Bu tür kültürlerarası farklılıklar, ailelerin bebek ve çocuk bakımı uygulamalarını belirleyen çeşitli faktörlerden kaynaklanır. Anneler, çocuklarının gelişimlerini desteklemek için birçok farklı yöntem ve uygulama kullanabilirler. Küçük çocuklar için özellikle önemli olan bu uygulamalar, onların zihinsel, duygusal, fiziksel ve sosyal gelişimine yardımcı olur. Ayrıca, çocukların güvende, sevgi dolu ve güvenilir bir ortamda büyümelerini destekler. Bebek ruh sağlığı, bakım verme ilişkilerinin kalitesiyle, özellikle bebek ve annenin karşılıklı uyumuyla güçlü bir şekilde ilişkilidir (Mäntymä ve ark., 2008). Bebekler ve küçük çocuklar için duyarlı, sıcak ve erişilebilir bir bakım verenle ilişki kurmak için muhtemelen en önemli faktörlerden biridir (Feldman, 2007; Gerhardt, 2004; Trevarthen ve Aitken, 2001).

Doğum sonrası ilk yılda bebek için birincil hedefler, birincil bakıcı ile duygusal iletişimin bir bağlanma bağı oluşturması ve öz düzenlemenin geliştirilmesidir (Schore, 2005). Bakım veren yeterince duyarlı ve duygusal olarak ulaşılabilir olduğunda, bebek kendi davranışlarını ve duygularını fark eder ve kontrol etmeyi öğrenir, bu da bebeğin sosyal duygusal gelişimini kolaylaştırabilir (Braungart-Rieker ve ark., 2001; Feldman ve ark., 2009). Bu gelişimi kolaylaştırmak adına bebeğe birinci dereceden bakım veren kişi, bebeğin ihtiyaçlarını karşılamak için zaman ayırmalı ve onunla birebir etkileşim kurmalıdır. Bu etkileşim, bebeğin düşünme becerilerine, sosyal becerilerine, diğer çocuklarla ve yetişkinlerle etkileşim kurmalarına yardımcı olur. Bebekler ebeveyn-bebek etkileşiminde pozitif duygusal durumları deneyimleme, ifade etme ve düzenleme becerileri geliştirerek bebeklerin kendi duygu düzenlemeleri için temel oluştururlar (Manian ve Bombstein, 2009; Schore, 2001). Rutin bir şekilde verilen empatik bakım, bebeklikte güvenli bağlanmayı ve dolayısıyla çocuklukta iyi gelişimsel sonuçlar alınmasını sağlar (Schore, 2001). Dolayısıyla, bebeklik dönemi ruh sağlığı için bebeğin gelişiminin desteklenmesine duyarlı bakımla birlikte verilen desteğin belirli rutinler halinde sağlanması kritik öneme sahiptir.

Bebeğin gelişimi ve ruh sağlığı aynı zamanda annenin iyi olma haliyle yakından ilişkilidir. Doğum sonrası depresyonun çocuğun sağlığı üzerindeki etkileri araştırmalarla kanıtlanmıştır Depresyon, doğum sonrasında sık görülen bir sağlık sorun olup anne ve bebek sağlığı üzerinde ciddi etkilere sahiptir. Depresyon, anne-bebek arasındaki bağı ve iletişimi etkileyebilir, anne-bebek etkileşiminin kalitesini düşürebilir. Bu nedenle anneler depresyon tedavisine başvurmakta çekinmemeli ve bebeğin gelişimine yardımcı olacak adımlar atmalıdır. Ayrıca, annelere destek veren aile ve arkadaşları, bebeğin bakımında yardımcı olabilecek bir çocuk bakıcısı veya anne-bebek grupları gibi kaynaklar bu süreçte anneye yardımcı olabilir (Özkars, 2017; Servet, 2018). Gelişim geriliğine sebep olan annenin depresyonu, çocuğun fiziksel, sosyal, duygusal, bilişsel gibi bütün gelişim alanlarını olumsuz etkilemektedir (Stein ve ark., 2008; Stewart, 2007). Ayrıca bu durum, bazı kadınların hamilelik ve doğumdan sonraki sürecini olumsuz etkilemektedir. Bu durum, hamilelik sırasında veya doğumdan sonra birçok kadını etkileyen yaygın bir durumdur. Depresyonunun belirtileri arasında üzüntü, umutsuzluk ve kaygı duyguları yer alabilir; uyuma veya odaklanma zorluğu, iştahtaki değişiklikler ve yeni doğanla bağ kurmada zorluk görülebilir. Doğum sonrası depresyon yaşayan annelerde, bu belirtiler nedeniyle emzirme süresinde azalma, emzirme güçlüklerinde artış ve anne sütünde azalma gibi bebek beslenmesini olumsuz etkileyen sonuçlar saptanmıştır (Gaffney ve ark., 2014). McLearn ve ark. (2006), depresyondaki annelerin emzirmeye devam etme olasılığının çok düşük olduğunu ifade etmiştir. Bansal ve arkadaşları (2018) tarafından yapılan araştırmada, annelerdeki depresyonun anne ve bebeğin kötü beslenmesi ve az uyumasının çocuğun bakımına yansımalarıyla ilişkili olduğu bulunmuştur.

Küçük çocuklu ebeveynlerin çocuk yetiştirme ihtiyaçlarının belirlenmesinin amaçlandığı bir araştırmada ebeveynlerin çocuk yetiştirmeyle ilgili daha fazla bilgi ve destek istedikleri ortaya çıkmıştır (Yong ve Toffle,

1998). Konu ile ilgili literatüre bakıldığında araştırmalarda geleneksel uygulamalar ve bakım ağırlıklı uygulamalara yer verildiği görülmüştür (Akçay ve ark., 2019; Cumbul ve Uymaz, 2021; Gürsoy ve ark., 2020; Kahriman, Topbaş ve Çan, 2011, Karabulutlu, 2014). Ülkemizde yapılan araştırmalarda, Muğla (Akçay ve ark., 2019) ve Trabzon ili (Kahriman, Topbaş ve Çan, 2011) gibi belirli illerde yaşayan annelerin bebek bakımı ve geleneksel uygulamalarını inceleyen çalışmalar bulunmaktadır. Bu çalışmalarda, kırk uçurma ve dua okuma gibi kültürel uygulamaların yanı sıra bebek tuzlama ve bebeğin gözüne sürme çekme gibi bebeğin sağlığını ve gelişimini tehlikeye atabilecek uygulamalara da yer verilmiştir (Sivri ve Karataş, 2015; Uğurlu ve ark., 2013). Geleneksel uygulamaları inceleyen bu araştırmalarda, annelerin öğrenim düzeyi arttıka geleneksel uygulamaları yapma oranlarının düştüğü ifade edilmiştir. İlk yılların ebeveynlerin çocuğu yetiştirmedeki en zorlayıcı dönem olduğundan, bu döneme ilişkin ihtiyaç ve gereksinimlerinin belirlenmesi ve uygun desteklerin sunulması önemli bir toplumsal sorumluluktur. Bu süreçte ebeveynlerin iletişimde oldukları uzmanların disiplinler arası çalışma konusunda iş birliğine açık olmaları, aileleri doğru yönlendirmeleri, zamanında uygun desteklerin sunulması açasından önem arz etmektedir. Ulusal nitelikte yapılacak kapsamlı çalışmalara ihtiyaç duyulduğu düşünüldüğünden bu çalışma bulgularının bebeklik dönemi uygulamalarına ilişkin önemli bulgular sağlayacağı, politikalar ve uygulamalar hususunda yol göstereceği düşünölmektedir. Bu çalışmanın diğerlerinden farkı, bakım uygulamalarına ek olarak bebeğin gelişimi, anne-çocuk iletişimi, günlük rutinler ve sosyal destek ağı konularını da kapsayan annelerin küçük çocuklarını yetiştirmeye yönelik uygulamalarına ilişkin daha geniş bir perspektif sunmasıdır. Bu çalışmada küçük çocuğa sahip olan ebeveynlerin küçük çocuklarını yetiştirmeye yönelik uygulamaları, gereksinim duydukları hizmetler ve aldıkları desteklerin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda "Annelerin doğum süreci ve perinatal dönemde (Gebeliğin 21. Haftası ile doğumdan sonraki 1 aylık dönem) yaşadıklarına ilişkin görüşleri nelerdir?", "Annelerin çocuklarının sağlık ve gelişimiyle ilgili konulara yönelik görüşleri nelerdir?", "Annelerin çocuklarıyla günlük rutin ve etkileşimlerine ilişkin görüşleri nelerdir?" ve "Annelerin çocuk yetiştirmede sosyal destek, zorluklar ve gereksinimlerine ilişkin görüşleri nelerdir?" alt amaçları belirlenmiştir.

YÖNTEM

Nicel desende genel tarama modelinde yapılan bu araştırmada anket tekniği kullanılarak var olan durum belirlenmeye çalışılmıştır. Anketler bilgisayar-internet yoluyla uygulanmıştır. Küçük çocuğu olan annelerin çocuk yetiştirme uygulamaları ve gereksinimlerine ilişkin toplanan veriler frekans ve yüzdelerle açıklanmıştır.

Çalışmanın Modeli

Genel tarama modelinde tasarlanan bu çalışmada nicel desen benimsenmiştir. Genel tarama, evren hakkında genel bir yargıya varmak amacıyla evrenin tümü ya da ondan alınacak örneklem üzerinden yapılan tarama düzenlemeleridir (Karasar, 2005).

Çalışma Grubu

Bu çalışmanın, çalışma grubunu 1-3 yaş arasında çocuğu olan ve kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemiyle kendilerine ulaşılabilen 216 anne oluşturmaktadır. Araştırmacılar tarafından hazırlanan anket annelere online ortamda sunulurken gönüllölük esasına dayalı bir şekilde uygulanmıştır.

Çalışmaya katılan annelerin demografik bilgileri incelendiğinde; %38'i 31-36 ay, %33,8'i 12-18 ay, %15,3'ü 19-24 ay, %13'ü 25-30 ay arası çocuğa sahiptir. Çocukların %50,5'i erkek, %49,5'i ise kızdır. Çocukların %69'u ilk çocuk, %24,1'i ikinci çocuk, %6,9'u ise üçüncü çocuktur. Ayrıca çocukların %63,4 çocuk tek, %26,9 iki kardeş, %7,9'u üç, %1,9'unun ise üç kardeşi bulunmaktadır. Çalışmaya katılan annelerin %51,4'ü 31-40 yaş aralığında, %44,4'ü 20-30 yaş aralığında, %4,2'si ise 41-50 yaş aralığında yer almaktadır. Babaların ise %63'ü 31-40 yaş aralığında, %23,1'i 20-30 yaş aralığında %13,9'u 41-50 yaş aralığında yer almaktadır. Annelerin %47,7'si lisans mezunu, %17,1'i lisansüstü, %15,7'si ön lisans, %13,4'ü lise, %6'sı ilköğretim mezunudur. Babaların %52,3'ü lisans, %15,3'ü lise, %13,9'u lisansüstü, %9,3'ü ilköğretim, %9,3'ü ise ön lisans mezunudur. Annelerin %55,1'i çalışıyorken, %44,9'u ev hanımıdır. Çalışmaya katılan annelerin %90,7'si çekirdek aile, %7,4'ü geniş aile, %1,9'u ise parçalanmış aile yapısına sahiptir.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Verilerin toplanmasından önce Karabük Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan 18/01/2023-2023/01-26 tarih ve numaralı kararı ile Etik Kurul İzni alınmıştır.

Çalışmada küçük çocuğu olan annelerin çocuk yetiştirme uygulamaları ve gereksinimlerini belirlemek amacıyla ilgili literatür dikkate alınarak (Young ve ark., 1998) araştırmacılar tarafından oluşturulmuş anket ve çocuğun sosyo-demografik özellikleri ile ilgili bilgilerin bulunduğu (yař, cinsiyet, anne-baba yaşı, anne-babanın eğitim düzeyi vb.) kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Ankette sorular çoğunlukla sečeneklerden

arasından seçim yapmayı gerektiren sınıflama tarzı kapalı uçlu sorulardan oluşmuştur. Kapalı uçlu sorular cevaplayıcıya olası cevap seçeneklerinin verildiği soru türüdür. Bu sorular cevaplayıcıya güvenilir ve hızlı bir şekilde cevaplar vermesini sağlar. Bununla birlikte anketteki dört soruda katılımcılardan serbestçe cevap vermelerinin istendiği sorular için diğer seçeneği eklenmiş ve annelerin bu konudaki farklı görüşlerinin alınması amaçlanmıştır. Örneğin; annelere doğum sürecine ilişkin belirlenen temada; “Planlı ve istenen bir gebelik mi yaşadınız?”, “Doğum sürecinizi nasıl değerlendirirsiniz?” sorularına, annelere çocuğunun sağlık ve gelişimine ilişkin belirlenen temada; “Yeni doğan bebeğinizin gelişim ve bakımı konusunda sağlık çalışanları tarafından yeterince bilgilendirme yapıldı mı?”, “Çocuğunuz ile ilgili çocuk doktoru size en çok hangi konuda yardımcı olur?”, “Çocuk bakımı, gelişimi ve çocuk yetiştirme uygulamaları hakkında çoğunlukla başvurduğunuz bilgi kaynaklarınız nelerdir?” sorularına, annelere çocuklarıyla günlük rutin ve etkileşimlerine ilişkin temada “ “Çocuğunuzun belirlenmiş günlük rutinleri (yemek saati, uyku saati, oyun saati, park saati vb.) bulunmakta mıdır?”, “Bebeğinizi büyütürken çevrenizdekilerden (yakın arkadaş, akraba, komşu, anne-baba) yeterince sosyal destek aldığınızı düşünüyor musunuz?” gibi çoktan seçmeli ve diğer seçenekli sorular sorulmuştur.

Anket soruları hazırlandıktan sonra üç farklı çocuk gelişimi uzmanının görüşlerine başvurulmuştur. Bu doğrultuda gerekli düzenlemeler yapılarak araştırmacılar tarafından sorulara son şekli verilmiştir. Soruların anlaşılabilirliğini değerlendirmek için iki anneyle ön çalışma yapılmış ve anneler sorularda anlaşılabilirlik açısından bir problem olmadığını belirtmişlerdir.

Bir istatistik analiz programından (SPSS-23) yararlanılarak verilerin analizi gerçekleştirilmiştir. Verilerin analizinde frekans ve yüzde dağılımlar kullanılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde örnekleme oluşturan annelerin; doğum süreci ve perinatal dönemde yaşadıklarına ilişkin, çocuklarının sağlık ve gelişimine ilişkin, çocuklarıyla günlük rutin ve etkileşimlerine ilişkin, çocuklarını büyütme sürecinde aldıkları sosyal destekler ve ihtiyaçlarına ilişkin görüşlerine ait bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 1: Annelerin doğum süreci perinatal dönemde yaşadıklarına ilişkin görüşleri

Doğum sürecine ilişkin konular	Annelerin Görüşleri	f	%
Planlı ve istenen gebelik olma durumu	Evet	186	86,1
	Hayır	30	13,9
Doğum şekli	Normal	151	69,9
	Sezaryen	65	30,1
Doğum süreci	Kolay	113	52,3
	Zor	103	47,7
Bebekte sağlık sorunu / hastanede yatma durumu	Hayır	166	76,9
	Evet	50	23,1
Gebelik dönemi ruh hali	Mutlu ve rahat	120	55,6
	Zor ve stresli	96	44,4
Lohusalık depresyonu için destek alma durumu	Aldı	203	94,0
	Almadı	13	6,0

Tablo 1’de annelerin doğum süreci ve perinatal dönemde yaşadıklarına ilişkin görüşleri incelendiğinde, annelerin çoğunlukla planlı ve istenen bir gebelik yaşadığı (%86,1), çoğunlukla vajinal doğum gerçekleştirdiği (%69,9) ve annelerin çoğunlukla doğum sürecini kolay geçirdikleri (%52,3) görülmüştür. Tabloda doğum sürecini zor olarak değerlendiren (%47,7) anne oranının oldukça yüksek olması da dikkat çekici bir bulgudur. Gebelik dönemini zor ve stresli olarak değerlendiren annelerin oranı da oldukça yüksektir (%44,4).

Tablo 2: Annelerin çocuklarının sağlık ve gelişimiyle ilgili konulara yönelik görüşleri

Çocuğun sağlık ve gelişimine ilişkin konular	Annelerin Görüşleri	f	%
Doğumdan sonra bebeğin sağlık / gelişim problemi olma durumu	Hayır	196	90,7
	Evet	20	9,3
Bebekğin sağlığı ve gelişimi konusunda sağlık çalışanları tarafından yeterli bilgilendirme yapılmı durumu	Evet	152	70,4
	Hayır	64	29,6
Çocuğu düzenli olarak çocuk doktoruna götürme durumu	Evet	133	61,6
	Hayır	83	38,4
Çocukla ilgili olarak çocuk doktorunun size en çok yardımcı olduğu konular	Fiziksel sağlık durumu (hastalık, aşı, boy-kilo takibi vb.)	193	89,4
	Genel gelişim durumu	21	9,7
	Diğer (disiplin, tuvalet eğitimi, çocuğu sakinleştirme vb.)	3	0,9
Çocuk doktorunun büyüme, bakım ve gelişim konusunda yeterli bilgi verme durumu	Kısmen	93	43,1
	Evet	90	41,7
	Hayır	33	15,3
Çocuk doktorunun çocuğun gelişimi hususunda başka uzmanlık alanlarına yönlendirme durumu	Hayır	196	90,7
	Evet	20	9,3
Çocuğun anne sütü alma durumu	İlk 6 ay anne sütü sonra ek gıda ve anne sütü	150	60,4
	Anne sütü ve mama birlikte	61	28,2
	Hiç anne sütü almayıp yalnızca mama	5	11,4
Çocuk bakımı, gelişimi ve yetiştirme uygulamaları hakkında <u>en çok</u> başvurulmuş bilgi kaynakları	Kitap/dergi	62	28,7
	Çocuk doktoru	47	21,8
	Sosyal medya	46	21,3
	Çocuk gelişimci	38	17,6
	Büyük ebeveynler	17	7,9
	Diğer (arkadaşlar, ebe/hemşire vb.)	6	0,7
Çocuğu büyütürken <u>en çok</u> zorlanılan konular	Uyku	114	52,8
	Beslenme	84	39,4
	Sakinleştirme	80	37,0
	Disiplin	45	20,8
	Tuvalet eğitimi	41	19,0
	Güvenlik	21	9,7
	Yeni şeyler öğretme	20	9,3
	İletişim	19	8,8
	Oyun	18	8,3
	Hijyen ve bakım	9	4,2
	Diğer (alerjik hastalık, memeden ayırma, kardeş kıskançlığı vb.)	7	3,5
Çocuğun zamanında yapamadığı ve geciktiği düşünölen gelişimsel beceriler	Konuşma	55	25,5
	Başkalarına ilgi gösterme	48	22,2
	Gelişimsel gecikme yok	38	17,6
	Yürüme	23	10,6
	Oyun oynama (mıs gibi oyun)	23	10,6
	İletişim kurma	21	9,7
	Diğer (tuvalet eğitimi, bağımsız yemek yeme, renkleri ve sayıları öğrenme vb.)	8	3,8

Tablo 2’de annelerin çocuklarının sağlık ve gelişimiyle ilgili konulara yönelik görüşleri incelendiğinde, anneler çocukların çoğunlukla sağlık veya gelişim problemi yaşamadığını (%90,7), sağlık çalışanları tarafından bebeklerinin sağlık ve gelişimine ilişkin yeterli bilgi aldıklarını (%70,4) belirtmişlerdir. Bebeklerin ilk 6 ay anne sütü ve sonrasında ek gıda ve anne sütü ile beslendikleri (%60,4) görölmektedir. Annelerin çocuklarını düzenli olarak çocuk doktoruna götürdüğü (%61,6) ve çocuk doktorunun en çok çocuğun fiziksel sağlık durumu hakkında bilgi verdiği (%89,4) anneler tarafından ifade edilmektedir. Çalışmaya katılan annelerin çocuk doktorlarının çocuğun gelişimi ile ilgili başka bir uzmanlık alanına yönlendirilmediklerini (%90,7) ifade ettiği; çocuk bakımı, gelişimi ve yetiştirme hakkında kitap ve dergilerden (%28,7), çocuk doktorundan (%21,8), sosyal medyadan (%21,3) bilgi aldıkları göze çarpmaktadır. Annelerin çocuklarını büyütürken en çok zorlandıkları durumlar arasında uyku (%52,8), beslenme (%39,4), ağladığında sakinleştirme (%37), disiplin (%20,8), tuvalet eğitimi yer alırken (%19) çocuklarının zamanında yapamadıklarını düşündükleri becerileri arasında konuşma (%25,5), aile dışında başkalarına ilgi gösterme (%22,2) yer almaktadır.

Tablo 3: Annelerin çocuklarıyla günlük rutin ve etkileşimlerine ilişkin görüşleri

Günlük rutin ve etkileşimlere ilişkin konular	Annelerin Görüşleri	f	%
Çocuğun belirlenmiş günlük rutine sahip olma durumu	Evet	184	85,2
	Hayır	32	14,8
Çocuğu ile uzun süre yalnız kalma konusunda zorlanma durumu	Hayır	102	47,2
	Biraz	76	35,2
	Evet	38	17,6
Çocuğu ile oyun oynama durumu	Oyun konusunda çok yaratıcıyım, çok eğlenirim.	120	55,6
	Oyun oynamaktan keyif almam ama yine de oynarım.	68	31,5
	Ben oyun konusunda iyi olmadığı için babası oynar.	18	8,3
	Oyun oynamak beni çok sıkır, zorlanırım.	10	4,6
Çocuğunu sakinleştirme yöntemleri	Kucağa alma/Kucakta gezdirme	101	46,8
	Konuşup açıklama yapma	84	38,9
	Emzirme	17	7,9
	Diğer (telefon/tablet vermek, bağırarak susturmak, dikkatini başka yöne çekmek vb.)	14	6,4
Çocuğun iletişim amacı	İhtiyaçlarını belirtmek	96	44,4
	Duygularını belirtmek	61	28,2
	Etkinlik/nesne istemek	36	16,4
	Diğer (bilgi vermek, her konuda iletişime geçer vb.)	23	11
Çocuğa kitap okuma sıklığı	Ara sıra	107	49,5
	Her gün	92	42,6
	Hiç	17	7,9
Çocuk ile açık havada zaman geçirme sıklığı	Haftada iki gün	85	39,4
	Her gün belirli saatlerde	67	31
	Haftada bir gün	43	19,9
	Çok nadir	21	9,7
Beslenme ve uyku düzeni durumu	Çok düzenli	106	49,1
	Biraz düzenli	89	41,2
	Düzensiz	21	9,7
Çocuğa ev içinde oyun alanı oluşturma durumu	Evet	205	94,9
	Hayır	11	5,1
Çocuğun yemek zamanındaki etkileşim durumu	Yemek seçmez, aile bireyleriyle yer	118	54,6
	Yemek seçer, zorlayarak yer	46	21,2
	Oyun, tablet, telefon izleyerek yer	42	19,4
	Yemek seçer, ama zorlamadan/isterse yer	10	4,8
Çocuğun gün içinde ekrana maruz kalma durumu	1-2 saat	88	40,7
	Yaklaşık yarım saat	65	30,1
	Hiç maruz kalmıyor	43	19,9
	3 saat ve daha fazla	20	9,3
Çocuğun çoğunlukla yemeğini yediği yer	Yemek masasında ve kendi mama sandalyesinde	178	82,4
	Yemek masasında anne/baba kucağında	13	6
	Yemek yerken sabit durmaz, gezerek	13	6
	Koltukta oturup TV, tablet izleyerek	6	2,8
	Diğer (yerde kitap okuyarak, yemek masasında istediği yerde vb.)	6	2,8
Çocuğun uykuya geçiş şekli	Birlikte uyuyarak	73	33,8
	Emzirerek	41	19
	Sallanarak	35	16,2
	Kendi kendine yatağında	27	12,5
	Emzik ve sallanmayla	12	5,6
	Ninniyle/müzikle	9	4,2
	Diğer (elimi tutarak, pilates topunun üstünde emzirerek, yanında bekleyerek vb.)	19	8,7
Çocuğun uyuduğu yer	Kendi odasında, kendi yatağında	79	36,6
	Ebeveyn odasında beşiğinde	70	32,4
	Ebeveyn odasında ebeveyn yatağında	44	20,4
	Kendi odasında anne-baba ile birlikte	23	10,6

Annelerin kullandıkları yöntemleri	uyku	Geleneksel yöntemler		
		Marc Weissbluth	143	66,2
		Tracy Hogg	36	16,7
		Kim West	16	7,4
		Richard Feber	15	6,9
		Dr. Harvey Karp	3	1,4

Tablo 3’te annelerin çocuklarıyla günlük rutin ve etkileşimlerine ilişkin görüşleri incelendiğinde, annelerinin çoğunun çocuklarının günlük rutinlerinin bulunduğu (%85,2) ifade ettikleri görülmektedir. Annelerin bir kısmı çocukla yalnız kaldıklarında zorlanmadıklarını (%42,7) belirtirken, bir kısmı da (%35,2) zorlandıklarını belirtmektedirler. Annelerin büyük bir çoğunluğunun çocuklarıyla oyun oynarken çok yaratıcı olduğu ve eğlendiği (%55,6), bir kısmının da oyun oynamaktan keyif almadığı ama yine de oynadığı (%31,5) görülürken çocukların küçük bir kısmının ise babasıyla oyun oynadığı (%8,3) görülmektedir. Çalışmaya katılan anneler çocuklarını ağladıkları zaman kucaklarına alarak (%46,8) ve konuşup açıklama yaparak (%38,9) sakinleştirdiklerini belirtmişlerdir. Çocuklar ihtiyaçlarını belirtmek (%44,4), duygularını belirtmek (%28,2), etkinlik/nesne istemek (%16,4) gibi konularda anneleri ile iletişim kurmaktadır. Annelerin büyük bir kısmı ara sıra (%49,5) çocuklarına kitap okurken büyük bir kısmının da her gün çocuklarına kitap okuduğu (%42,6) göze çarpmaktadır. Çocuklarla haftada iki gün (%39,4), her gün belirli saatlerde (%31) açık havada zaman geçirildiği görülmektedir. Anneler, çocuklarının beslenme ve uykusunun çok düzenli olduğunu (%49,1) ve çocuklarına ev içerisinde oyun alanı oluşturduklarını ifade etmişlerdir (%94,9). Çocukların yemek masasında kendi mama sandalyelerinde yemek yediği (%82,4) görülürken annelerin yarısı çocuklarının yemek seçmeyiip beraber yediklerini (%50) belirtmişlerdir. Annelerin, çocuklarına yemekleri tablet/telefon ile oyalanarak (%18,5) ve zorlayarak (%17,6) yedirdikleri de görülmektedir. Bebeklerin günde 1- 2 saat ekrana maruz kalma süreleri de oldukça yüksektir (%40,7), büyük bir kısmı da günde yarım saat maruz kalmaktadır (%30,1). Annelerin çocuklarını geleneksel yöntemlerle uyuttuğu (%66,2) ve çocukların kendi odasında kendi yatağında (%36,6) uyuduğu görülmektedir. Annelerin bir kısmının çocuklarını uyuturken Marc Weissbluth (%16,7) yöntemini tercih ettikleri, çocukların önemli bir çoğunluğunun da anne/baba ile birlikte (%33,8) uyuduğu da göze çarpmaktadır.

Tablo 4: Annelerin çocuk yetiştirmede sosyal destek, zorluklar ve gereksinimlerine ilişkin görüşleri

Sosyal destek, zorluklar ve gereksinimlerine ilişkin konular	Annelerin Görüşleri	f	%
Çocuğun bakımıyla ilgilenen kişiler	Anne-Baba	100	46,3
	Büyük Ebeveynler + Anne-Baba	65	30,2
	Anne-Baba + Bakıcı	29	13,4
	Kreş/Gündüz Bakımevi	22	10,2
Çocuğun bakımında babanın aktif katılım gösterme durumu	Evet, çok destek olur	116	53,7
	Kısmen katılım gösterir	87	40,3
	Hiç katılım göstermez	13	6
Sosyal destek alma (anne-baba, akraba, arkadaş, komşu vb.) durumu	Kısmen	79	36,6
	Evet	73	33,8
	Hayır	64	29,6
Çevreden rahatsızlık oluşturan yorum ya da tepkiler	Çocuğumun beslenmesi, uykusu, bakımı konusunda verilen tavsiyeler	98	45,4
	Çocuğumun gelişimini başkalarıyla karşılaştırma	83	38,4
	Çocuğumun kime benzediği konusu	65	30,1
	Çocuğumu disipline etmem hakkında verilen tavsiyeler	64	29,6
	Hiç rahatsız olduğum tepki olmadı.	33	15,3
	Diğer	9	4,5
Ebeveyn destek gruplarına ihtiyaç duyma durumu	Biraz	113	52,3
	Çok	37	17,1
	Hiç	37	17,1
Sağlık ve sosyal hizmetlerden sorumlu kurumlardan bekledikleri destekler	Aile hekimliklerinde çocuk gelişimcilerin bulunması ve çocukların gelişimini düzenli takip etmesi	123	56,9
	Çocuk gelişimi konusunda uzman kişilere ulaşılabilecek telefonla danışma hatlarının oluşturulması	113	52,3
	Çocuk gelişimciler tarafından ev ziyaretlerinin yapılması	90	41,7
	Diğer (ücretsiz kreş, maddi destek, anne ve çocuklar için aile hekimleri aracılığıyla kitap dağıtımı)	6	3

Tablo 4’de annelerin çocuk yetiştirmede sosyal destek, zorluklar ve gereksinimlerine ilişkin görüşleri incelendiğinde, anneler çocuğun bakımıyla ilgilenene kişiler konusunda %46,3’ü çocuğun bakımını anne-baba birlikte yaptıklarını belirtirken, %30,2’si büyük ebeveynlerden destek aldıklarını, %13,4’ü kreşe verdiklerini, %10,2’si ise evde bakıcı desteği olduğunu belirtmiştir. Çocuğun bakımı ve büyütülmesinde babanın rolüne ilişkin olarak annelerin %53,7’si babaların aktif katılım gösterdiğini, %40,3’ü kısmen katılım gösterdiğini, %6’sı ise babanın hiç katılım göstermediğini ve çevresinden sosyal destek alma konusunda ise annelerin %33,8’i çocuğunu büyütürken çevresinden sosyal destek aldığını ifade etmiştir. Anneler çocuk büyütme sürecinde çocuklarının bakımı ile ilgili verilen tavsiyelerden (%45,4) ve çocuklarının başkaları ile kıyaslanmasından (%38,4) rahatsız olduklarını belirtmişlerdir. Aynı zamanda rahatsız oldukları konular içerisinde çocuğun kime benzediği (%30,1) ve çocuğu disipline etme (%29,6) ile ilgili görüşleri de yer almaktadır. Küçük çocuğu olan anneler ile tanışabilecekleri ebeveyn destek gruplarına biraz ihtiyaç duyduklarını (%52,3) ifade etmişlerdir. Anneler çocuklarını büyütürken aile ve toplum sağlığı merkezlerinde çocukların gelişimlerini düzenli takip edecek çocuk gelişimcilerin istihdam edilmesini beklediklerini (%56,9), çocuk gelişimi konusunda uzman kişilere ulaşabilecekleri telefon danışma hatlarının oluşturulmasını istediklerini (%52,3) ve çocuk gelişimciler tarafından ev ziyaretleri yapılmasını (%41,7) istediklerini belirtmişlerdir.

TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu çalışmada bir-üç yaş grubu çocuğa sahip annelerin çocuk yetiştirme süreci, karşılaştıkları zorluklar ve ihtiyaçlarına ilişkin görüşlerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Çalışmada annelerin doğum süreci ve perinatal dönemde yaşadıklarına ilişkin görüşleri incelendiğinde, büyük çoğunluğun planlı ve istenen bir gebelik yaşadığı, doğum sürecini kolay geçirdikleri ve vajinal doğum yaptıkları belirlenmiştir. Aydın Beşen ve Seller Dathıcı (2022) tarafından yapılan çalışmada, annelerin çoğunun normal doğumla ilgili olumlu düşünceler belirttiği ve normal doğumu tercih ettikleri belirtilmiştir. Benzer şekilde Büyükbayrak ve arkadaşları (2010) tarafından yapılan geniş örneklemlili çalışmada ise bulgularımıza paralel olarak annelerin %84’ünün normal doğumu daha sağlıklı buldukları ve normal doğum yaptıkları saptanmıştır. Aynı zamanda bu çalışmada, annelerin önemli bir kısmının doğum sürecini zor geçirdiği, zor ve stresli bir gebelik dönemi yaşadığı görülmüştür. Gebelik dönemi ve doğum sonrası süreçte hormonal değişimler, bebekle ilgili endişeler, fiziksel değişimlerden kaynaklı durumlar birçok anne için fiziksel ve duygusal olarak zor olabilir. Zor ve stresli geçirilen gebelik dönemi ve lohusalık depresyonu hem annenin hem de bebeğin sağlığı üzerinde olumsuz

etkilere sahiptir. Tanılanmayan ve tedavi edilmeyen lohusalık depresyonu yalnızca annenin sağlığını olumsuz etkilemekle kalmaz, aynı zamanda çocuğun sağlığını, gelişimini ve bakımını da etkiler (Şimşek Orhon, 2007). Bu durumun, bebeklerin ve küçük çocukların bilişsel, dil, sosyal duygusal ve davranışsal gelişimi üzerinde olumsuz etkilerinin olabileceği ifade edilmiştir. Lohusalık depresyonu geçiren annelerin depresyonu olmayan annelere göre daha az duyarlı, güvenli ve şefkatli davrandıkları ve bebeğin ihtiyaçlarına depresyonu olmayan annelerden daha az yanıt verdikleri ifade edilmiştir (Murray ve ark., 2003). Yapılan araştırmalar incelendiğinde, depresyonu olan annelerin bebeklerinin ishali enfeksiyon riskinin arttığı (Rahman ve ark., 2004), bebekte sık ağlama ve uyku sorunlarının saptandığı (Akman ve ark., 2006; Hiscock ve Wake, 2001; Howell, Mora ve Leventhal, 2005), emzirme sürecinin olumsuz etkilendiği ve dolayısıyla bebeğin yeterli beslenmediği, yaşından beklenen oranda fiziksel büyümenin gerçekleşmediği (O'Brien ve ark., 2004) belirtilmiştir. Bunların arasından emzirme sürecinin çift yönlü olumlu etkisi araştırmalarla kanıtlanmıştır. Emzirme sürecinde annenin stres yanıtını oluşturan kortizolün azaldığı, oksitosin ve prolaktin hormonlarının artarak hem annenin depresyonunu iyileştirdiği hem de anne-bebek bağlanmasına, bebeğin beslenmesine ve gelişimine katkı sağladığı raporlanmıştır (Ayhan Başer, 2018; Erol ve Altuntaş, 2019). Aynı zamanda annenin eş desteği görmesinin, anne mutluluğunu olumlu etkilediği ve düşük bebek huysuzluğu ve kolik bebek oranlarında azalma sağladığı kanıtlanmıştır (Alexander ve ark., 2017). Annenin doğum öncesinden başlayan ve doğum sonrasına uzanan süreçteki stres düzeyinin sağlıklı düzeyde olması, bebeğin sağlığı ve gelişimi için kritik öneme sahiptir. Bu doğrultuda yaşamın ilk yıllarında sağlıklı çocuk ziyaretlerinin yapılması, annenin doğum sonrası depresyon değerlendirmesine yönlendirilmesi ve destek mekanizmalarının güçlendirilmesi adına alan uzmanlarının rutin takibinde olması gerektiği düşünülmektedir.

Annelerin çocuklarının sağlık ve gelişimine ilişkin görüşlerine bakıldığında, çocukların çoğunluğunun sağlık veya gelişim problemi yaşamadığı, annelerin düzenli olarak çocuklarını çocuk doktoruna götürdükleri ve sağlık çalışanları tarafından yeterli bilgi aldıkları görülmektedir. Fakat araştırmada çocuk doktorlarının, çocuklarının gelişimleri ile ilgili anneleri başka bir uzmanlık alanına yönlendirmedikleri ve annelerin genelde kitap, dergi ya da sosyal medyadan bilgi aldıkları görülmektedir. Kahraman ve Ceylan'ın (2018) 0-3 yaş arasındaki çocukların gelişimsel değerlendirmelerini inceledikleri araştırma sonucuna göre çocukların hayatında son derece önemli olan ilk üç yaşta gelişim sorunlarının yaşanması, çocukların gelişimlerinin yaşitlarından geri kalmasına ya da gecikmesine neden olmaktadır. Bu veriler, ailelerin doğru bilgiye ulaşması, erken dönemde gelişimsel risklerin fark edilmesi ve erken müdahale uygulamalarının başlatılması açısından çok düşük bir oran olarak değerlendirilmektedir. Anneler, çocuk doktorunun çocuğun büyümesi, bakımı ve gelişimi konusunda yeterli ve kısmen yeterli bilgi verdiğini düşünmektedir. Ancak çocuk doktorlarının annelere en çok hangi konuda yardımcı olduğu sorulduğunda %89,4 oranında fiziksel sağlık durumu (hastalıklar, aşılar, boy-kilo takibi) konusu ciddi oranda dikkat çekmektedir. Annelerin yalnızca %9,7'si çocuğunun genel gelişimi ile ilgili yeterli bilgi aldığını beyan etmiştir. Taştepe ve Köksal Akyol (2014) tarafından yapılan araştırmada hastanede çalışan çocuk gelişimcilerle görüşmüş ve katılımcılar görev yaptıkları birimlerde disiplinler arası çalışma yürüttüklerini ifade etmişlerdir. Bu noktada çocuk doktorlarının gelişim uzmanlarıyla iş birliği içinde çalışması ve çocuk gelişimcilerin hastanelerde ve aile sağlığı merkezlerinde istihdam edilmesi hususunda önem arz etmektedir. Çalışmanın dikkat çekici önemli bir bulgusu ise anneler, çocukların zamanında yapamadığı ve geciktiği düşünülen becerilerin sırasıyla konuşma, aile dışında başkalarına ilgi gösterme ve eşit oranda yürüme ve oyun oynamada gecikme olduğunu belirtmiştir. İletişim ve etkileşim odaklı gecikmelerin özellikle erken dönemde gelişimsel gecikme ve otizm spektrum riskini işaret ettiği bilinmektedir. DSM-5 tanı kriterlerine göre erken dönemde görülen sözel ve sözel olmayan iletişimde sınırlılık ve farklı kişilerle etkileşimden kaçınma davranışları otizm spektrum bozukluğu açısından değerlendirilmesinde önemsenen konulardır (Freidman, Sadhu ve Jellinek, 2012; Kırcaali-İftar, 2018). Bu noktada erken dönemde çocukların gelişimsel olarak değerlendirilmesi, erken müdahale uygulamalarına başlanması ve aile ile birlikte çocuğun desteklenmesi çok önemlidir.

Akkuş ve arkadaşları (2015) tarafından 3-60 ay çocuğa sahip 155 ebeveynle yapılmış olan çalışmada hiç televizyon izlememesi gereken iki yaş altı çocuklardan 3-24 ay arası çocukların günlük ortalama 1,05 saat, 25-60 ay arası çocukların ise ortalama 2,9 saat televizyon izlediği tespit edilmiştir. Bu çalışmada da annelerin çoğu, çocuklarının günde yaklaşık yarım saat ve 1-2 saat ekrana maruz kaldığını ifade etmiştir. Bu bulguya paralel olarak annelerin bir kısmı çocuklarının konuşmalarında gecikme olduğunu belirtmektedir. Ekrana maruz kalma, çocukların beyin gelişimi ve dil gelişimi başta olmak üzere tüm gelişim alanlarını etkileyebilir. Amerika Pediatri Akademisi 0-18 aylık bebeklere hiç ekran gösterilmemesi yalnızca görüntülü konuşma için kısa süreli kullanımı uygun görürken, 18-24 aylık bebekler için yetişkin eşliğinde eğitici programların kullanılması koşuluyla en fazla yarım saat kullanılmasını uygun görmektedir (AAP, 2016). Alan yazına bakıldığında küçük yaşta aşırı ekran kullanımı çocukların sosyal becerileri, dikkat ve uyku problemleri, beslenme sorunları ve obezite gibi diğer sağlık sorunlarına da yol açtığı görülmektedir (Berk, 2013; Hanley ve

ark., 2000). Erken dönemde beyin gelişimi, dil gelişimi, fiziksel gelişim ve sosyal duygusal gelişim çok hızlıdır ve bebeklik döneminin insan gelişiminde önemli bir yeri vardır. Bu dönemde bebeğin karşılıklı etkileşimle gerçekleştirebildiği duyarlı bakım alması, sevgi ve ilgi görmesi, yakınlık kurması sağlıklı gelişimi açısından kritik olduğu düşünülmektedir. Ayrıca araştırmada annelerin çocuklarını büyütme sürecinde en çok uyku, beslenme ve ağladığında sakinleştirme konularında zorlandıkları görülmektedir. Uyku ve beslenme, çocukların sağlıklı ve dengeli bir büyüme ve gelişme için gerekli olan temel ihtiyaçlardır. Çocukların uyku düzeni, dikkat, bellek ve öğrenme gibi zihinsel fonksiyonlarını da etkiler. Çocukların bazıları uyku düzenini kuramadıkları için gece uyanık kalabilirler veya uyku rutini düzensiz olduğunda uykuya dalması zor olabilir. Beslenme ise, çocukların vücudunun ihtiyacı olan enerjiyi, protein, vitamin ve mineral gibi besin öğelerini sağlar. Ayrıca, sağlıklı beslenme çocukların zihinsel ve fiziksel sağlıklarını da destekler. Bu nedenle, çocukların uyku ve beslenme rutinleri kurulmalı ve sağlıklı bir şekilde sürdürülmelidir. Morell ve Stelle (2013) da yapmış oldukları çalışmalarında bir bebeğin besleme rutini ile uyku rutini arasında yakından ilişki olduğunu, düzenli beslenme rutinleri olan çocukların sağlıklı uyku rutinleri olduğunu da belirtmişlerdir. Annelerin zorlandıkları diğer bir konu ise çocuklarının ağladığında veya gergin olduklarında sakinleştirmedir. Anneler, çocuklarının duygusal durumlarını yatıştırmak ve onlara güven vermek için sarılma, gülümseme gibi fiziksel temaslar, rahatlatıcı ses tonları ile konuşma, şarkılı oyunlar oynama gibi farklı yollar kullanabilirler. Bu çalışmada da Tablo 3'e baktığımızda annelerin çocuklarını kucaklarına alarak ya da konuşup açıklama yaparak sakinleştirdikleri görülmektedir. Fakat, Solmaz (2019) tarafından yapılan çalışma sonucunda annelerin çocukları ağlayınca toplumdaki gelen tepkilerden dolayı çocuklarını sakinleştirmek için abur cubura başvurdukları sonucuna ulaşılmıştır. Toplumda, annelerden çocuklarının her zaman sessiz ve mutlu olması beklenmektedir. Çocukların ağlaması ve buna karşılık olarak annelerin çocuklarını kucaklarına alarak, konuşarak sakinleştirmek istemeleri normaldir, fakat toplumdaki bu beklentiden kaynaklı olarak anneler en kolay çözüm yoluna başvurmayı tercih edebilirler.

Çalışmada, anneler çocuklarının belirlenmiş rutinleri olduğunu belirtmişlerdir. Uyku, beslenme, oyun, kitap okuma, açık alanda vakit geçirme gibi belirli rutinler çocuklara gün içinde ne yapacaklarını bildirdiği ve güvenli ortam sağladığı için önemlidir. Ayrıca rutinler çocukların daha iyi uyum sağlamasına, daha az huzursuz olmasına da yardımcıdır. Mindell ve ark. (2015), tarafından yapılan çalışma sonucunda rutinlerdeki tutarlılık arttıkça çocukların uykusunda ve beslenmesinde iyileşme olduğu görülmüştür. Çalışma sonuçlarına göre çocukların bir kısmının beslenme ve uyku rutinleri çok düzenliken bir kısmının uyku ve beslenmesi biraz düzenlidir. Buna bağlı olarak çocukların çoğu yemek seçmeden, anne-babayla birlikte yemek masasında kendi mama sandalyesinde yemek saatine eşlik etmektedirler. Tablet veya telefon ile oyalayarak ya da zorlayarak yemek yediren bir kısmın olduğu da görülmektedir. Çocuk beslenmesinde annenin sergilemiş olduğu davranışların diğer ebeveynlerden, sosyal normlardan ve tutumlardan etkilendiği görülmektedir (Duncanson ve ark., 2013). Birçok çalışma, annenin eğitim düzeyinin, çocuğun beslenme rutinini etkileyen en önemli faktör olduğunu göstermektedir (Bonuck ve diğerleri, 2005; Wen ve ark., 2009; Al Ketbi ve ark., 2018). Yapılan araştırmalarda annelere çocuk beslenmesi konusunda verilen eğitimin annelerin bilgi ve davranışları ile çocukların beslenme rutinlerini olumlu yönde etkilediği saptanmıştır (Sethi ve ark., 2003; Kulwa ve ark., 2014; Sukandara ve ark., 2015).

Uyku rutinlerine bakıldığında ise kendi odasında kendi yatağında ve ebeveyn odasında kendi beşiğinde uyuyan çocukların çoğunlukta olduğu görülmektedir. Annelerin çoğunluğu çocuklarını birlikte uyuma, emzirme, sallama gibi geleneksel yöntemlerle uyuttuklarını da belirtmişlerdir. Kahraman ve Ceylan (2018) tarafından 0-3 yaş arasındaki çocukların uyku rutinlerinin belirlenmesine dair yapılan çalışmanın sonucu da bulguları destekler niteliktedir. Mindell ve diğerleri (2009), yapmış oldukları çalışmada erken çocukluk döneminde çocuklarda sağlıklı uyku alışkanlıklarının gelişmesi için uyku rutini üç adımdan bahsetmektedirler; hikâye okumak, banyo yapmak ve pijamaları giymek. Mindell ve Williamson (2018), tarafından yapılan başka bir çalışmada da bu şekilde oluşturulan tutarlı bir yatma zamanı rutininin, yalnızca sık sık gece uyanmalarını azaltmakla kalmayıp aynı zamanda gündüz davranışlarındaki iyileşme, olumsuz duyguların düzenlenmesi ve gelişmiş ebeveyn-çocuk etkileşimiyle de yakından ilişkili olduğu bulunmuştur. Erken çocukluk döneminde çocuk ve ebeveyn arasında yaşanan etkileşimle uyku saati etkileşimi arasında güçlü bir bağ olduğu da ortaya konmuştur (Sadeh, Flint-Ofir, Tirosh, ve Tikotzky, 2007). Ayrıca annelerin bir kısmının çocuklarını uyuturken Marc Weissbluth yöntemini kullandığı görülmektedir. Marc Weissbluth, çocuk uyku uzmanı olarak bilinen ve "Healthy Sleep Habits, Happy Child" kitabının yazarıdır. Weissbluth, çocukların sağlıklı uyku alışkanlıkları edinmelerine yardımcı olmak için birçok yöntem önermektedir. Weissbluth'un önerdiği uyku yöntemleri arasında, bebeklerin uyku saatlerini düzenli bir şekilde tutmalarına, uyku öncesinde rahatlatıcı rutinler uygulanmasına ve bebeklerin kendi kendilerine uykuya dalmalarına olanak tanınmasına odaklanmaktadır. Bu yöntem genellikle "yumuşak geçiş" olarak adlandırılır ve bebekleri yavaş yavaş uyku alışkanlıklarını değiştirmeye teşvik etmektedir. Weissbluth ayrıca, bebeklerin uykularını

kesintiye uğratan faktörlerin, özellikle de gaz, açlık, ıslaklık veya ağrı gibi rahatsızlıkların ortadan kaldırılması gerektiğini de vurgulamaktadır (Weissbluth ve ark., 1999).

Açık hava rutinlerine ilişkin annelerin görüşlerine baktığımızda, annelerin haftada iki gün ve her gün belirli saatlerde çocuklarla açık havada vakit geçirme rutinleri olduğu görülmektedir. Clements (2004) tarafından yapılan çalışma sonucunda açık havada çocuklarla vakit geçirmenin çocukların bedensel gelişimleri başta olmak üzere tüm gelişim alanlarını olumlu yönde etkilediği, çocukların duyu gelişimlerini desteklediği ve çevrelerini tanımalarına yardımcı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca açık havada oyun süreleri kısalan çocukların dijital araçlara yönelme durumunun arttığı, fiziksel olarak hareketlerinin azaldığı da Erol ve Erol (2020) tarafından yapılan araştırma sonucunda desteklenmiştir.

Çalışmada anne-çocuk kitap okuma rutinlerine bakıldığında, annelerin neredeyse yarısının ara sıra çocuklarına kitap okuduğu, önemli bir kısmının ise her gün kitap okuduğu görülmektedir. Çocukların kitap okuma alışkanlığı kazanmasında ebeveynlerin rolü oldukça büyüktür, çocukların kitabın eğlence ve bilgi dolu olduğunu bu yaşlarda ailelerinden öğrenmeleri kitap okuma alışkanlığı kazandıklarını göstermektedir (Gönen, 2005; Küçükturan, 2005; Yalçın ve Aytaş, 2005). Erken yaşta kitapla tanışan çocukların sonraki yıllarda okuma davranışına hazırlık yaptıkları ve bu sayede okuma-yazma davranışlarının kolaylaştığı da Baker ve ark. (1997) tarafından yapılan çalışma ile desteklenmiştir. Fletcher ve Reese (2005) tarafından, 0-3 yaş arasındaki çocuklarla yapılan bir çalışmada, resimli kitap okuma deneyiminin çocuklara bu yaş aralığında kazandırılmasının dil gelişimlerini olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Çalışmada göze çarpan bir diğer bulgu da neredeyse annelerin hepsinin ev içinde çocuklarına oyun alanları yarattıkları ve yarısının ise oyun oynama konusunda çok yaratıcı olduklarıdır. Fakat annelerin önemli bir kısmının çocuklarıyla oyun oynamaktan keyif almadıkları, yine de oynadıkları veya baba ile oynadıkları görülmektedir. Çocuğun kişilik ve zekâ gelişimi oyun oynayarak gelişir, çocuğun sağlıklı gelişimi için beslenme ve uyku rutinleri kadar oyun da önemlidir. Ev içerisinde çocukların etkileşim ve iletişim içinde olacakları, birlikte oyun oynayacakları kişilere ihtiyaçları vardır. Özyürek ve Gürleyik (2016) tarafından yapılan çalışmada çocukların evde anne-babayı oyun arkadaşı olarak tercih ettikleri ve geniş alanlarda zaman geçirmek istedikleri görülmüştür. Lindsey ve Mize (2000) tarafından yapılan çalışmada anne-baba ve çocuk arasındaki oyun zamanlarındaki uyumlu iletişimin, çocukların sosyal yeterlilikleri ve duygusal gelişimleri arasında olumlu bir ilişki olduğu saptanmıştır. Nelms (1989), çocukların toplumsal rolleri kazanmak için dijital aletlere değil ailesine ihtiyacı olduğunu ve ebeveynleri ile sağlıklı iletişim kurabilen çocukların toplumdaki sosyal ilişkilerini de sağlıklı yürütebileceklerini vurgulamaktadır.

Ebeveynlik yaşam sürecinde hayatın olumlu olaylarından biri olmasıyla birlikte, çocuğun yaşamının ilk yıllarında annelerin, ebeveynlik süreçlerinde zorlanması ve desteğe ihtiyaç duymaları olağandır. Annelerin çocuk yetiştirmede sosyal destek, zorluklar ve gereksinimlerine ilişkin görüşlerine bakıldığında; çocuğu büyütme sürecinde en çok çocuğun beslenmesi, uykusu ve bakımı konusunda verilen tavsiyelerden ve çocuğun gelişiminin başkalarıyla kıyaslanmasından rahatsız oldukları görülmüştür. Annelerin büyük bir kısmı çocuk büyütürken çevreden sosyal destek aldığını ve kısmen sosyal destek aldığını belirtmiştir. Annelerin bebek bakımında sosyal destek alması, annenin ruhsal iyi oluş hali ve anne-çocuk etkileşiminin kalitesini etkilemektedir. Çeşitli sosyal ağlarla desteklenen annelerin kendi annelik rollerinde daha etkili ve yetkin olduğu ifade edilmiştir (Rullo ve Musatti, 2005). Marshall ve arkadaşları (2001) tarafından yapılan çalışmada annenin hem aldığı sosyal destek miktarının hem de sosyal ağların çeşitliliğinin ebeveynlik davranışı üzerinde olumlu etkiler sağladığı doğrulanmıştır. Bu çalışmada anneler, küçük çocuğu olan diğer anneler ile tanışıp süreci paylaşmaya biraz ihtiyaç duyduklarını belirtmişlerdir. Annelerin benzer yaşanmışlıkları paylaşan diğer anneler ile sıkıntılarını paylaşması stres düzeylerini azaltabilir, sosyal ve psikolojik yönden desteklenmiş hissetmelerini sağlayabilir. Silver, Heneghan, Bauman ve Stein (2006) tarafından yapılan çalışmada şehirde yaşayan ve küçük çocuğu olan annelerin depresif belirtilerinin ebeveyn yetkinliği ve sosyal destekle ilişkisi incelenmiştir. Söz konusu çalışmada yüksek ebeveynlik stresi yaşayan annelerin çok az sosyal destek aldığı veya hiç almadığı saptanmıştır. Dolayısıyla yetersiz sosyal desteğin yüksek stres ile ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Son olarak bu çalışmada, annelerin çocuklarını büyütürken sağlık ve sosyal hizmetlerden sorumlu devlet kurumların beklentileri incelendiğinde çoğunlukla çocuğun gelişimini düzenli takip edecek çocuk gelişimcilerin aile ve toplum sağlığı merkezlerinde istihdam edilmesini, konunun uzmanlarına telefon danışma hatları ile ulaşabilmeyi ve çocuk gelişimciler tarafından ev ziyaretleri yoluyla çocuğunun gelişiminin takip edilmesini talep ettikleri görülmüştür. Sağlıklı nesillerin yetişmesini sağlamak amacıyla çocuk gelişimcilerin aile ve toplum sağlığı merkezlerinde görev alması çocukların yaşamlarının ilk aylarından itibaren gelişimlerinin düzenli takip edilmesini ve desteklenmesini sağlayabilir. Değişen dünya düzeni ve teknoloji kullanımının yaygınlaşması ile birlikte aileler, çocukları ile ilgili merak ettikleri her bilgiye kolaylıkla ulaşabilmektedirler. Fakat her zaman doğru bilgiye ulaşamayan annelerin çocuklarının gelişimi ile

ilgili uzmanlar tarafından yönlendirmelere ihtiyaçlarının olduğu çalışmanın sonucunda görülmektedir. Bununla birlikte teknolojik alt yapıların çocukların ve ailelerin desteklenmesi doğrultusunda kullanılması, bir ebeveyn destek ağı kurularak o sistem üzerinden ebeveyn koçluğu yapabilecek çocuk gelişim uzmanlarına telefon ile ulaşmaları sağlanabilir.

Çocukların sağlıklı gelişiminde ilk 1000 gün çok kritiktir. Bu dönemdeki gelişimsel risklerin tespiti ve gelişimsel gecikmelerin saptanması erken müdahale çalışmalarının etkin yürütülmesiyle sağlanabilir. Çocuğun fiziksel, motor, zihinsel ve sosyal-duygusal gelişiminde uygun desteklerin verilmesi, ailelerin çocuğun gelişimi konusunda doğru yönlendirilmesi ve bu önemli yıllarda ebeveynlerin yalnız bırakılmaması erken müdahalenin en önemli işlevlerindedir. Ebeveynlerin çocuğun gelişimindeki kritik yıllarda uygun şekilde desteklenmesi erken müdahalenin önleyicilik işlevi açısından da gereklidir. Böylece çocuğun gelişiminde risk oluşturacak olumsuz deneyimler önlenir. Erken çocukluk dönemindeki erken müdahale çalışmaları aracılığıyla sunulan düzenli gelişimsel taramalar, gelişim destek programları, ebeveyn eğitimi programları ile çocuğun potansiyelinin en üst seviyede gerçekleşmesi desteklenir. Erken müdahale çalışmalarının etkili olabilmesi için multidisipliner çalışmalar önemlidir. Bu nedenle çocuk gelişimciler sağlık alanındaki diğer uzmanlarla özellikle de pediatristler ve çocuk psikiyatrları ile iş birliği içinde olmalıdır. Çocukların büyüme sürecinde gelişiminin değerlendirilmesi, izlenmesi ve desteklenmesi konusunda çocuk gelişimcilerin önemli sorumlulukları bulunmaktadır. Pediatristlerin çocuk gelişimcilerle iş birliği içerisinde olması çocuğun en kritik yıllardaki gelişiminin optimal düzeyde gerçekleşmesini sağlayabilir. Aynı zamanda doğum sürecini zor, gebelik dönemindeki ruh hallerini stresli ve gergin olarak değerlendiren annelerin oranının oldukça yüksek olduğu dikkate alındığında da doğumdan sonraki süreçte annelere yönelik desteklerin ne kadar önemli olduğu da görülmektedir. Bu süreçte annelerin çocuğun gelişimi konusunda Sağlık Bakanlığı aracılığı ile doğru desteklere kolay ulaşabilmelerini sağlayacak telefon danışma hatlarının oluşturulması ve aile ve toplum sağlığı merkezlerinde çocuk gelişimcilerin bulunması gibi çözümler uzun vadede sağlıklı bir toplum için önemli katkılar sağlayabilir.

Ebeveynlik insan hayatındaki en güzel ancak bir o kadar da zor ve stresli bir süreçtir. Bu nedenle özellikle annelere ilk üç yılda sunulacak profesyonel desteklerin annelerin kendi ruhsal durumları üzerinde de olumlu etkiler sağlayacağı düşünülmektedir. Küçük çocuklara günlük rutin oluşturmak ve doğru yöntemleri kullanmak annelerin uyku, beslenme ve sakinleştirme gibi en çok zorlandıkları konularda annelere uzmanlar aracılığıyla destek olunabilir. Çünkü bu yıllarda oluşturulacak doğru alışkanlıklar ilerleyen yıllarda çocuklarda otaya çıkabilecek duygu ve davranış sorunlarını önlemek açısından oldukça önemlidir. Ayrıca ilk yıllardaki ekran maruziyetinin olumsuz sonuçları dikkate alındığında, annelere bu yıllarda etkileşimli kitap okumanın ve oyun oynamanın anne çocuk arasındaki nitelikli etkileşim ve çocuğun sağlıklı gelişimi açısından önemi vurgulanmalıdır. Bunun için de çocuk gelişimci olan ebeveyn koçlarının liderliğinde oluşturulacak ebeveyn destek gruplarının etkili olacağı düşünülmektedir.

Bu çalışma, betimsel olarak var olan durumu ortaya koymak amacıyla yapılmıştır. Yapılacak yeni çalışmalarda 0-3 yaş çocuğa sahip ebeveynlerle uyku, oyun, beslenme, çocuğu sakinleştirme gibi zorlandıkları konuları içeren erken müdahale uygulamalarının etkililiğini değerlendiren deneysel çalışmalar yapılabilir. Ebeveyn koçluğu, ebeveyn destek grupları gibi hizmetler sunulurken bu tür uygulamaların annelerin ebeveyn öz yeterlilik durumları, ebeveynlik stresi, anne depresyonu, güvenli bağlanma, çocuğun çeşitli gelişim alanları üzerindeki etkileri incelenebilir. Çalışmada yer alan annelerin lisans ve lisansüstü düzeyde eğitim almış olması bu araştırmanın sınırlılığı olarak ifade edilebilir. Bundan sonraki çalışmalarda farklı eğitim düzeyi olan ebeveynlerin çocuk büyüme uygulamaları incelenebilir.

KAYNAKÇA

Akçay, G., Kırılı, U., Topal, H., Topal, Y., Hakan, N., Özer, E.A. (2019). Muğla ilinde annelerin bebek bakımında uyguladıkları geleneksel yöntemler. *Ortadoğu Tıp Dergisi*, 11(3), 263-270. <https://doi.org/10.21601/ortadogutipdersisi.458292>

Akdağ, F. (2015). Çocukta beyin gelişimi ve erken müdahale. *Hacettepe University Faculty of Health Sciences Journal*.

Akman, I., Kuscu, K. & Özdemir, N. (2006). Mothers' postpartum psychological adjustment and infantile colic. *Arch Dis Child*, 91, 417-9.

Alexander, C. P., Zhu, J., Paul, I. M., & Kjerul, K. H. (2017). Fathers make a difference: positive relationships with mother and baby in relation to infant colic. *Child: care, health and development*, 43(5), 687-696.

American Academy of Pediatrics, Council of Communications and Media (AAP) Policy statement (2016). Media and young minds. *Pediatrics*, 138(5). doi: 10.1542/peds.2016-2591

- Aydın Beşen, M. & Seller Dathıcı, A. (2022). Kadınların doğum sürecine uyumu ve ilişkili faktörlerin değerlendirilmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(1), 170-182.
- Ayhan Başer, D. (2018). Postpartum depresyon ile emzirme arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Ankara Med J.*, 3(2): 76-85. Doi: 10.17098/amj.461652
- Bansal, S. C., Ganjwale, J. D., Nimbalkar, S. M., Kharod, N. M. (2018). Screening for postpartum depression in a neonatal intensive care unit and postnatal ward with its impact on newborn care practices: A hospital based survey. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 12(8),1-6.
- Berk, L. (2013). *Bebekler ve çocuklar [Infants and children]*. (N. Işıkoğlu-Erdoğan, Çev.). İstanbul: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Braungart-Rieker, J. M., Garwood, M. M., Powers, B. P., & Wang, X. (2001). Parental sensitivity, infant affect, and affect regulation: Predictors of later attachment. *Child Development*, 72(1), 252–270.
- Büyükbayrak, E.E, Kaymaz, O, Kars, B, Karsidag, A.Y, Bektas, E, Unal, O. and Turan, C. (2010). Caesarean Delivery or Vaginal Birth: Preference of Turkish Pregnant Women and Influencing Factors. *J Obstet Gynaecol*, 30 (2), 155-8.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2008). Bilimsel araştırma yöntemleri.
- Chandrasekaran, S. (2021). Newborn and infant care practices of French women in Puducherry: The acculturation effect explored. *Indian Journal of Health and Well-being*, 12(1), 10-13.
- Cumbul, B. ve Uymaz, P. (2021). Mothers' Traditional Practices on 0-12 Month Old Baby Care: Turkey Sample. *IAIM*, 8(9), 15-25.
- Duncanson, K., Burrows T., Holman B. and Collins C. (2013). "Parents' Perceptions of Child Feeding: A Qualitative Study Based on the Theory of Planned Behavior", *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 34 (4): 227-236.
- Erol, S. & Altuntaş, N. (2019). Annelerin doğum sonrası depresif duygusal bozukluklar açısından değerlendirilmesi ve emzirme üzerine etkilerinin belirlenmesi. *Zeynep Kamil Tıp Bülteni*, 50(1): 58-62.
- Feldman, R. (2007). Parent–infant synchrony and the construction of shared timing; physiological precursors, developmental outcomes, and risk conditions. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 48(3–4), 329–354.
- Feldman, R., Granat, A., Pariente, C., Kanety, H., Kuint, J., & Gilboa-Schechtman, E. (2009). Maternal depression and anxiety across the postpartum year and infant social engagement, fear regulation, and stress reactivity. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 48(9), 919–927.
- Friedman, N., Sadhu, J., & Jellinek, M. (2012). DSM-5: Implications for pediatric mental health care. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 33, 163-178.
- Gaffney, K. F., Kitsantas, P., Brito, A., & Swamidoss, C. S. (2014). Postpartum depression, infant feeding practices, and infant weight gain at six months of age. *J Paediatr Health Care*. 28(43-50).
- Gerhardt, S. (2004). *Why love matters: How affection shapes a baby's brain*. London: Routledge.
- Gürsoy, F., Aydoğdu, F., Aysu, B. & Aral, N. (2020). Bebeklerin sağlığı ve gelişimi ile ilgili geleneksel uygulamalar. *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Elektronik Dergisi*, 11(Ek), 183-193.
- Hanley, A. J., Harris, S. B., Gittelsohn J., Wolever, T. M., Saksvig, B., & Zinman, B. (2000). Overweight among children and adolescents in a native Canadian community: Prevalence and associated factors. *Am J Clin Nutr*. 71(3), 693-700. doi: 10.1093/ajcn/71.3.693.
- Hiscock H. & Wake M. (2001). Infant sleep problems and postnatal depression: a community based study. *Pediatrics*, 107: 1317-1322.
- Howell, E. A., Mora, P., & Leventhal, H. (2005). Correlates of early postpartum depressive symptoms. *Maternal and Child Health Journal*, 10, 1-9.
- Kahraman, Ö. G., Ceylan, Ş., & Korkmaz, E. (2016). 0-3 yaş arası çocukların gelişimsel değerlendirmelerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(2), 60-69. ISO 690.
- Kahrıman, İ., Topbaş, M., & Çan, G. (2011). Traditional baby care practices among mothers with children aged 6-12 months in the Turkish province of Trabzon. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 10(1), 61-70.

- Karabulutlu, Ö. (2014). Kars ilinde doğum sonu dönemde yenidoğan bakımına yönelik yapılan geleneksel uygulamaların belirlenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 7 (4), 295-302.
- Kırcaali-İftar, G. (2018). Otizm spektrum bozukluğuna genel bakış, E. Tekin-İftar (Ed), Otizm spektrum bozukluğu olan çocuklar ve eğitimleri içinde, 1-16.
- Kulwa, K. B. M., Roosmarijn, V., Bouckaert, K. P., Mamiro, P. S., Kolsteren, P. W. and Lachat, C. (2014). "Effectiveness of a Nutrition Education Package in Improving Feeding Practices, Dietary Adequacy and Growth of Infants and Young Children in Rural Tanzania: *Rationale, Design and Methods of a Cluster Randomised Trial*", *BMC Public Health*, 14 (1077): 1-6
- Lavigne, J. V., Arend, R., Rosenbaum, D., Smith, A., Weissbluth, M., Binns, H. J., & Christoffel, K. K. (1999). Sleep and behavior problems among preschoolers. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 20(3), 164-169.
- Manian, N., & Bornstein, M. H. (2009). Dynamics of emotion regulation in infants of clinically depressed and nondepressed mothers. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 50(11), 1410–1418.
- Mäntymaa, M., Puura, K., Luoma, I., Kaukonen, P., Salmelin, R. K., & Tamminen, T. (2008). Infants' social withdrawal and parents' mental health. *Infant Behavior and Development*, 31(4), 606–613.
- Marshall, N. L., Noonan, A. E., McCartney, K., Marx, F., & Keefe, N. (2001). It takes an urban village: Parenting networks of urban families. *Journal of Family Issues*, 22, 163-182.
- McLearn, K.T., Minkovitz, C.S., Strobino, D.M., Marks, E., Hou, W.(2006). Maternal depressive symptoms at 2 to 4 months post partum and early parenting practices. *Archives of Paediatrics and Adolescent Medicine*. 160(3):279-84.
- Morrell, J., & Steele, H. (2003). The role of attachment security, temperament, maternal perception, and caregiving behavior in persistent infant sleeping problems. *Infant Mental Health Journal: Official Publication of The World Association for Infant Mental Health*, 24(5), 447-468.
- Murray L, Cooper, P, & Hipwell A. (2003). Mental health of parents caring for infants. *Arch Womens Ment Health*, 6, 71-77.
- Nelms, B. (1989) Emotional behaviors in chronically ill children. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 17 (6), 657-668.
- O'Brien L. M., Heycock E. G, & Hanna M. (2004). Postnatal depression and faltering growth: A community study. *Pediatrics*, 113, 1242-1247.
- Özdemir, M. (2010). Nitel veri analizi: Sosyal bilimlerde yöntem bilim sorunsalı üzerine bir çalışma. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 323-343.
- Özkars, B. N. (2017). Prematüre doğum yapmış annelerin travma, depresyon, maternal bağlanma ve yaşam kalitesi açısından incelenmesi (Master's thesis, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Rahman A, Iqbal Z, & Bunn J. (2004). Impact of maternal depression on infant nutritional status and illness. *Arch Gen Psychiatry*, 61, 946-952.
- Rullo, G. & Musatti, T. (2005). Mothering young children: child care, stress and social life. *European Journal of Psychology of Education*, 2, 107-119.
- Sağat, H. (2016). Bireylerin anne baba tutumlarının özgüven ve sosyal fobiye olan ilişkisinin incelenmesi (Master's thesis, İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Uygulamalı Psikoloji Yüksek Lisans Programı).
- Schore, A. N. (2001). The effects of early relational trauma on right brain development, affect regulation, and infant mental health. *Infant Mental Health Journal*, 22(1–2), 201–269.
- Schore, A. N. (2005). Attachment, affect regulation, and the developing right brain: Linking developmental neuroscience to pediatrics. *Pediatrics in Review*, 26(6), 204–217.
- Servet, M. (2018). Prematüre bebeği yenidoğan yoğun bakım ünitesinde yatan annelerin postpartum depresyon ve maternal bağlanma düzeyleri (Master's thesis, Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Sethi, V., Kashyap, S. and Seth, V. (2003). "Effect of Nutrition Education of Mothers on Infant Feeding Practices", *The Indian Journal of Pediatrics*, 70 (6): 463-466.

- Silver, E. J., Heneghan, A. M., Bauman L. J. & Stein, R. E. K. (2006). The relationship of depressive symptoms to parenting competence and social support in inner-city mothers of young children. *Maternal and Child Health Journal*, 1(10)1, 105-112.
- Sivri, B. ve Karataş, N. (2015). Toplumun kültürel yönü: doğum sonu dönemde anne ve bebek bakımına yönelik yapılan geleneksel uygulamalar ve dünyadan örnekler. *Güncel Pediatri*, 13 (3), 183-193.
- Stein, A., Malmberg, L. E., Sylva, K., Barnes, J., Leach, P., FCCC Team (2008). The influence of maternal depression, caregiving, and socioeconomic status in the post-natal year on children's language development. *Child Care Health Development*. (34), 603-12.
- Stewart, R.C. (2007). Maternal depression and infant growth-A review of recent evidence. *Matern Child Nutrition*. (2), 94-107.
- Sukandara, D., Khomsanb, A., Anwar, F., Riyadid, H. and Mudjajanto, E. S. (2015). "Nutrition Knowledge, Attitude, and Practice of Mothers and Children Nutritional Status Improved after Five Months Nutrition Education Intervention", *International Journal of Sciences:Basic and Applied Research (IJSBAR)*, 23(2): 424-442.
- Şimşek Orhon, F. (2007). The impact of postpartum depression on children. *Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası*, 60(2): 57-60.
- Taştepe, T. & Köksal Akyol, A. (2014). Hatanelerde görev yapan çocuk gelişimcilerin çalışma ortamları ile mesleklerine ilişkin görüşlerinin incelenmesi. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3(1-2-3), 29-54.
- Trevarthen, C., & Aitken, K. J. (2001). Infant intersubjectivity: Research, theory, and clinical applications. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 42(1), 3-48.
- Uğurlu, E., Başbakkal, Z., Dayılar, H, Çoban, V. ve Ada, Z. (2013). Ödemiş'te bulunan annelerin bebek bakımında uyguladıkları geleneksel yöntemlerin incelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2 (3), 342-360.
- Young, K. T., Davis, K., Schoen, C., & Parker, S. (1998). Listening to parents: a national survey of parents with young children. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 152(3), 255-262.
- Zöhrap, D. U.. (2004). "Lise Öğrencilerinde Algılanan Anababa Tutumları ve Aile Yapısının Ergen Kişilik Özelliklerine Etkisi". Marmara Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.