



Yazar(lar) / Author(s)

Doç. Dr., Esra Demir Öztürk 
Muş Alparslan Üniversitesi, Eğitim Fakültesi,
Temel Eğitim Bölümü, Okul Öncesi Eğitimi
ABD, Muş- Türkiye
e-posta: e.demir@alparslan.edu.tr
(Sorumlu Yazar/Corresponding author)

Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Başaran 
Muş Alparslan Üniversitesi, Eğitim Fakültesi,
Temel Eğitim Bölümü, Okul Öncesi Eğitimi
ABD, Muş- Türkiye
e-posta: m.basaran@alparslan.edu.tr

Makale Bilgileri/Article Information

Tür-Type: Araştırma makalesi-Research article
Geliş tarihi-Date of submission: 14.04.2025
Kabul tarihi-Date of acceptance: 01.09.2025
Yayın tarihi-Date of publication: 30.09.2025

Hakemlik-Review

Çift Taraflı Kör Dış Hakemlik
Double-Blind External Peer Review

Etik beyan/Ethics statement

Yazar(lar), çalışmanın hazırlanma sürecinde etik ilkelere uydıklarını beyan etmiştir.

The author(s) declared that they complied with ethical principles during the preparation of the study.

Benzerlik taraması- Plagiarism checks

Çıkar çatışması-Conflict of interest

Çıkar çatışması beyan edilmemiştir
No conflict of interest declared

Finansman-Grant Support

Fon, hibe veya destek alınmamıştır
No funding or support was received

Lisans- License



Annelerin İyi ki ve Keşkeleri: Bebeklik Dönemine İlişkin Sorunlar ve Çözüm Önerileri

Öz

Bu araştırma, annelerin bebeklik dönemine ilişkin görüşlerini ortaya koymak amacıyla yapılmıştır. Nitel araştırma desenlerinden durum çalışması yaklaşımıyla ele alınan çalışmada, çalışma grubunu 51 anne oluşturmaktadır. Araştırma verileri yarı yapılandırılmış görüşmeler aracılığıyla elde edilmiştir. Veriler, içerik analizine tabi tutulmuştur. Araştırma sonuçlarında annelerin ebeveynliğe ilişkin; beslenme, çevre desteğinin olmaması, annelik stresi, uyku düzeninin bozulması, çocuk davranışlarından rahatsız olma, bilgi ve beceri eksikliği konularında zorluk yaşadıkları belirlenmiştir. Annelerin bebeklerin gelişimsel problemlerine yönelik olarak ise; bebeklerde biyolojik ritmin oluşmaması, fizyolojik sorunlar ve davranış problemleri konularında sorun yaşadıkları görülmüştür. Anneler, karşılaştıkları sorunları uzman desteğinden yararlanıp, sosyal destek aracılığıyla olumlu tutum ve davranışlar geliştirerek aşabildikleri. Anneleri en çok annelik doyumunu yaşadığı durumların oluşumu, bebeğe gelişimsel destek sağlama ve sorunlara yönelik önlem alma durumları mutlu etmiştir. Annelerin pişmanlığı ise; bebeğe zaman ayıramama, bebek gelişimi hakkında bilgi sahibi olmama, sağlık sorunlarına uygun çözümler bulamama, yanlış tutum sergileme, olumsuz koşulları düzeltmemeye ve doğum zamanlaması konularında olmuştur. Sonuçlar, bebeklik döneminin daha çok zorluklar barındırdığını bu zorlukların içinde mutluluk verici olayların da olduğu şeklinde değerlendirilmiştir. Bebeklik döneminin daha sağlıklı ve mutlu geçmesi için en önemli faktörün anneye yönelik sosyal desteğin artırılarak yükünün hafifletilmesi gerektiği sonucuna varılmıştır. Bu bağlamda bebeklik dönemi süresince annelere sosyal desteğin sağlanması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Bebeklik, Bebeklik Dönemi, Annelik, Ebeveyn Tutumları, Başa Çıkma Stratejileri

Mothers Good Things and What Ifs: Problems and Solutions for Babyhood

Abstract

This qualitative study aimed to explore mothers' views on the infant period. The research group consisted of 51 mothers, and data were collected through semi-structured interviews. Findings revealed that mothers faced various parenting challenges, including infant nutrition, lack of environmental support, maternal stress, sleep disruptions, behavioral difficulties, and limited knowledge and skills. Mothers also reported developmental concerns such as irregular biological rhythms, physiological issues, and behavioral problems in their infants. To cope with these challenges, many mothers sought professional help and relied on social support systems, which enabled them to develop positive coping strategies. Sources of satisfaction included experiencing maternal fulfillment, supporting their babies' development, and effectively addressing emerging problems. However, mothers also expressed regrets, such as not spending enough time with their babies, lacking information on infant development, being unable to handle health issues effectively, and showing inappropriate behaviors or attitudes. The timing of childbirth and the inability to change negative conditions were also sources of concern. The study concluded that although infancy is a challenging period, it also brings meaningful and joyful experiences. Enhancing social support for mothers was identified as a key factor in promoting a healthier and more positive infant-rearing experience. Increased support is strongly recommended during this critical period.

Keywords: Baby, Infancy, Motherhood, Parental Attitudes, Coping Strategies

Yazar Katkı Oranları/ Author Contributions

Çalışmanın Tasarımı/Conceiving the Study	Yazar-1 (%50) - Yazar-2 (%50)
Veri Toplama/Data Collection	Yazar-1 (%50) - Yazar-2 (%50)
Veri Analizi/Data Analysis	Yazar-1 (%50) - Yazar-2 (%50)
Makale Yazımı/ Article Writing	Yazar-1 (%50) - Yazar-2 (%50)
Gönderim ve Revizyon/Submission and Revision	Yazar-1 (%50) - Yazar-2 (%50)

Atıf- Citation (APA)

Demir-Öztürk, E. & Başaran, M. (2025). Annelerin iyi ki ve keşkeleri: Bebeklik dönemine ilişkin sorunlar ve çözüm önerileri. *İçtimaiyat*, Aile Özel Sayısı, ss 17-35. DOI: <https://doi.org/10.33709/ictimaiyat.1675760>

1. Giriş

Bebeklik dönemi hem bebekler hem de ebeveynler açısından yoğun fiziksel, duygusal ve çevresel değişimlerin yaşandığı dinamik bir süreçtir. Bebeğin doğumuyla birlikte aile yapısı ve işleyişi yeni bir boyut kazanmaktadır. Doğumdan sonraki yılları takip eden süreçte babaların sürece katılımını teşvik eden alan yazın ve politikalara karşın anneler çocuğun bakımında ve gelişiminde en aktif role sahip kişiler olmaya devam etmektedir (Başaran ve Aksoy, 2024). Bunun başlıca nedenlerinden biri, annenin bebeğin beslenmesiyle kurduğu doğrudan ilişkidir. Çünkü beslenme, bebeğin yaşaması ve büyümesi için kritik bir öneme sahiptir. Bebeğin beslenme gibi fizyolojik ihtiyaçların duyarlı bir şekilde karşılanması beraberinde bebekte güven duygusunu geliştirmektedir. Bu durum, Bowlby'nin bağlanma kuramı ve Erikson'un psikososyal gelişim kuramı çerçevesinde değerlendirildiğinde daha anlaşılır hale gelmektedir. Zira bebeklik döneminde güvenli bağlanmanın oluşması ve temel güven duygusunun kazanılması, büyük ölçüde annenin sağladığı bakım ve beslenme deneyimleriyle ilişkilidir (Handa ve Umemura, 2023). Bunun dışında geleneksel ebeveynlik rollerinin devam eden baskınlığı bakım, ilgi, sevgi gibi ihtiyaçları da anneye yüklemeye devam etmektedir (Thapa, 2023). Toplumsal cinsiyet temelli rol kuramı bağlamında anneye atfedilen bu roller, kültürel normların etkisiyle pekişmekte ve babaların katılımı artsa da bakım sorumlulukları ağırlıklı olarak anne üzerinde kalmaktadır (Yaffe, 2023). Ailenin çevre desteğinin önemini vurgulayan sosyal destek kuramı da annelerin bu sürecini açıklamada yardımcı olmaktadır (Liu vd., 2022). Günümüzde ailelerin akraba ve komşu gibi destekleyicilerden uzaklaşarak yalnızlaşması, onların uyum kapasitelerini zorlamakta, stres düzeyini arttırmakta ve annelik deneyimini güçleştirmektedir (Nowland, Thomson, McNally, Smith ve Whittaker, 2021; Snyder ve Worlton, 2021). Bu açıdan bebeklik dönemi, anne ve babanın bebeği merkeze alarak yeni bir yaşantıya geçişi anlamına gelmektedir.

Doğumdan sonraki dönem, bebeğin ilk veya sonradan doğması fark etmeksizin, annelerin uyum yeteneklerini zorlayan bir geçiş dönemidir (Aytekin, 2022; Pridham ve Chang, 1992). Geçişleri tanımlamada sıkça kullanılan teorilerden biri olan Schlossberg'in geçiş kuramı bu süreci tanımlamaktadır. Anneliğe geçiş süreci, bebeğin doğumuyla birlikte yeni rollerin ve rutinlerin benimsenmesiyle başlamakta ve nihayetinde önceki yaşam biçiminden annelik rolüne doğru duygusal ve sosyal olarak yerleşmektedir (Nelson, 2003; Townsend-Simmons, 2023). Bu geçiş, kadının doğum sonrası yaşadığı fiziksel, psikolojik, sosyal ve ilişkisel değişimleri kapsayan bir süreçtir. Bu süreçte kadın, bedenindeki değişimlere uyum sağlamakta, annelik kimliğini geliştirmekte, toplumdaki rolünü yeniden tanımlamakta ve bebeğiyle bağ kurmaktadır (Hwang, Choi ve An, 2022). Yenidoğanla tanışma bu geçişin başlangıcı sayılırken, kimlik dönüşümü, annelik rolüne güven ve iyilik hâli sürecin temel sonuçlarıdır. Bu dönemde bebeğin emzirilmesi, beslenmesi, ek gıdaya geçişi, bakımı, hastalıkları ve sağlığı ile annenin deneyim eksikliği, uykusuzluk, yorgunluk, yetersizlik, sosyal destek yetersizliği, annelik stresi, düşük özgüven annelerin en çok karşılaştığı sorunlar arasındadır (Bağcı, 2014; Barennes vd., 2009; Beydağ, 2007; Evans, Donelle ve Hume-Loveland, 2012; Sword ve Watt, 2005; Yıldız, 2008). Bunların dışında bebeklik dönemi, ebeveynlerin sadece bebek bakımıyla değil, aynı zamanda güvenli bir çevre oluşturma, bebekle sağlıklı bir iletişim kurma ve yeni rollerini benimseme gibi pek çok sorumlulukla karşılaştığı bir süreçtir. Bu dönemde ailelerin, artan duyarlılık ve uyumla birlikte, karşılarına çıkan zorluklarla baş etme becerilerini geliştirmesi önemlidir. Doğru bir destekle bu süreç, aile bağlarının güçlendiği, sevgi ve tatminin ön planda olduğu bir dönem

haline gelmektedir. Yine sorunların hâkim olduğu bu dönem ayrıca heyecanlı, ebeveynlik doyumunu sağlayıcı olması bakımından olumlu yönler de barındırmaktadır (Eşel, 2010). Ancak destek eksikliği veya uyum güçlükleri durumunda krizlerle dolu bir süreç yaşanması da mümkündür (Beydağ, 2007). Bu döneme ilişkin bilgilerin ortaya çıkarılması gerekli müdahalelerin yapılmasına zemin hazırlayabilir. Bu bilgilerin birincil kaynağı ise sürecin merkezinde yer alan annelerdir.

Alanyazın incelendiğinde annelerin bebeklik dönemine ilişkin görüşlerine yer veren çalışmaların olduğu görülmektedir. Bu çalışmalarda anne sütü (Dündar ve Özsoy, 2023; Tügdür, Öğüt, Karaman ve Günay, 2020), emzirme (Dowling ve Brown, 2013; Edwards, Cragg, Dunn, ve Peterson, 2021; Tozluoğlu ve Özkan, 2023), süttten kesme (Güleroğlu, Uludağ ve Çimke, 2023), tamamlayıcı beslenme (Matvienko-Sikar, vd., 2018; Taplak, Polat, Erdem ve Taplak, 2020; Tuncay, Efe ve Erdem, 2022;), bebek bakımında internet kullanımı (Yıldız, Sarıcı, Fidancı, Konukbay ve Akça, 2020), bebek bakım uygulamaları (Çalışkan ve Bayat, 2011; Lupton, 2011), bebek bakımında pratik uyku çözümleri (Ceylan, Yalman ve Tan, 2023) ve uygulanan geleneksel yöntemler (Arısoy, Canbulat ve Ayhan, 2014), çocuk gelişimci annelerin görüşleri (Aytekin, 2022), uyku düzeni (Okur Fatih ve Köksal Akyol, 2020), emzik kullanımı (Uludağ, 2020), teknolojik araç kullanımı (Erdoğan ve Ergenekon, 2021; Virani, Duffett-Leger ve Letourneau, 2021), ninni kullanma (Arslan Kılıçoğlu, Aral, Aysu ve Gürsoy, 2022), anneliğe geçiş (Forster, McLachlan, Rayner, Yelland, Gold, ve Rayner, 2008) ile ilgili konularda annelerin görüşleri alınmıştır. Bu çalışmaların büyük çoğunluğu erken dönem annelik ile ilgili genel deneyimlere odaklanırken; bir kısmı ise teknoloji kullanımı, uyku düzeni gibi özel bazı konuları ele almıştır. Bu çalışmalara ek olarak annelerin bebeklik dönemindeki deneyimlerine bütüncül bir bakış sunmak amacıyla bu dönemin genelini ve konu ayrımı yapmadan annelerin görüşlerini ele alan çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Ancak, annelerin bebeklik dönemine ilişkin genel deneyimlerini bir bütün olarak inceleyen ve konu sınırlaması yapmadan bu döneme dair kapsamlı bir perspektif sunan araştırmalar oldukça sınırlıdır. Bu eksiklik, annelik deneyimlerinin daha geniş bir bağlamda ele alınmasını engellemekte ve bu alanda daha bütüncül bir anlayış geliştirilmesini zorlaştırmaktadır. Annelerin bebeklik dönemindeki deneyimlerini, zorluklarını başa çıkma stratejilerini anlamaya yönelik çalışmalar, sadece akademik bilgi birikimine katkı sağlamakla kalmayıp, aynı zamanda ebeveynlere yönelik daha etkili destek sistemlerinin ve politikaların geliştirilmesine de olanak tanıyabilir. Bu bağlamda mevcut araştırmanın amacı annelerin bebeklik dönemine ilişkin deneyimlerini incelemektir. Bu nedenle annelerin bebeklik dönemi sürecinde yaşadığı güçlükler ve bu güçlükler karşısındaki çözüm yolları, bebeklik dönemi süresince kendilerini mutlu ettiğini düşündükleri ve üzüntü yaşadıkları durumlar annelerin görüşleri temel alınarak irdelenmektedir.

2. Yöntem

2.1. Araştırmanın Yöntemi

Bu araştırma nitel yöntemde gerçekleştirilmiştir. Araştırmada katılımcıların oluşturulması, veri toplama ve veri analizleri nitel araştırma yöntemine uygun biçimde yapılmıştır. Nitel araştırmalar, bireylerin deneyimlerini, algılarını ve anlamlandırma süreçlerini doğal ortamlarında derinlemesine inceleyerek sosyal olgulara ilişkin bütüncül ve bağlamsal bir anlayış geliştirmeyi amaçlamaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2021). Bu çalışmanın yapısına uygun olarak nitel yöntem desenlerinden biri olan durum çalışması yaklaşımı kullanılmıştır. Durum çalışması; bir olay veya durumun gözlem, görüşme, doküman vb. veri toplama araçları ile sistematik yollarla ele

alınmasıdır (Subaşı ve Okumuş, 2017). Annelerin erken yıllarda bebekleriyle ilgili yaşantıları görüşme yöntemiyle ele alındığı için nitel araştırma yöntemlerinden durum çalışması kullanılmıştır.

2.2. Çalışma Grubu

Nitel çalışmalarda, çalışma grubunun belirlenmesinde daha çok amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmaktadır. Amaçlı örnekleme yönteminde, sınırlı kaynakların en etkin şekilde kullanımı için çalışılan konuda bilgi ve deneyimleri olan kişilerin seçilmesi söz konusudur (Yağar ve Dökme, 2018). Bu çalışmada da çalışma grubunun belirlenmesinde amaçlı örnekleme yöntemlerinden kriter örnekleme tekniği kullanılmıştır. Araştırma annelerin bebeklik dönemi deneyimlerini ele aldığı için; 24-36 ay aralığında çocuğa sahip olma, anneliğin ilk iki yılını tamamlamış olma ve Muş il merkezinde ikamet etme koşulları araştırma kriterleri olarak belirlenmiş; bu kriterleri karşılayan 51 anne çalışma grubuna dahil edilmiştir. Nitel araştırmalarda doygunluğa önem verilmektedir ve bu kapsamda herhangi bir farklı veri elde edilmeyene kadar araştırmanın devam ettirilmesi söz konusudur (Yağar ve Dökme, 2018). Bu nedenle araştırmada katılımcı sayısının belirlenmesinde verilerin doygunluğa ulaşması esas alınmıştır. Bu doğrultuda çalışma grubundaki annelerin; 19'u 21-30 yaş arasında, 18'i 31-40 yaş arasında, 14'ü de 41-50 yaş aralığındadır. Öğrenim durumlarına göre annelerin 10'u ilköğretim, 5'ü ortaokul, 7'si lise, 5'li ön lisans ve 18'si lisans, 2'si lisansüstü mezunu iken 5'i okula gitmemiştir. Mesleklerine göre annelerin 28'i ev hanımı iken, 7'si öğretmen, 2'si esnaf, 14'ü de memur olarak çalışmaktadır. Ailelerin 15'i tek çocuklu, 17'si iki çocuklu, 9'u üç çocuklu, 4'ü dört çocuklu, 3'ü beş çocuklu, 1'i altı çocuklu ve 2'si sekiz çocukludur.

2.3. Verilerin Toplanması

Araştırmanın verileri yarı yapılandırılmış görüşme formu aracılığıyla elde edilmiştir. Görüşme formu, çocuk gelişimi ve okul öncesi eğitimi alanında uzmanlığa sahip, bebeklik dönemi ile ilgili çalışmaları olan üç uzmanın görüşüne sunulmuştur. Alan uzmanlarının görüşleri doğrultusunda görüşme formunda düzeltmeler yapılmıştır. İlgili formun son hali, araştırmacılar tarafından araştırmaya dâhil edilmeyen üç anneye sorularak görüşme formunun anlaşılabilirliği test edilmiştir. Bu pilot uygulama sonrasında görüşme formu uygulamaya hazır hale getirilmiştir. Yarı yapılandırılmış görüşme formu iki kısımdan oluşmakta olup; ilk kısımda annelerin yaşı, öğrenim durumu, meslekleri ve çocuk sayılarına ilişkin demografik bilgiler yer almaktadır. İkinci kısımda ise, annelerin bebeklerinin bebeklik yıllarına ilişkin deneyimlerini ele almaya yönelik sorular bulunmaktadır. Araştırma soruları aşağıda sunulmuştur.

1. Çocuğunuz büyürken bebeklik döneminde en çok zorlandığınız konu ya da durumlar nelerdir?
2. Çocuğunuzun bebeklik döneminde yaşadığınız zorluklara ne gibi çözümler getirdiniz, bu zorlukları nasıl aştığınızdan biraz bahsedebilir misiniz?
3. Bebeklik dönemine dair geriye dönüp baktığınızda, pişmanlık duyduğunuz ya da 'keşke farklı yapsaydım' dediğiniz durumlar nelerdir?
4. Bebeklik döneminde sizi en çok mutlu eden, 'iyi ki böyle olmuş' ya da 'iyi ki böyle yapmışım' dediğiniz deneyimler nelerdir?

Söz konusu araştırma için öncelikle, X üniversitesinin 189780 sayılı kararı ile Etik Kurulundan izin alınmış ve çalışma etik açıdan uygun bulunmuştur. Sonrasında, il merkezinde yer alan

kreşler aracılığıyla çalışmanın kriterlerine uygun ve araştırmacılar tarafından ulaşılabilen kaynak annelere telefon aracılığıyla iletişim kurularak çalışmanın içeriği detaylı olarak açıklanmış ve çalışmaya katılım konusunda gönüllü olup olmayacakları sorulmuştur. Çalışmaya katılım konusunda gönüllü olan annelerle zaman planlaması yapılmıştır. Görüşülen annelere çevrelerinde bulunan ve araştırmanın kriterlerine uygun başka annelere de ulaşarak araştırmaya yönlendirmeleri rica edilmiştir. Annelerle yapılan telefon görüşmeleri 5-10 dakika arasında sürmüştür. Kararlaştırılan tarih ve saatlerde araştırmacıların ev ziyaretleri ile annelerle karşılıklı görüşmeler yoluyla veriler toplanmıştır. Yüz yüze görüşmeler 30-45 dakika arasında zaman almıştır. Ses kaydı başlatılmadan önce gizlilik esasları katılımcılarla paylaşılmıştır. Görüşmeler sırasında anneleri yönlendirmemek adına yorumlardan kaçınılmış ve annelere rahat hissetmeleri amacıyla süre esnekliği sağlanmıştır.

2.4. Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında elde edilen veriler, içerik analizi yöntemiyle çözümlenmiştir. Analiz sürecinde bilgisayar destekli nitel veri analiz programı kullanılmamış, veriler araştırmacı tarafından manuel olarak analiz edilmiştir. Nitel araştırmaların veri analizleri, elde edilen verinin yazıya geçirilerek hazırlanması, verilerin içselleştirilerek kodlanması, kategorilerin oluşturulması ve nihayetinde verilerin anlamlı bir şekilde bir araya getirilerek temaların oluşturulması süreçlerini içerir (Creswell, 2007). Bu kapsamda elde edilen ses kayıtları araştırmacılar tarafından dinlenmiş ve yazıya dökülmüştür. Annelerin sorulara verdiği cevaplar okunarak sınıflandırılmış ve böylece kod kategori ve temalar oluşturulmuştur. Analizlerde nitel açıklamalara ağırlık verilmiş ek olarak kod kategori ve temaların frekans ve yüzdeleri belirtilmiştir. Araştırmanın iç geçerliliğini sağlamak amacıyla yüz yüze yapılan görüşmelerde ses kaydı alınarak veri kaybı riski en aza indirilmiştir. Veriler iki farklı araştırmacı tarafından analiz edilmiştir. Veri analiz sürecinde iki araştırmacı tarafından bağımsız olarak yapılan kodlama ve temalaştırma işlemleri sonucunda ortaya çıkan bulgular karşılaştırılmıştır. Kodlar ve temalar arasında tam uyum sağlanamayan durumlarda, araştırmacılar bir araya gelerek ilgili veriler üzerinde yeniden değerlendirme yapmış ve fikir birliği sağlanıncaya kadar tartışarak ortak bir karara varmışlardır. Bu süreç, kodlayıcılar arası tutarlılığı ve iç güvenilirliği artırmak amacıyla yürütülmüştür. Ayrıca bulgular kısmında katılımcı annelerin isimleri gizli tutularak annelerin ifadelerinden direkt alıntılara yer verilmiştir. Bu ifadeler katılımcılara sırasıyla numara verilerek; A1, A2, A3....A51 şeklinde kodlanarak bulgular yorumlanmıştır. Araştırmanın dış güvenilirliğini sağlamak amacıyla çalışma süreci ayrıntılı olarak açıklanmış; katılımcı özellikleri, veri toplama süreci ve analiz adımları şeffaf bir şekilde sunulmuştur.

3. Bulgular

Annelerin bebeklik dönemine ilişkin görüşleri; annenin ebeveynliğine ilişkin yaşadığı sorunlar, bebeğin gelişimsel olarak yaşadığı problemlerden kaynaklı annenin yaşadığı sorunlar, annelerin çözüm yaklaşımları, mutlu olduğu durumlar ve pişman oldukları durumlar olarak beş farklı başlık altında ele alınmıştır. Annelerin bebeklik döneminde karşılaştıkları sorunlara ilişkin görüşleri Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1: Annelerin Yaşanılan Sorunlara İlişkin Görüşlerinin Frekans Dağılımı

Tema	f	Kategori	f	Kod	f
Anneliğe Özgü Güçlükler	55	Bilgi/beceri eksikliği	26	Beslenmede zorluk yaşama	21
				Tuvalet eğitimi vermede zorlanma	3
				Bebek davranışlarını yorumlamada güçlük yaşama	2
		Fizyolojik sorunlar	12	Uykusuz kalma	9
				Annenin kendi beslenmesinde zorluk yaşaması	3
		Sosyal destek yetersizliği	8	Baba desteğinin olmaması	3
				Bakıcı bulamama	3
				Diğer yetişkin bireylerin desteğini alamama	2
		Bebegin davranışlarından duyulan öznel rahatsızlık	5	Bebegin hareketli olmasından rahatsız olma	2
				Ağlama sesinden rahatsız olma	1
Bebegin dışarıya alışmasından rahatsız olma	1				
Annelik stresi	4	Bebeğe yeterince zaman ayıramama	3		
		Yetersizlik hissi yaşama	1		
Bebeğe yönelik sorunlar	20	Fizyolojik sorunlar	10	Gaz sancısı çekme	5
				Diş çıkarma	3
				Hastalanma	1
				Kabızlık yaşama	1
		Biyolojik ritmin oluşmaması	8	Uyumama	6
				Sürekli Ağlama	2
		Davranış problemleri	2	Parmak emme	1
İnatlaşma	1				

Tablo 1’de annelerin bebeklik döneminde yaşanan sorunlara ilişkin görüşleri *anneye özgü güçlükler* ve *çocuğa yönelik sorunlar* olarak iki ayrı temada ele alındığı görülmektedir. Her iki sorun türü birbiriyle bağlantılı olmakla beraber anneye yönelik sorunlar annenin bebekle ilgili hissettiği ve yaşadığı ebeveynliğe ilişkin sorunları ifade ederken; çocuğa yönelik sorunlar doğrudan çocuğun kendisiyle yaşamış olduğu gelişimle ilgili sorunları içermektedir. Annenin öncelikle ebeveynliğe ilişkin bilgi ve beceri eksikliği konusunda sorunlar yaşamaktadır. Bunu ise sırasıyla fizyolojik sorunlar, sosyal destek yetersizliği, bebeğin davranışlarından duyulan öznel rahatsızlık, annelik stresi takip etmektedir. Bilgi/beceri eksikliği; ek gıdaya geçiş, emzik kullanmama, emzirememe, süttten kesme gibi beslenmede zorluk yaşama, tuvalet eğitimi vermede zorlanma, bebek davranışlarını yorumlamada güçlük yaşamayı kapsamaktadır. Fizyolojik sorunlar; uykusuz kalma ve annenin kendi beslenmesinde zorluk yaşamasını içermektedir. Sosyal destek yetersizliği baba, bakıcı ve diğer yetişkin bireylerin desteğini alamamayı; bebeğin davranışlarından duyulan öznel rahatsızlık bebeğin hareketli olması, ağlama sesi, bebeğin sürekli dışarıyı istemesi ve bebeğin geç konuşmasından rahatsız olmayı; annelik stresi ise bebeğe yeterince zaman ayıramamayı ve genel yetersizlik hissi yaşamayı içermektedir. Bebeğe yönelik sorunlar ise gaz sancısı çekme, diş çıkarma, hastalanma, kabızlık yaşama gibi fizyolojik sorunları; uyumama ve sürekli ağlama gibi biyolojik ritmin oluşmamasını ve parmak emme ve inatlaşma gibi davranış problemlerini içermektedir. Annelerin, kendi ebeveynliklerine ilişkin yaşadıkları sorunlarla ilgili olarak doğrudan ifadeleri şu şekildedir;

Anneler bebeklik döneminde bilgi beceri eksikliği konusunda sorunlar yaşamışlardır. Bu konuda bir anne tuvalet eğitiminde sorun yaşadığını aşağıdaki şekilde ifade etmiştir.

“Çocuklarımın bebeklik döneminde genel anlamda en zorlandığım konu, tuvalet eğitimiydi. Bu dönemde özellikle ikinci çocuğumu tuvalet eğitimine alıştırmakta oldukça zorlandım.

Tuvalete götürdüğümde bazen inat edip, gitmek istemiyordu. Bu noktada verdiğim tepkiler bazen onda ters tepebiliyordu. Bu hususta zorlandığımı söyleyebilirim.” (A23)

Fizyolojik sorunlar konusunda bir anne beslenme konusunda sorunlar yaşadığını ifade etmiştir.

“Bebeğimin beslenmesinin doğru olması ve sütünü içip gazlanması için beslenmeme çok dikkat etmem gerekiyordu. Bu konuda oldukça zorlandım.” (A29)

Anneler baba, bakıcı ve diğer yetişkin bireylerin desteğini yeterince alamamışlardır. Sosyal destek konusunda sorun yaşayan bir anne bu durumu şu şekilde anlatmıştır.

“Çalışan bir anne olarak en zorlandığım konu bakıcı konusu idi. Hayat şartları gereği çalışmak zorundayız ama bebeğimde aklım kalıyordu. İyi bir bakıcı bulmak ve bakıcının sürekli devam edememesi beni en yoran kısım oldu, sürekli yeni birilerine alışmak ve onun da alışması için çabalamak yorucuydu, bu dönemde gurbetliğimi çok fazla hissettim.” (A44)

Bir anne çocuklarının davranışlarından duyduğu öznel rahatsızlığını belirtmiştir.

“.....ağlamaları ile çıkardıkları yüksek ses tonundan dolayısıyla yaşanan yaşadığım sıkıntılar çok zordu.” (A9)

Annelik stresi konusunda bir anne aşağıdaki ifadeleri kullanmıştır.

“ ...bazen niçin ağladığını anlamamam kendimi çok çaresiz hissettiriyordu” (A42)

Annelerin, bebeklerine yönelik yaşadıkları sorunlardan bebeğin fizyolojik sorunları bağlamında gaz sancılarını bir anne şu şekilde belirtmiştir.

“Öncelikle bebeklik döneminde en çok zorlandığım konu gaz sancıları idi. Çeşitli bitki çayları içmeme, yediklerime ve içtiklerime dikkat etmeme rağmen gaz sancıları bir türlü son bulmadı.” (A1).

Biyolojik ritmin oluşmaması bağlamında bir anne çocuğunun uyumadığını uyusa dahi sürekli uyandığını ifade etmiştir.

“Geceleri uyku diye bir şeyimiz kalmadı. Uykusuzluktan gözleri kan çanağına dönüyor, uyusa bile en ufak seste uyanıp ağlıyor. Ne yapsam bu düzeni kuramıyorum.” (A17).

Çocuğunun davranış problemleri açısından bir anne aşağıdaki ifadeleri belirtmiştir.

“Bebeklik döneminde en zorlandığım konu, küçük kızımın parmak emme davranışını sürdürmesi oldu. Bu alışkanlığı zamanla tekrar etmeye başladı. Uyurken, oyuncaklarıyla oynarken sürekli parmak emme davranışını gösteriyordu.” (A30)

Genel olarak değerlendirildiğinde, annelerin bebeklik döneminde yaşadıkları güçlüklerin hem kendilerine özgü faktörlerden hem de doğrudan çocuğun gelişimsel süreçlerinden kaynaklandığı görülmektedir. Annelerin bilgi ve beceri eksiklikleri, fizyolojik yorgunlukları, sosyal destekten yoksun kalmaları ve ebeveynlik rollerine ilişkin yaşadıkları stres, süreci zorlaştıran başlıca etkenlerdir. Öte yandan, bebeğe özgü fizyolojik rahatsızlıklar, biyolojik ritim düzensizlikleri ve davranışsal sorunlar da annelerin günlük yaşamını doğrudan etkileyerek ebeveynlik deneyimini güçleştirmektedir. Bu durum, ebeveynlik sürecinde bireysel yeterliliklerin, sosyal destek ağlarının ve çocuğun gelişimsel özelliklerinin birbirini tamamlayan ve aynı zamanda zorlayıcı boyutlar oluşturduğunu ortaya koymaktadır. Annelerin karşılaştıkları sorunlara ilişkin buldukları çözüm önerileri Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2. Annelerin Karşılaştıkları Sorunlarla Başa Çıkma Stratejilere İlişkin Görüşlerinin Dağılımı

Tema	f	Kategori	f	Kod	f
Başa çıkma stratejileri	86	Uygun tutum ve davranış geliştirme	37	Ek gıdaya geçme	9
				Davranış yönetim tekniklerini uygulama	7
				Kendi davranışlarını düzenleme	6
				Oyunsu süreçleri kullanma	4
				Uyku saati düzenleme	3
				Deneyim kazanma	3
				Zengin uyarıcı ortam sağlama	3
				Araştırma yapma	2
				Sosyal destek alma	22
		Paylaşımlı/işbirlikçi ebeveynliği sağlama	7		
		İlaç kullanma	3		
		Uzman desteği alma	21	Alternatif çözümlere başvurma	9
				Sağlık kontrolünü sağlama	9
		Pasif baş etme stratejisi uygulama	6	Zamana bırakma	3
				Kendiliğinden geçmesini bekleme	3

Tablo 2’de annelerin yaşadıkları sorunlara ilişkin uyguladıkları çözümler gösterilmektedir. Annelerin buldukları çözüm yolları tutum ve davranış geliştirme, sosyal destek alma, uzman desteği alma ile pasif baş etme stratejileridir. Anneler ek gıdaya geçiş, deneyim kazanma, kendini davranışlarını düzenleme, zengin uyarıcı ortam sağlama, uyku saatlerini düzenleme, davranış yönetim teknikleri geliştirme, araştırma yapma ve oyunu kullanma konularında tutum ve davranış geliştirerek sorunlarını çözmeye çalışmışlardır. Babalardan ve çekirdek aile dışındaki diğer bireylerden sosyal destek almışlardır. İlaç kullanımı, alternatif yöntemler ve sağlık kontrolü konularında uzman desteğine başvurmuşlardır. Bazı durumlarda ise zamana bırakma ve kendiliğinden geçmesini bekleme gibi pasif baş etme stratejisi uygulamışlardır.

Annelerin yaşadıkları sorunlara ilişkin çözüm yolları ile ilgili ifadeleri kategorilere göre sırayla belirtilmiştir. Anneler sorunlara öncelikle uygun tutum ve davranışlar geliştirdiğini ifade etmişlerdir. Bu açıdan bir anne aşağıdaki ifadeleri kullanmıştır.

“Ciddi bir sabır gerektiğini düşünüp bugünlerin geçeceğini söylüyordum kendime, beynime sürekli geçte olsa uyuyacak sende dinleneceksin sabır sabır sabır deyip duruyordum. Geçti çok şükür, 9. aya geldiğinde gündüz uykusunu yavaş yavaş tek uykuya düşürdüm saat 16’dan sonra yatırmadım saat 19 ve 20 arası uyutmaya başladım. Böyle böyle bir düzen kurdum.” (A12)

Anneler sosyal destek alarak karşılaştıkları sorunları çözmüşlerdir. Bir anne bu durumu şöyle açıklamışlardır.

“Gece uyanma problemine eşimle dönüşümlü kalkarak çözüm getirdik.” (A9)

Uzman desteği alma açısından anneler doktorların önerdiği ilaçları kullandıklarını, rezene çayı gibi alternatif yöntemler kullandıklarını dile getirmişlerdir.

“Gaz sancıları konusunda doktorunuzun önerdiği ilaçları kullandık. Annemin daha sonradan itiraf ettiğine göre benim haberim ve iznim olmadan gaz sancılarının son bulması için bebeğime şekerli su da verdiklerini öğrendim. Maalesef bu tür uygulamaların önüne

geçilmiyor. Rezene çayı gibi kimyon gibi alternatif yöntemleri de denedim. Çok su tükettim ve yediklerimin gaz yapan yiyecekler olmamasına özen gösterdim. Ve o istediği zaman sancıları son buldu.” (A2)

Bazı anneler ise karşılaştıkları problemleri zamana bıraktıklarını ve kendiliğinden geçmesini beklediklerini ve o an çözüm bulamadıklarını ifade etmişlerdir.

“...Yaşadığım zorluklara çoğu zaman çözüm getiremiyordum.” (A39)

Genel olarak değerlendirildiğinde, annelerin bebeklik döneminde yaşadıkları sorunlarla başa çıkarken farklı yollar denedikleri görülmektedir. Çoğu anne sabır geliştirme, uyku düzeni kurma, araştırma yapma gibi tutum ve davranış değişiklikleriyle aktif stratejiler kullanmıştır. Bunun yanında eş ve aile desteği almış, doktor ve alternatif yöntemlere başvurmuştur. Bazı anneler ise sorunların zamanla geçeceğini düşünerek pasif bir yaklaşım sergilemiştir. Bu durum, annelerin ebeveynlik sürecinde aktif çaba, sosyal destek ve uzman desteğini farklı biçimlerde birleştirdiklerini göstermektedir. Annelerin bebeklik döneminde mutlu oldukları durumlara ilişkin bulgular Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 3. Annelerin Mutlu Oldukları Durumlara İlişkin Görüşlerinin Frekans Dağılımı

Tema	f	Kategori	f	Kod	f	
Mutlu eden durumlar/ İyi kiler	53	Annelik doyumunu yaşama	23	Çocuğun varlığından mutlu olma	8	
				Çocuğun sağlıklı olması	7	
				Bakış açısı kazanma	4	
				Sabrı ve sevgiyi öğrenme	2	
				Sorumluluk kazanma	1	
				Bebekli aileler statüsüne geçiş	1	
		Gelişimsel destek sağlama	25		Zaman ayırma	8
					Uygun ortam sağlama	6
					Doğru tutuma sahip olma	5
					Oyun oynama	3
					Araştırma yapma	2
		Önlem alma	5		Rol model olma	1
					Güvenliği sağlama	3
				Erken müdahale etme	2	

Tablo 3’te anneleri bebeklik döneminde mutlu oldukları durumlara ilişkin görüşleri incelenmiştir. Anneler annelik doyumunu yaşama, bebeklerine yönelik gelişimsel destek sağlama ve sorunlara karşı önlem alma durumlarından mutlu olmuşlardır. Annelik doyumunu sağlayıcı durumların içerisinde çocuğun varlığı, sorumluluk kazanma, bakış açısı kazanma, sabrı, sevgiyi öğrenme ve çocuğun sağlıklı olması yer alırken diğer mutluluk verici unsurlardan olan çocuğa gelişimsel destek sağlama kategorisinin zaman ayırma, doğru tutuma sahip olma, uygun ortam sağlama, rol model olma, oyun oynama, araştırma yapmadan oluştuğu görülmektedir. Anneler ayrıca çocuğa yönelik bazı durumlarda erken müdahale ederek ve güvenliği sağlayıp önlem almalarının kendilerini mutlu ettiklerini ifade etmişlerdir.

Annelerin mutlu oldukları durumlardan annelik doyumunu yaşama konusunda anneler aşağıdaki ifadeleri kullanmışlardır.

“Sanırım bu durumlar saymakla bitmez. Geceleri ağlarken çıkardığı tiz çığlıklar, ilk anne deyişi, ilk adım atışı, ek gıdaya ilk geçiş, uyurken ki o masum hal, duvarlarımı klasik müzik eşliğinde bir sanatçı edası ile boyayışı, sarıldığında adeta bir şarj cihazı gibi dünyanın tüm

pozitif enerjisini size yükleyişi, onunla birlikte bebekli aileler statüsüne geçiş, bazılarını anlayamadığım çocukça söyleyiş, temizlik yaparken süpürgeyi alıp bana yardım etmek istemesi gibi onunla paylaştığım her an benim için çok kıymetli ve bulunmaz. Biliyorum ki hiçbir zaman tekrar içinde bulunduğum bu anı bu saniyeyi bir daha yaşayamayacağım.” (A4)

“Çocuğun varlığı her şeyin üstündedir beni mutlu eder.”(A49)

Bebeğine gelişimsel destek sağladıkları için anneler mutlu olmuşlardır. Bir anne bu şu şekilde ifade etmiştir.

“Çocuğumu beslediğim zamanlardaki yüzündeki memnuniyet ifadesi sanırım beni en çok mutlu eden durum bu, bir de gaz problemini çözdüğüm zamanlardaki rahatlaması bu beni mutlu ediyordu.”(A20)

Bebeklik döneminde var olan olumsuz koşullara yönelik önlemler almak anneleri mutlu etmiştir. Bu açıdan bir anne aşağıdaki ifadeleri kullanmıştır.

“Çocuğumun geç konuşması beni başlarda çok korkuttu en büyük korkularımdan biri buydu. Çocuğumun iyi ki bu durumu erken fark edip erken müdahale edebildik” (A33)

Bu bulgular ve ifadeler genel olarak ele alındığında, annelerin bebeklik döneminde en çok annelik doyumu yaşadıkları anlarda, çocuklarına gelişimsel destek verdiklerinde ve sorunlara karşı önlem alabildiklerinde mutlu oldukları görülmektedir. Çocuğun varlığı, sağlıklı büyümesi, sorumluluk ve bakış açısı kazandırması annelere güçlü bir doyum sağlamıştır. Ayrıca zaman ayırma, oyun oynama, doğru tutum sergileme ve rol model olma gibi gelişimsel destekler anneler için mutluluk kaynağı olmuştur. Bunun yanında, olumsuz durumlara erken müdahale ederek çocuğun güvenliğini sağlamak da annelere huzur ve mutluluk vermiştir. Bu bulgular, annelerin mutluluğunun hem çocukla geçirilen özel anlardan hem de ebeveynlik rollerini bilinçli şekilde yerine getirmekten beslendiğini göstermektedir. Annelerin bebeklik döneminde pişman oldukları durumlara ilişkin görüşlerinin analiz sonuçları Tablo 4’te sunulmuştur.

Tablo 4. Annelerin bebeklik dönemi sürecinde pişman oldukları durumlara ilişkin görüşlerinin frekans

Tema	f	Kategori	f	Kod	f
Keşkeler/ Pişmanlıklar	54	Öz düzenleme becerilerinde güçlükler	24	İşten dolayı bebekle zaman geçiremememe	7
				Destek almamak	6
				Karar verici olamamak	4
				Aşırı yorgun olmak	4
				Duygusal dalgalanmalar yaşamak	3
		Ebeveynlikte bilgi ve tutum yetersizliği	25	Yanlış tutum sergileme	13
				Durumlar karşısında bilgisiz kalmak	4
				Bebeğin hastalıklarını bilmemek	3
				Yeterince okuma yapamamak	5
		Aile planlaması yapmamak	5	Plansız gebelik	3
Erken yaşta annelik	2				

Tablo 4’te annelerin öz değerlendirme yaparak kendilerini eleştirdikleri konuları ve pişmanlıkları içermektedir. Bu bağlamda anneler; öz düzenleme becerilerinde güçlükler, ebeveynlikte bilgi ve tutum yetersizliği ve aile planlaması yapmama konularında pişmanlıklar yaşadığı görülmektedir. Anneler işten dolayı bebekle zaman geçiremememe, destek almama karar verici olamama, aşırı yorgun olma ve duygusal dalgalanmalar yaşama konusunda öz düzenleme yapamadıklarını ifade etmişlerdir. Ebeveynlikte bilgi ve tutum yetersizliği ise bebekle ilgili durumlarda yanlış tutum sergileme, durumlar karşısında bilgisiz kalmak, bebeğin

hastalıklarını bilmeme ve bebeğin gelişimi hakkında yeterince okuma yapmamayı içermektedir. Ayrıca anneler plansız gebelik ve erken yaşta annelik konularında aile planlamasına yönelik pişmanlıklarını dile getirmişlerdir.

Annelerin pişman oldukları durumların başında öz düzenleme becerilerindeki güçlükler gelmektedir. Bu konuda bir anne şu ifadeleri kullanmıştır.

“Bebeğimle ilgili onun varlığıyla her zaman mutlu oldum; ancak kendimle ilgili keşkem elbette ki var. Bazen geçirdiğimiz zamanların kıymetini bilmeden öylesine yaşıyoruz, pişmanlığım da bu noktada. Keşke onun dünyasına daha indiğim, daha verimli vakit geçirseydik diye içimden geçirdiğim zamanlar olmuştur.” (A26)

Anneler bebeklik döneminde ebeveynlikle ilgili bilgi ve tutum yetersizliği yaşamışlardır. Bu yetersizliğin annelerin pişmanlıkları arasında olduğu görülmüştür. Bu konuda anneler şu ifadeleri kullanmıştır.

“Keşke disiplinli olayım derken fazla baskıcı bir tutum göstermeseydim diyorum şu an. O dönemde bunların farkında olunmuyor ancak sonradan bu zamanların geri gelmeyeceğini düşünerek geçmişte gösterdiğiniz davranışlar anlamsız geliyor.” (A22)

“Bebeklik dönemindeyken kirlenmesin ya da hijyenik ortamda oynasın diye onu çok kısıtlandığımı düşünüyorum. Şimdi keşke öyle yapmasaydım, keşke istediği şekilde oynamasına izin verseydim diyorum” (A30)

Annelerin bir kısmı aile planlaması yapmadıklarından dolayı pişman olduklarını ifade etmişlerdir. Bir anne bu durumu aşağıdaki ifadelerle dile getirmiştir.

“Keşke çocuk sahibi olmak için yaşımın biraz daha olgunlaşmasını bekleseydim. Çok küçük yaşta anne oldum.” (A34)

Annelerin pişman oldukları durumlara ilişkin bulgular genel olarak değerlendirildiğinde, annelerin öz değerlendirmelerinde en çok öz düzenleme becerilerindeki güçlükler, ebeveynlikte bilgi ve tutum yetersizlikleri ve aile planlaması yapmama konularında pişmanlık yaşadıkları görülmektedir. İş yoğunluğu, yorgunluk ve duygusal dalgalanmalar nedeniyle bebekle yeterince kaliteli vakit geçirememeye annelerin öne çıkan pişmanlıkları arasındadır. Ayrıca, ebeveynlik sürecinde yanlış tutum sergileme, çocuğun gelişimine dair yeterince bilgi edinmeme ve aşırı korumacı davranma gibi durumlar da anneler tarafından geriye dönük olarak eleştirilmiştir. Bunun yanında, plansız gebelikler ve erken yaşta annelik de annelerin dile getirdiği önemli pişmanlık alanlarıdır. Bu bulgular, annelerin ebeveynlik deneyimlerini değerlendirirken hem bireysel hem de yapısal yetersizlikleri sorguladıklarını ve geçmişe yönelik “keşke” ifadeleriyle bu durumları anlamlandırdıklarını göstermektedir.

4. Sonuç ve Tartışma

Bu araştırmada annelerin bebeklik dönemine ilişkin deneyimleri; bebeklik döneminde karşılaştıkları sorunlar, bu sorunlara buldukları çözüm önerileri ile mutlu ve pişman oldukları durumlar bağlamında ele alınmıştır. Bulgular anneliğe uyum sürecinin karmaşık ve çok boyutlu bir süreç olduğunu göstermiştir. Aşağıda ortaya çıkan sonuçlara ilişkin tartışmaya yer verilmiştir.

Araştırmada annelerin bebeklik döneminde kendisinin yaşadığı sorunların beslenme, tuvalet ve uyku konularındaki bilgi ve beceri eksikliği, fizyolojik sorunlar, sosyal desteğin yetersizliği, bebeğin davranışından duyulan öznel rahatsızlık, annelik stresi olduğu ve bu sorunların çoğunlukla annenin yeni duruma uyum sürecine yansıtıldığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu süreçte anne, çocuğu merkeze alarak yeni ve zorlu bir dönem yaşamaktadır. Bu dönem annenin bilişsel,

duygusal ve davranışsal kaynaklarını zorlamakta ve sosyal destek sistemlerinin eksikliği ile daha da güçleşmektedir. Beslenme uyku ve tuvalet eğitimi gibi sorunlar, bebeklerin erken dönem gelişiminin merkezi bir alanını temsil etmekte ve alan yazında sıklıkla vurgulanmaktadır (Dündar ve Özsoy, 2023; Dowling ve Brown, 2013; Edwards, Cragg, Dunn ve Peterson, 2021; Güleroğlu, Uludağ ve Çimke, 2023; Matvienko-Sikar vd., 2018; Taplak, Polat, Erdem ve Taplak, 2020; Tuncay, Efe ve Erdem, 2022; Tozluoğlu ve Özkan, 2023; Tügdür, Öğüt, Karaman ve Günay, 2020). Bu durum, annenin stres düzeyini ve başa çıkma kapasitesini etkileyerek Lazarus ve Folkman'ın stres ve başa çıkma kuramı açısından annenin adaptasyon sürecini doğrudan şekillendirmektedir (Dharanidharan ve Kuruveettissery, 2025). Bebeklik döneminde sorunlarla başa çıkmak için sadece yeni bilgi ve becerilerin gelişmesi yetmemektedir. Yine annenin uyku sorunları ve beslenme düzeninin değişmesi gibi fizyolojik durumlarda bu dönemin önemli konuları arasındadır. Sosyal desteğin olmaması; annenin ihtiyaç halinde baba, bakıcı ve diğer yetişkin bireylerden destek alamayarak yalnız kaldığını göstermektedir. Ekolojik sistemler kuramı çerçevesinde, annenin mesosistem ve ekzosistem düzeyindeki destek eksikliği hem annenin psikolojik iyi oluşunu hem de bebek bakım kalitesini etkilemektedir. Bu durum, çekirdek aile yapısının yaygınlaşması ve geleneksel rollerin değişimi ile açıklanabilir. Alan yazında annelerin deneyim aktarımlarındaki kesintiler ve dijital ortamda bilgi arayışları bu bağlamda yorumlanabilir (Erdoğan ve Ergenekon, 2021; Virani, Duffett-Leger ve Letourneau, 2021). Annelik stresi, annenin adaptasyon sürecindeki bilişsel ve duygusal yükü artırmaktadır. Bulgular, annelik adaptasyonunun çok boyutlu (psikolojik, ilişkisel, bilişsel ve davranışsal) bir süreç olduğunu desteklemektedir (McHale, Kazali, Rotman, Talbot, Carleton ve Lieberon, 2004). Bu açıdan ebeveynliğin, aynı türe ait farklı nesiller arasında yaşam boyu devam eden davranış örüntülerini kapsayan bir olgu olduğu görülmektedir. Bu ebeveynliğin yalnızca çocuğa yiyecek ve güvenlik sağlamakla sınırlı kalmayıp; aynı zamanda biyolojik, psikolojik ve sosyal boyutları olan çok katmanlı bir süreç olduğuna vurgu yapmaktadır (Kyriazos ve Stalikas, 2018). Annelik stresi ve sosyal destek eksikliği, annenin deneyim kazanma ve uygun tutum geliştirme süreçlerini hızlandırıcı veya yavaşlatıcı etkiler gösterebilir. Dolayısıyla, annelerin çevresel koşullarını iyileştirmek ve sosyal destek sağlamak hem annenin hem de bebeğin gelişimi açısından kritik bir öneme sahiptir.

Annelerin bebeğe yönelik olarak fizyolojik, biyolojik ve davranışsal sorunları ifade ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu sorunlar, erken dönemdeki bebek bakımının hem fizyolojik hem de duygusal boyutunu vurgulamaktadır. Fizyolojik sorunlardan olan sık uyanma, ağlama, gaz sancısı, diş çıkarma, kabızlık gibi durumlar annenin bilişsel ve duygusal kaynaklarını zorlamaktadır. Bu durum, annelik adaptasyonu sürecinde doğal bir stres kaynağı olarak işlev görmektedir. Davranışsal sorunlar ise inatlaşma, parmak emme, uyumsuz davranışları kapsamakta ve bebeğin mizacı ile annenin tutumları arasındaki etkileşim üzerinde önemli bir rol oynamaktadır. Bowlby'nin bağlanma teorisi çerçevesinde, anne-bebek etkileşimi, bebekte güvenli bağlanmanın oluşumunu ve annenin psikolojik adaptasyonunu etkilemektedir. Bu bulgular, bebeklik döneminin sadece fiziksel bakım değil, aynı zamanda annenin duygusal ve bilişsel uyumunu da kapsayan çok boyutlu bir süreç olduğunu ortaya koymaktadır (Başaran, 2022; Caner, 2016; Song ve Park, 2010). Bu bulgular alan yazında ifade edilen bir kadının anne olmasıyla birlikte gerçekleşen uyum sürecinin oldukça zorlu ve karmaşık bir süreç olarak tanımlanmasıyla uyumlanmaktadır ve bu süreçte bebeğin rolünü vurgulamaktadır. Fiziksel sorunların ön planda olması ise bebeklerin gelişim özelliklerine ek olarak Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi ile de açıklanabilir. Bu hiyerarşide uyku, sağlık ve beslenme gibi temel ihtiyaçlar

önemli bir yer almaktadır. Bunlar yaşamın sağlıklı bir şekilde sürdürülmesi için temel ihtiyaçlardır (Avcı ve Kayıran, 2023).

Annelerin bebeklik döneminde karşılaştıkları sorunları uygun tutum ve davranış geliştirme, sosyal destek alma, uzman desteği alma ve pasif baş etme stratejisi ile çözdükleri tespit edilmiştir. Aile üyelerinden, arkadaşlardan ve uzmanlardan alınan destek, annenin duygusal ve bilişsel yükünü hafifletirken, deneyim kazanımı ve araştırma yapma annelerin bilinçli problem çözme ve uygun tutum geliştirme kapasitelerini artırmıştır (Gerstenblatt vd., 2014). Anneler, uyku düzeni için günlük rutinler oluşturma (Boran, 2021), ek gıdaya geçiş ve uygun takviye gıdalar kullanma (Yayan vd., 2016) gibi somut stratejilerle hem bebeğin gelişimini desteklemiş hem de kendi adaptasyonlarını güçlendirmişlerdir. Oyun ve zengin uyarıcı ortam sağlama, davranış yönetimi teknikleri keşfetme ve araştırma yapma gibi uygulamalar, annenin psikolojik, bilişsel, ilişkisel ve davranışsal adaptasyon süreçlerine katkı sağlamakta ve mutluluk ile yaşam doyumunu artıran faktörler olarak öne çıkmaktadır (Ahn vd., 2021). Böylece anneler, sorun çözmenin ötesinde, bebekle etkileşimi güçlendirme ve kendilerini geliştirme yoluyla bebeklik döneminin zorluğunu yönetmiş ve süreci tatmin edici hâle getirmişlerdir. Bununla beraber ebeveynlik, kültürel bağlamdan bağımsız düşünülemez; çünkü aile ilişkileri eğitimsel, ekonomik, politik ve toplumsal kurumlara iç içe gelişmektedir (Kyriazos ve Stalikas, 2018). Annelerin sorun çözme anlayışı aynı zamanda bebekle aralarındaki bağa katkı sağlamaktadır. Bağlanma kuramına göre ebeveynler özellikle de anne gibi temel bakım veren kişiler çocuğun bağlanma figürleridir (Rohner, Khaleque ve Cournoyer, 2012). Bağlanma figürlerinin sorunları çözmesi çocuğun refahına katkı sunması bebeğin fiziksel, bilişsel, sosyal ve duygusal gibi çok yönlü gelişimine ve bebeğin dünyayı güvenli olarak görmesine katkı sağlamaktadır (Obeldobel, Brumariu ve Kerns, 2023).

Annenin bebeklik dönemindeki mutluluk kaynakları arasında annelik doyumunu yaşama, bebeğe gelişimsel destek sağlama ve ortaya çıkan sorunlara önlem almanın olduğu görülmüştür. Bu açıdan bebeğin varlığı ve sağlıklı olması annelik doyumunu sağlayıp annenin mutluluğunu arttırırken annenin bebeğinin gelişimi için yaptığı tüm fedakarlıklar ve verdiği emekler ve aldığı önlemler de mutluluğunun bir parçası olmuştur. Bu mutluluk verici unsurlar annenin bir birey olarak gelişen hayat şartlarına karşı kendini geliştirmesi ve çocuğun büyümesi ve gelişimi sürecinde anneliğin hakkını vermesi ile ilgilidir (Purnama, Damayanti, Wiraatmaja ve Riany, 2024). Bir bireyin yeni bir bilgi edinmesi (Avcı, 2018), yeni beceriler kazanması (Mohammadkhani ve Hahtami, 2011), sorunların üstesinden gelmesi (Tan, Tan, Mohd Hashim, Lee, Ong ve Yaacob, 2019) mutluluğu arttıran unsurların başında yer almaktadır. Bundan da önemlisi bireyin görevini yerine getirmesi en önemli mutluluk ve doyum kaynağı olarak görülebilir. Mutluluğu etkileyen çok faktör olmakla birlikte çoğu zaman araştırmadaki annelerin de ifade ettiği şekliyle çocuğun varlığı bir mutluluk kaynağı olarak görülmektedir (Twenge, Campbell ve Foster, 2003). Pozitif psikoloji ve bireysel gelişim literatürü, bir bireyin görevini yerine getirmesi ve beceri kazanmasının yaşam doyumunu artırdığını desteklemektedir (Kyriazos ve Stalikas, 2018). Mevcut araştırmada karşılaşılan sorunların önemli bir kısmının sağlıklı ilişki olması ebeveynlikte sağlığın pozitif psikolojisine katkısını ifade eden alanyazınla uyumaktadır (Cho, Moon ve Yun, 2021).

Annelerin bebeklik dönemine ilişkin geriye dönük değerlendirmeleri/pişmanlıkları ele alındığında pişman olmayan annelerin çok az olduğu görülmektedir. Annelerin bebeklerine yeterli zaman ayıramama, bebek gelişimi hakkında bilgi sahibi olmama, sağlık sorunlarına

uygun çözümler bulamama, yanlış tutum sergileme, olumsuz koşulları düzeltmemeye konularında pişman olduklarını ifade etmişlerdir. Bu sonuç bebeklik dönemin oldukça zorlu olduğunu ifade eden alan yazını destekler nitelikte olup (Pridham ve Chang, 1992; Aytakin, 2022) annelerin bu dönemde sorunlarla karşılaşma ve bu sorunlara uygun çözümler bulma noktasında hatalar yapabildiklerini, geriye dönük değiştirmek istedikleri şeylerin olduğunu göstermektedir. Ancak bu sonuç yalnızca annelerin bireysel hataları ya da yetersizlikleriyle açıklanamaz; aynı zamanda anneliğin toplumsal ve kültürel bağlamda sürekli olarak “idealize edilen” bir deneyim olmasıyla da ilişkilidir. Nitekim toplumsal normlar, anneliği kusursuz bir fedakârlık rolü üzerinden tanımlarken, gerçek yaşam koşullarında annelerin bu beklentileri karşılamakta zorlanmaları, geriye dönük pişmanlıkların kaçınılmaz hale gelmesine yol açabilmektedir (Elmas, 2021). Psikososyal gelişim kuramları açısından değerlendirildiğinde ise, bu dönemde annelerin yaşadığı ikilemler, Erikson’un güvene karşı güvensizlik aşamasında bebeğin ihtiyaçlarına yeterince yanıt verememenin yalnızca çocuğun gelişimi için değil, annenin kendi ebeveynlik kimliği için de bir kırılma noktası oluşturabileceğini göstermektedir (Olaofe ve Odumosu, 2023). Öte yandan bağlanma kuramı perspektifinden bakıldığında, annelerin geriye dönük pişmanlıkları, bebeğin ihtiyaçlarına duyarlı bakım verememe kaygısının bir yansıması olarak görülebilir; bu da annenin zihinsel temsil dünyasında, çocuğa ilişkin içsel çalışma modellerinin yeniden yapılandırılmasına işaret etmektedir (Bretherton ve Munholland, 2008; Thompson, Simpson ve Berlin, 2022). Bu bağlamda, annelerin pişmanlıkları yalnızca bireysel düzeyde bir “hata” değil, aynı zamanda kültürel normların, toplumsal cinsiyet rollerinin ve ebeveynlik ideolojilerinin birey üzerinde kurduğu baskının bir sonucu olarak da okunabilir; dolayısıyla bu çıkarımlar annelik deneyiminin yalnızca bireysel değil, aynı zamanda yapısal ve toplumsal bir boyut taşıdığını ortaya koymaktadır.

Araştırmanın sonuçları genel olarak değerlendirildiğinde, bebeklik döneminin oldukça zorlayıcı bir süreç olduğu, bu sürecin büyük ölçüde anneler tarafından yürütüldüğü görülmüştür. Ayrıca bebeklik dönemi yalnızca güçlükleri değil, aynı zamanda annelerin yüksek düzeyde mutluluk yaşadığı deneyimleri de beraberinde getirmiştir. Bu bağlamda, annelerin hem zorluklarla başa çıkma becerilerinin hem de ebeveynlik doyumunun güçlendirilmesi önemli bir ihtiyaç olarak ortaya çıkmaktadır. Bu açıdan uygulamaya yönelik aşağıdaki öneriler verilebilir:

- Nesiller arası tecrübe paylaşımının sağlanması, özellikle bebek bakımı, beslenme, uyku düzeni ve sağlık sorunları gibi temel konularda annelerin yalnızlık hissini azaltarak başa çıkma becerilerini güçlendirebilir.
- Ebeveynlerin düzenli olarak bir araya geldiği, deneyim paylaşımına dayalı sosyal destek mekanizmaları ve topluluk temelli programların oluşturulması önem taşımaktadır.
- Annelere yönelik düzenli danışmanlık hizmetleri, ebeveynlik becerilerini geliştirmeye yönelik atölyeler ve psikososyal destek programlarının yaygınlaştırılması hem anne refahını hem de bebek gelişimini destekleyebilir.
- Babaların sürece daha etkin katılımını teşvik edecek aile politikalarının geliştirilmesi, babalara yönelik ebeveynlik eğitimlerinin düzenlenmesi ve esnek çalışma modellerinin desteklenmesi toplumsal cinsiyet temelli bakım yükünü dengeleyebilir.
- Aile hekimleri ve toplum sağlığı merkezlerinin yalnızca bebeklere yönelik değil, aynı zamanda annelerin fiziksel, duygusal ve sosyal ihtiyaçlarını da kapsayacak biçimde yapılandırılması gerekmektedir.

- Uzmanlar tarafından belirli aralıklarla yapılacak ev ziyaretleri, annelerin yaşadığı sorunların yerinde tespit edilmesine ve hızlı çözümler üretilmesine katkı sağlayabilir.

Araştırmalar açısından ise şu öneriler verilebilir:

- Annelerin en çok zorlandıkları alanların (beslenme, uyku düzeni, sağlık sorunları vb.) ayrı ayrı ele alınarak derinlemesine incelenmesi yeni bakış açıları kazandırabilir.
- Sorunların çözümünde kullanılan yöntemlerin annelerin psikolojik iyi oluşuna ve ebeveynlik doyumuna etkisini ortaya koyacak çalışmaların yapılması alana katkı sağlayacaktır.
- Babaların katılımını artırmaya yönelik müdahale programlarının anne yükünü ne ölçüde azalttığına test edilmesi politika yapıcılar için yol gösterici olabilir.
- Farklı bölgelerde ve kültürel bağlamlarda yapılacak karşılaştırmalı çalışmalar annelik deneyimlerinin çeşitliliğini ortaya çıkararak mevcut literatürü zenginleştirebilir.

Kaynakça

- Ahn, J. A., Roh, E. H., Kim, T., Lee, J. H., & Song, J. E. (2021). Maternal adaptation of working mothers with infants or toddlers in South Korea: a systematic review. *BMC Women's Health*, 21(1), 213. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-92839/v1>
- Arısoy, A., Canbulat, N., & Ayhan, F. (2014). Karaman ilindeki annelerin bebeklerinin bakımında uyguladıkları geleneksel yöntemler. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 17(1), 23-31.
- Arslan Kılıçoğlu, E., Aral, N., Aysu, B., & Gürsoy, F. (2022). Annelerin ninnileri kullanma durumlarının incelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 22(57), 775-795. <https://doi.org/10.21560/spcd.vi.1029352>
- Avcı, M. (2018). Seneca etiğinde bilgi, erdem ve mutluluk ilişkisi. *Temaşa Erciyes Üniversitesi Felsefe Bölümü Dergisi*, (10), 67-76.
- Avcı, A., & Kayıran, D. (2023). Çocuk gelişimi programı öğrencilerinin covid-19 sürecinde insan ihtiyaçlarındaki değişime yönelik görüşlerinin Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi bağlamında değerlendirilmesi. *Black Sea Journal of Public and Social Science*, 6(2), 79-87.
- Aytekin, Ç. (2022). Çocuk gelişimci annelerin çocuk yetiştirme deneyimlerinin incelenmesi: Nitel bir çalışma. *Hacettepe University Faculty of Health Sciences Journal*, 9(2), 403-437. <https://doi.org/10.21020/hsbfd.1057577>
- Bağcı, S. (2014). *Annelerin Doğum Sonunda Yaşadıkları Sorunlar ve Yaşam Kalitesi İle İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Ana Bilim Dalı.
- Barennes, H., Simmala, C., Odermatt, P., Thaybouavone, T., Vallee, J., Martinez-Ussel, B., ... & Strobel, M. (2009). Postpartum traditions and nutrition practices among urban Lao women and their infants in Vientiane, Lao PDR. *European Journal of Clinical Nutrition*, 63(3), 323-331. <https://doi.org/10.1038/sj.ejcn.1602928>
- Başaran, M. (2022). *Fiziksel Gelişim*. Özge Pınarcık Sakaryalı ve Yakup Yıldırım (Eds.) Erken Çocukluk Döneminde Gelişim içinde (ss. 145-180). Ankara: Nobel
- Başaran, M., & Aksoy, A. B. (2024). Baba-çocuk etkileşimi: İtiş kakış oyun kalitesi gözlem formunun uyarılama çalışması. *Sosyal, Beşerî ve İdari Bilimler Dergisi*, 7(2), 105-116.
- Beydağ, K. D. (2007). Doğum sonu dönemde anneliğe uyum ve hemşirenin rolü. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 6(6), 479-484.
- Bretherton, I., & Munholland, K.A. (2008). Internal working models in attachment relationships: Elaborating a central construct in attachment theory. In J. Cassidy & P.R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd edn, pp. 102-127). New York: The Guilford Press.
- Boran, P. (2021). Bebeklik Dönemi Uyku Sorunları ve Çözümleri. *Türkiye Klinikleri Social Pediatrics-Special Topics*, 2(3), 72-78.
- Caner, İ. (2016). Yenidoğan beslenmesinde sık karşılaşılan sorunlar. *Klinik Tıp Pediatri Dergisi*, 8(2), 14-18.
- Ceylan, Ş., Yalman, F., & Tan, E. (2023). Annelerin günlük rutin etkinliklerinde bebek bakımına ilişkin kullandıkları pratik çözüm önerilerinin incelenmesi. *Unika Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3(1), 428-437. <http://dx.doi.org/10.47327/unikasaglik.79>
- Cho, I. Y., Moon, S. H., & Yun, J. Y. (2021). Mediating and moderating effects of family cohesion between positive psychological capital and health behavior among early childhood parents in dual working families: a focus on the COVID-19 pandemic. *International journal of environmental research and public health*, 18(9), 4781.
- Creswell, J. W. (2007). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (2nd ed.). Sage Publications.
- Çalışkan, Z., & Bayat, M. (2011). Annelerin bebek bakımı uygulamaları ve etkileyen faktörler: Bir Kapadokya örneği. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 14(2), 23-30.
- Dharanidharan, D., & Kuruveettissery, S. (2025). Stress and coping among parents of children with hearing impairment: a scoping review. *British Journal of Guidance & Counselling*, 1-18.
- Dowling, S., & Brown, A. (2013). An exploration of the experiences of mothers who breastfeed long-term: what are the issues and why does it matter?. *Breastfeeding Medicine*, 8(1), 45-52. <https://doi.org/10.1089/bfm.2012.0057>
- Dündar, T., & Özsoy, S. (2023). Annelerin Anne Sütü ile İlgili Metaforları: Nitel Bir Çalışma. *Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 7(3), 472-481. <https://doi.org/10.46237/amusbfd.1253457>

- Edwards, R., Cragg, B., Dunn, S., & Peterson, W. E. (2021). The breastfeeding and early motherhood experiences of older first-time mothers: A constructivist grounded theory study. *Midwifery*, 96, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2021.102945>
- Elmas, B. (2021). "Anne misiniz?": Bir benlik sunumu olarak annelik. *Mediarts Medya ve Sanat Çalışmaları Dergisi*, 2, 7-22.
- Erdoğan, N. I., & Ergenekon, E. (2021). Bebeklerin teknolojik araçları kullanmalarıyla ilgili anne görüşleri. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 54(1), 117-140. <https://doi.org/10.30964/aubfd.767338>
- Eşel, E. (2010). Anneliğin Nörobiyolojisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21(1), 68-78
- Evans, M., Donelle, L., & Hume-Loveland, L. (2012). Social support and online postpartum depression discussion groups: A content analysis. *Patient education and counseling*, 87(3), 405-410.
- Forster, D. A., McLachlan, H. L., Rayner, J., Yelland, J., Gold, L., & Rayner, S. (2008). The early postnatal period: exploring women's views, expectations and experiences of care using focus groups in Victoria, Australia. *BMC pregnancy and childbirth*, 8, 1-11. <https://doi.org/10.1186/1471-2393-8-27>
- Gerstenblatt, P., Faulkner, M., Lee, A., Doan, L. T., & Travis, D. (2014). Not babysitting: Work stress and well-being for family child care providers. *Early Childhood Education Journal*, 42(6), 67-75.
- Güleroğlu, F. T., Uludağ, E., & Çimke, S. (2023). Annelerin bebeklerini süten kesme sürecinde hissettikleri duygu ve düşüncelerinin belirlenmesi: Kalitatif çalışma. *Journal of Ankara University Faculty of Medicine*, 76(3), 180-188. <https://doi.org/10.4274/atfm.galenos.2023.19327>
- Handa, K., & Umemura, T. (2023). The relation between attachment and identity: Focusing on attachment representations, in-depth exploration, and meaning making. *Identity*, 23(3), 242-257.
- Hwang, W. Y., Choi, S. Y., & An, H. J. (2022). Concept analysis of transition to motherhood: a methodological study. *Korean journal of women health nursing*, 28(1), 8-17.
- Kyriazos, T. A., & Stalikas, A. (2018). Positive parenting or positive psychology parenting? Towards a conceptual framework of positive psychology parenting. *Psychology*, 9(07), 1761-1788.
- Liu, C., Chen, H., Zhou, F., Long, Q., Wu, K., Lo, L. M., ... & Chiou, W. K. (2022). Positive intervention effect of mobile health application based on mindfulness and social support theory on postpartum depression symptoms of puerperae. *BMC Women's Health*, 22(1), 413.
- Lupton, D. A. (2011). 'The best thing for the baby': Mothers' concepts and experiences related to promoting their infants' health and development. *Health, risk & society*, 13(7-8), 637-651.
- Matvienko-Sikar, K., Kelly, C., Sinnott, C., McSharry, J., Houghton, C., Heary, C., & Kearney, P. M. (2018). Parental experiences and perceptions of infant complementary feeding: a qualitative evidence synthesis. *Obesity Reviews*, 19(4), 501-517. <https://doi.org/10.1111/obr.12653>
- McHale, J. P., Kazali, C., Rotman, T., Talbot, J., Carleton, M., & Lieberman, R. (2004). The transition to coparenthood: Parents' prebirth expectations and early coparental adjustment at 3 months postpartum. *Development and psychopathology*, 16(3), 711-733.
- Mohammadkhani, S., & Hahtami, M. (2011). The effectiveness of life skills training on happiness, quality of life and emotion regulation. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 407-411.
- Nelson, A. M. (2003). Transition to motherhood. *Journal of Obstetric, Gynecologic, & Neonatal Nursing*, 32(4), 465-477.
- Nowland, R., Thomson, G., McNally, L., Smith, T., & Whittaker, K. (2021). Experiencing loneliness in parenthood: a scoping review. *Perspectives in public health*, 141(4), 214-225. <http://dx.doi.org/10.1177/17579139211018243>
- Obeldobel, C. A., Brumariu, L. E., & Kerns, K. A. (2023). Parent-child attachment and dynamic emotion regulation: A systematic review. *Emotion Review*, 15(1), 28-44.
- Okur Fatih, E. ve Köksal Akyol, A. (2020). Altı-on iki aylık bebeklerin uyku düzenlerine ilişkin anne görüşleri. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(2)172-182. <https://www.doi.org/10.46971/ausbid.759561>
- Olaofe, A. I., & Odumosu, H. P. (2023). Attachment Theory: The Mother's Influences Across the Child's Lifespan. *METHODS*, 23(2), 174-181.
- Pridham, K. F., & Chang, A. S. (1992). Transition to being the mother of a new infant in the first 3 months: Maternal problem solving and self-appraisals. *Journal of advanced nursing*, 17(2), 204-216. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.1992.tb01875.x>

- Purnama, N., Damayanti, R., Wiraatmaja, L. V., & Riany, Y. E. (2024). Analysis the Role of Mother-Child Interaction in Developing Children's Positive Character and Mother's Happiness. *International Journal for Multidisciplinary Research*, 6(4), 1-28. <https://doi.org/10.36948/ijfmr.2024.v06i04.24289>
- Rohner, R. P., Khaleque, A., & Cournoyer, D. E. (2012). Introduction to parental acceptance-rejection theory, methods, evidence, and implications. *Journal of Family Theory & Review*, 2(1), 73-87.
- Snyder, K., & Worlton, G. (2021). Social support during COVID-19: perspectives of breastfeeding mothers. *Breastfeeding Medicine*, 16(1), 39-45.
- Song, J. E., & Park, B. L. (2010). The changing pattern of physical and psychological health, and maternal adjustment between primiparas who used and those who did not use Sanhujori facilities. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 40(4), 503-514. <https://www.doi.org/10.4040/jkan.2010.40.4.503>
- Subaşı, M. ve Okumuş, K. (2017). Bir Araştırma Yöntemi Olarak Durum Çalışması. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(2), 419-426.
- Sword, W., & Watt, S. (2005). Learning needs of postpartum women: does socioeconomic status matter?. *Birth*, 32(2), 86-92. <https://www.doi.org/10.1111/j.0730-7659.2005.00350.x>
- Tan, C. S., Tan, S. A., Mohd Hashim, I. H., Lee, M. N., Ong, A. W. H., & Yaacob, S. N. B. (2019). Problem-solving ability and stress mediate the relationship between creativity and happiness. *Creativity Research Journal*, 31(1), 15-25. <https://www.doi.org/10.1080/10400419.2019.1568155>
- Taplak, A. Ş., Polat, S., Erdem, E., & Taplak, M. (2020). Annelerin tamamlayıcı beslenmeye geçiş sürecinde yaşadıkları güçlükler: Niteliksel çalışma. *JAREN*, 6(2), 300-308. <https://www.doi.org/10.10.5222/jaren.2020.80775>
- Thapa, B. (2023). Debunking the Maternal Myths and Re-Interpreting Motherhood. *Chaturbhujeshwar Academic Journal*, 1(1), 111-120. <https://doi.org/10.3126/caj.v1i1.63141>
- Thompson, R. A., Simpson, J. A., & Berlin, L. J. (2022). Taking perspective on attachment theory and research: Nine fundamental questions. *Attachment & human development*, 24(5), 543-560.
- Tozluoğlu, A., & Özkan, F. S. (2023). Annelerin emzirme deneyimleri üzerine: Niteliksel Bir çalışma. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 10(2), 127-134.
- Townsend-Simmons, T. Y. (2023). Parenting Skills of African American Young Mothers Who Transitioned from Foster Care (Doctoral dissertation, Walden University).
- Tuncay, B., Efe, Y. S., & Erdem, E. (2022). Annelerin tamamlayıcı beslenmeye ilişkin bilgi, deneyim ve uygulamaları. *YOBU Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 3(2), 186-195.
- Tügdür, M., Ögüt, S., Karaman, A. D., & Günay, N. (2020). Yeni doğum yapmış annelerin anne sütü ile ilgili uygulama ve görüşleri: Aydın'da bebek dostu hastane örneği. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(4), 617-624. <https://doi.org/10.31067/0.2020.262>
- Twenge, J. M., Campbell, W. K., & Foster, C. A. (2003). Parenthood and marital satisfaction: a meta-analytic review. *Journal of marriage and family*, 65(3), 574-583. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00574.x>
- Uludağ, M. E. (2020). Emzik Kullanımı Hakkında Anne Görüşlerine Dayalı Nitel Bir Değerlendirme. *Elektronik Eğitim Bilimleri Dergisi*, 9(18), 188-206.
- Virani, A., Duffett-Leger, L., & Letourneau, N. (2021). Parents' use of mobile applications in the first year of parenthood: a narrative review of the literature. *Health Technology*, 5(11), 1-20. <https://doi.org/10.21037/ht-20-28>
- Yaffe, Y. (2023). Systematic review of the differences between mothers and fathers in parenting styles and practices. *Current psychology*, 42(19), 16011-16024.
- Yamada, A., Isumi, A., & Fujiwara, T. (2020). Association between lack of social support from partner or others and postpartum depression among Japanese mothers: a population-based cross-sectional study. *International journal of environmental research and public health*, 17(12), 4270. <https://doi.org/10.3390/ijerph17124270>
- Yayan, E. H., Ulutaş, A., Çalışkan, Z., & Emre, O. (2016). Ek besine geçişte katkı gıda kullanımına ilişkin anne görüşlerinin değerlendirilmesi. *Annals of Health Sciences Research*, 5(2), 5-11.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2021). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yıldız, D. (2008). Doğum sonrası dönemde annelerin bebek bakımı konusunda danışmanlık gereksinimleri ve yaklaşımlar. *Gülhane Tıp Dergisi*, 50(4), 294-298.

Yıldız, D., Sarıcı, S. Ü., Fidancı, B. E., Konukbay, D., & Akça, S. Y. (2020). Bebeği 0-1 yaş döneminde olan annelerin bebek bakımına ilişkin internet kullanımlarının değerlendirilmesi. *Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hemşirelik Dergisi*, 2(3), 167-174. <https://doi.org/10.48071/sbuhemsirelik.728075>

Extended Abstract

Introduction

Despite the literature and policies that encourage the involvement of fathers in the process following the year after birth, mothers continue to have the most active role in child care and development (Başaran and Aksoy, 2024). Among the main reasons for this role is the mother's direct relationship with the baby's nutrition. In addition, the continued dominance of traditional parenting roles continues to impose needs such as care, attention and love on the mother (Thapa, 2023). The first few months after the birth of a baby, regardless of whether the baby is born first or later, is a transitional period that challenges mothers' adaptive abilities (Pridham & Chang, 1992; Aytekin, 2022). The transition to becoming the mother of a new baby is a process of change that occurs when a woman takes on maternal duties and evaluates herself as a mother (Pridham & Chang, 1992). When the literature is examined, it is seen that there are studies that include mothers' views on the infancy period. In these studies, breast milk (Tüğdür, Öğüt, Karaman, & Günay, 2020; Dünder & Özsoy, 2023), breastfeeding (Dowling & Brown, 2013; Edwards, Cragg, Dunn, & Peterson, 2021; Tozluoğlu & Özkan, 2023), weaning (Güleroğlu, Uludağ, & Çimke, 2023), complementary feeding (Matvienko-Sikar, et al. 2018; Tuncay, Efe, & Erdem, 2022; Taplak, Polat, Erdem, & Taplak, 2020), internet use in infant care (Yıldız, Sarıcı, Fidancı, Konukbay, & Akça, 2020), infant care practices (Çalışkan & Bayat, 2011; Lupton, 2011), practical sleep solutions in infant care (Ceylan, Yalman, & Tan, 2023) and traditional methods applied (Arısoy, Canbulat, & Ayhan, 2014), opinions of child development mothers (Aytekin, 2022), sleep patterns (Okur Fatih & Köksal Akyol, 2020), pacifier use (Uludağ, 2020), use of technological tools in this period (Erdoğan & Ergenekon, 2021; Virani, Duffett-Leger, & Letourneau, 2021), lullaby use (Arslan Kılıçoğlu, Aral, Aysu, & Gürsoy, 2022), transition to motherhood (Forster, McLachlan, Rayner, Yelland, Gold, & Rayner, 2008). While the majority of these studies focused on general experiences related to early motherhood, some of them addressed specific issues such as technology use and sleep patterns. In addition to these studies, in order to provide a holistic view of mothers' experiences during infancy, there is a need for studies that address the general experiences of this period and the views of mothers without discriminating between topics. However, studies that examine the general experiences of mothers in infancy as a whole and offer a comprehensive perspective on this period without making subject limitations are quite limited. This deficiency prevents the consideration of motherhood experiences in a broader context and makes it difficult to develop a more holistic understanding in this field. Studies aimed at understanding mothers' experiences during infancy, their difficulties and coping strategies may not only contribute to academic knowledge, but also enable the development of more effective support systems and policies for parents. In this context, the aim of the current study is to examine the experiences of mothers during infancy.

Methods

This research was conducted in qualitative method. The participants, data collection and data analysis were conducted in accordance with the qualitative research design. Qualitative research using qualitative data collection techniques guides the healthy execution of the process in reflecting the situations in the natural environment in a realistic way (Yıldırım & Şimşek, 2021). In accordance with the nature of this study, a case study approach, one of the qualitative method designs, was used. The study group of the research consists of 51 mothers who reside in a provincial center in the Eastern Anatolia Region and have babies between 24-36 months of age, selected by criterion sampling. The data of the study were obtained through a semi-structured interview form. For the research in question, permission was obtained from the Ethics Committee of X University with the decision numbered 189780 and the study was found ethically appropriate. During the data collection phase, time planning was made by making a phone call to the mothers who had just passed the infancy period and had babies between 24-36 months, and the data were collected through mutual interviews with the mothers through home visits of the researchers on the specified dates and times. The data within the scope of the interview form were analyzed by content analysis. Qualitative explanations were emphasized in the analysis, and frequencies and percentages of codes, categories and themes were indicated. In addition, the names of the participant mothers were kept confidential and the direct statements of the mothers were included, and these statements were coded as A1, A2, K3....A51 by giving numbers to the participants respectively and the findings were interpreted.

Conclusion

The opinions of the mothers about the infancy period were discussed under 5 different headings: problems experienced by the mother regarding parenting, problems arising from the developmental problems of the infant, solution approaches of the mothers, situations in which they were happy and situations in which they regretted. The problems experienced by mothers during infancy were discussed under two themes: problems for the mother and problems for the baby. Problems for the mother refer to the problems experienced by the mother due to the baby. These problems refer to the categories of nutrition, lack of environmental support, maternal stress, disruption of sleep patterns, being disturbed by the child's behavior, and lack of knowledge/skills. In general, it refers to the mother's adaptation process to the new situation related to the presence of the baby. In this process, it is revealed that the mother experiences a new and challenging period by putting the child at the center. It was determined that the situations expressed by the mothers as problems related to the baby were the lack of biological rhythm in the baby, physiological problems and behavioral problems. It was concluded that the situations that made the mothers happy during infancy were the signs showing that the maternal duty was fulfilled, the activities that supported the development of the child and the measures taken for the problems that arose. When the mothers' retrospective evaluations/regrets regarding the infancy period are analyzed, it is seen that there are very few mothers who do not have regrets. Mothers expressed regrets about not spending enough time with their babies, not having enough knowledge about child development, not finding appropriate solutions to health problems, having the wrong attitude, and not being able to correct negative conditions. When the results of the study are evaluated in general, it is seen that the infancy period is a difficult process in general and that this burden generally continues to remain on mothers. It is also stated in the expressions of the mothers that there is great happiness

in this negative process. Depending on the results, it has been revealed that there is a need for a flow of experience from mothers (elders) to mothers in order for this period to be happier. For this reason, it is suggested that studies that support mothers and show continuity should be emphasized.