



**T.C.**  
**SİVAS CUMHURİYET ÜNİVERSİTESİ**  
**SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**GEBELİKTE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIK DÜZEYİ İLE  
GEBELİK STRESİ VE DOĞUM KORKUSU ARASINDAKİ  
İLİŞKİ**

**Cansu KARABULUT**

**0000-0002-2922-4492**

**DOĞUM VE KADIN HASTALIKLARI HEMŞİRELİĞİ ANABİLİM DALI**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**SİVAS-2024**

**T.C.**  
**SİVAS CUMHURİYET ÜNİVERSİTESİ**  
**SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**GEBELİKTE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIK DÜZEYİ İLE**  
**GEBELİK STRESİ VE DOĞUM KORKUSU ARASINDAKİ**  
**İLİŞKİ**

**Cansu KARABULUT**

**DOĞUM VE KADIN HASTALIKLARI HEMŞİRELİĞİ ANABİLİM DALI**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**TEZ DANIŞMANI**  
**Prof. Dr. Nilüfer TUĞUT**

**SİVAS-2024**



Bu tez, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Senatosu’ nun 2023 tarihli 2/9 sayılı kararı ile kabul edilen Sağlık Bilimleri Enstitüsü Lisansüstü Tez Yazım Kılavuzuna göre hazırlanmıştır.

**ONAY**



## TEŞEKKÜR

Yüksek lisans ders dönemine gebe olarak başladığım süreçten, büyük emek, sabır ve özveri gösterdiğim tez döneminin sonuna gelip tez çalışmamı tamamlamanın gururunu ve mutluluğunu yaşıyorum. Bu süreçte bana desteğini esirmeyen sevgili eşim Olgay KARABULUT'a, beni büyütüp okutan ve bu seviyeye gelmeme vesile olup destekleyen sevgili annem Fatma ÖZÇİFTÇİ'ye, tez çalışmamın başlangıcından bitimine değerli bilgilerini ve desteğini esirgemeyen danışman hocam Prof. Dr. Nilüfer TUĞUT'a teşekkür ederim. Ayrıca dünyanın en güzel duygusu anneliği bana yaşatan ve kendi daha farkında olmasa da bana ilham olup beni teşvik eden minik oğlum Selim Ediz KARABULUT'a büyük bir sevgiyle teşekkür ederim.

## ÖZET

### GEBELİKTE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIK DÜZEYİ İLE GEBELİK STRESİ VE DOĞUM KORKUSU ARASINDAKİ İLİŞKİ

Cansu KARABULUT

Yüksek Lisans Tezi, Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği Ana Bilim Dalı

Danışman: Prof. Dr. Nilüfer TUĞUT

2024, XIII, 160 Sayfa

Bu araştırma, gebelikte sosyal medya bağımlılık düzeyi ile gebelik stresi ve doğum korkusu arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla tanımlayıcı tipte yapılmıştır. Araştırmanın örneklemi, Sivas Numune Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum polikliniğine başvuran 384 gebeden oluşmuştur. Araştırma verileri Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (SMBÖ), Gebelik Stresini Değerlendirme Ölçeği (GSDÖ) ve Doğum Korkusu Ölçeği (DKÖ) ile toplanmıştır. Veriler SPSS 23.0 programı ile analiz edilmiştir. Araştırmaya katılan gebelerin sosyodemografik, obstetrik ve sosyal medya kullanım dağılımını belirlemede yüzde ve frekans, anlamlılık analizlerinde t ve Anova Testi, değişkenler arasındaki ilişkinin belirlenmesinde korelasyon analizi uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi  $p<0.05$  kabul edilmiştir.

Gebelerin yaş ortalaması  $29,08\pm4,97$ 'dir. Gebelerin %52,9'u lise, mezunudur, %63,5'i çalışmamaktadır, %90,4'ünün sosyal güvencesi bulunmaktadır. Gebelerden %52,1'i ekonomik durumunu orta düzey olarak algılamakta, %60,7'si ilde yaşamaktadır. Gebelerin SMBÖ alt boyutlarından sanal tolerans puan ortalaması  $30,30\pm11,95$ , sanal iletişim puan ortalaması  $18,58\pm8,93$ , ölçek toplam puan ortalaması,  $48,88\pm19,71$ 'dir. Gebelerin bazı sosyodemografik özelliklerine (yaş, çalışma, sosyal güvencesi olma), obstetrik özelliklerine (gebelik sayısı, doğum sayısı, doğum korkusu yaşama) ve sosyal medya kullanımlarına (Instagram, X ve YouTube kullanma, sosyal medya kullanma süresi, sosyal medyayı paylaşımında bulunma, gebelik ve annelik hakkında bilgi alma, boş zamanlarını değerlendirme amacıyla kullanma, yatmadan önce sosyal medyayı kontrol etme, sosyal medyadan uzak kalınca hissedilenler, eşle iletişim, sosyal medya nedeniyle eşle problem yaşama,

evde sınırsız internet kullanma) göre SMBÖ toplam puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmıştır ( $p<0,05$ ).

Gebelerin DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu puan ortalaması  $15,25 \pm 6,23$ , fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu puan ortalaması  $12,25 \pm 5,83$ , gebelik ve doğum sorunları korkusu puan ortalaması  $15,84 \pm 6,03$ , DKÖ toplam puan ortalaması  $43,33 \pm 11,41$ 'dur. Gebelerin bazı sosyodemografik özelliklerine (yaş, eğitim, çalışma, sosyal güvencesi olma, ekonomik durumunu değerlendirme), obstetrik özelliklerine (bu gebeliği isteme, gebelik sayısı, doğum sayısı, doğum korkusu yaşama) ve sosyal medya kullanımlarına (Facebook kullanma, YouTube kullanma, sosyal medyayı gündemi takip etme, yatmadan önce sosyal medya hesabını kontrol etme, sosyal medyadan uzak kalınca hissedilenler, eş ile iletişim, sosyal medya nedeniyle eşle problem yaşama) göre DKÖ toplam puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ( $p<0,05$ ).

Gebelerin GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres puan ortalaması  $16,68 \pm 8,99$ , bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres puan ortalaması  $12,62 \pm 8,07$ , annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres puan ortalaması  $11,18 \pm 8,61$ , sosyal destek arayışından kaynaklanan stres puan ortalaması  $3,77 \pm 4,00$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres puan ortalaması  $12,12 \pm 8,02$ , GSDÖ toplam puan ortalaması  $57,36 \pm 30,19$ 'dur. Gebelerin bazı sosyodemografik özelliklerine (yaş, eğitim, çalışma durumu vb.), bazı obstetrik özelliklerine (gebeliğin planlanması, gebeliği isteme, gebelik ve doğum sayısı, gebelik haftası vb.) ve sosyal medya kullanımlarına (Facebook, Instagram, X ve YouTube kullanma, sosyal medya kullanma süresi vb.) göre GSDÖ toplam puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ( $p<0,05$ ).

Araştırma sonucunda, sosyal medya bağımlılığı ile doğum korkusu ve gebelik stresi arasında pozitif yönlü güçlü bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Doğum Korkusu, Gebe, Gebelik Stresi, Sosyal Medya Bağımlılığı

## **ABSTRACT**

### **THE RELATIONSHIP BETWEEN THE LEVEL OF SOCIAL MEDIA ADDICTION DURING PREGNANCY AND PREGNANCY STRESS AND FEAR OF BIRTH**

Cansu KARABULUT

Master Thesis, Department of Obstetrics and Gynecology Nursing

Consultant: Prof. Dr. Nilüfer TUĞUT

2024, XIII, 160 pages

This research was conducted as a descriptive study to determine the relationship between the level of social media addiction during pregnancy and pregnancy stress and fear of childbirth. The sample of the study consisted of 384 pregnant women who had applied to the outpatient clinic of the Sivas Numune Hospital Gynecology and Obstetrics Department. The data were gathered through the use of three instruments: the Social Media Addiction Scale (SMAS), the Pregnancy Stress Rating Scale (PSRS), and the Fear of Birth Scale (FOBS). Data were analyzed with SPSS 23.0 program. The distribution of sociodemographic, obstetric, and social media use among pregnant women participating in the study was determined through the application of percentage and frequency analysis. The significance of these findings was evaluated through the use of t and ANOVA tests. Correlation analysis was employed to ascertain the relationship between variables. The significance level was set at  $p < 0.05$ .

The mean age of the pregnant women was  $29.08 \pm 4.97$  years. 52.9% of the pregnant women were high school graduates, 63.5% were not working, and 90.4% had social security. 52.1% of the pregnant women perceived their economic status as medium level and 60.7% lived in the province. Among the sub-dimensions of the SMAS, the mean score of virtual tolerance was  $30.30 \pm 11.95$ , the mean score of virtual communication was  $18.58 \pm 8.93$ , and the mean total score of the scale was  $48.88 \pm 19.71$ . Some sociodemographic characteristics of pregnant women (age, employment, having social security), obstetric characteristics (number of pregnancies, number of births, experiencing fear of childbirth), social media use (using Instagram, X and YouTube, duration of social media use, sharing social

media, receiving information about pregnancy and motherhood, Using social media for leisure time, etc.), a statistically significant difference was found between the mean total score of the SMAS ( $p < 0.05$ ).

Among the sub-dimensions of the Fear of Birth Scale (FOBS), the mean score of fear of pregnancy, childbirth and motherhood role was  $15.25 \pm 6.23$ , the mean score of fear of not meeting physical and social needs was  $12.25 \pm 5.83$ , the mean score of fear of pregnancy and childbirth problems was  $15.84 \pm 6.03$ , and the mean score of total score of FOBS was  $43.33 \pm 11.41$ . A statistically significant difference ( $p < 0.05$ ) was found between the mean total score of the FOBS according to some sociodemographic characteristics of the pregnant women (age, education, employment and economic status), obstetric characteristics (wanting this pregnancy, number of pregnancies, number of deliveries, number of births, experiencing fear of childbirth), social media use (using Facebook, X and YouTube, feelings when staying away from social media, communication with the spouse, etc.).

The mean score of the stress caused by the search for a safe process for mother and baby during pregnancy, labor and delivery, which are sub-dimensions of PSRS was  $16.68 \pm 8.99$ , the mean score of stress caused by infant care and changing family relationships was  $12.62 \pm 8.07$ , The mean score of stress arising from defining the role of motherhood was  $11.18 \pm 8.61$ , the mean score of stress arising from seeking social support was  $3.77 \pm 4.00$ , the mean score of stress arising from changes in physical appearance and function was  $12.12 \pm 8.02$ , and the mean total score of PSRS was  $57.36 \pm 30.19$ . Some sociodemographic characteristics of pregnant women (age, education, employment status, etc.), some obstetric characteristics (planning pregnancy, wanting pregnancy, pregnancy and number of births, gestational week, etc.), social media use (using Facebook, Instagram, X and YouTube, duration of social media use, sharing, There was a statistically significant difference ( $p < 0.05$ ) between the mean total score of the PSRS according to the variables: getting information about pregnancy and motherhood, etc.)

As a result of the research, it was determined that there was a positive relationship between social media addiction and fear of birth and pregnancy stress.

**Keywords:** Fear of Childbirth, Pregnant, Pregnancy Stress, Social Media Addiction

## İÇİNDEKİLER

|                                                                  |      |
|------------------------------------------------------------------|------|
| TEŞEKKÜR .....                                                   | iii  |
| ÖZET.....                                                        | iv   |
| ABSTRACT .....                                                   | vi   |
| İÇİNDEKİLER .....                                                | viii |
| TABLolar LİSTESİ.....                                            | xi   |
| KISALTMALAR LİSTESİ.....                                         | xiii |
| 1. GİRİŞ .....                                                   | 1    |
| 1.1. Problemin Tanımı ve Önemi .....                             | 1    |
| 1.2. Araştırmanın Amacı .....                                    | 2    |
| 1.3.Araştırmanın Soruları .....                                  | 2    |
| 2. GENEL BİLGİLER.....                                           | 4    |
| 2.1. Gebelikte Stres .....                                       | 4    |
| 2.1.1. Stresin Gebeliğe Etkisi .....                             | 5    |
| 2.1.1.1. Stresin Maternal Etkileri .....                         | 5    |
| 2.1.1.2. Stresin Fetal Etkileri.....                             | 6    |
| 2.1.2. Gebelikte Stresin Nedenleri .....                         | 8    |
| 2.1.4. Gebelikte Stresle Başa Çıkma da Kullanılan Yöntemler..... | 9    |
| 2.2. Doğum Korkusu .....                                         | 12   |
| 2.2.1. Doğum Korkusu Prevalansı .....                            | 13   |
| 2.2.2. Doğum Korkusunun Sınıflandırılması.....                   | 13   |
| 2.2.3. Doğum Korkusunun Belirtileri .....                        | 14   |
| 2.2.4. Doğum Korkusunun Nedenleri.....                           | 15   |
| 2.2.5. Doğum Korkusunun Gebelik Sürecine Etkileri.....           | 16   |
| 2.3. Gebelikte Stres ve Doğum Korkusu İlişkisi .....             | 18   |

|                                                                                             |           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 2.4. Sosyal Medya .....                                                                     | 19        |
| 2.4.1. Sosyal Medyanın Özellikleri ve İşlevi.....                                           | 19        |
| 2.4.2. Sosyal Medya Kullanım Yaygınlığı .....                                               | 21        |
| 2.4.3. Sosyal Medya Uygulamaları.....                                                       | 21        |
| 2.4.4. Sosyal Medya Kullanım Amaçları.....                                                  | 22        |
| 2.4.4.1. Sosyal Kullanım .....                                                              | 22        |
| 2.4.4.2. Bilişsel Kullanım.....                                                             | 23        |
| 2.4.4.3. Faydacı Kullanım .....                                                             | 23        |
| 2.4.5. Bilgi Edinme Aracı Olarak Sosyal Medya .....                                         | 23        |
| 2.4.6. Sosyal Medya Kullanımının Sonuçları .....                                            | 24        |
| 2.6. Gebelikte Sosyal Medya Kullanımında, Stres ve Doğum Korkusunda<br>Hemşirenin Rolü..... | 26        |
| <b>3. GEREÇ VE YÖNTEM .....</b>                                                             | <b>28</b> |
| 3.1. Araştırmanın Tipi .....                                                                | 28        |
| 3.2. Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Özellikleri .....                                        | 28        |
| 3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi .....                                                 | 28        |
| 3.4. Araştırmaya Dâhil Edilme ve Dışlanma Kriterleri.....                                   | 29        |
| 3.4.1. Araştırmaya Dâhil Edilme Kriterleri .....                                            | 29        |
| 3.4.2. Araştırmadan Dışlanma Kriterleri .....                                               | 29        |
| 3.5. Araştırmanın Değişkenleri .....                                                        | 29        |
| 3.6. Veri Toplama Araçları.....                                                             | 29        |
| 3.6.1. Kişisel Bilgi Formu.....                                                             | 29        |
| 3.6.2. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği- Yetişkin Formu (SMBÖ-YF).....                       | 30        |
| 3.6.3. Doğum Korkusu Ölçeği (DKÖ).....                                                      | 30        |
| 3.6.4. Gebelik Stresini Değerlendirme Ölçeği (GSDÖ) .....                                   | 31        |

|                                                                                               |                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 3.7. Araştırmanın Uygulanması.....                                                            | 31                                      |
| 3.8. Verilerin İstatistiksel Analizi.....                                                     | 32                                      |
| 3.8.1. Güvenirlik Analizi .....                                                               | 32                                      |
| 3.8.2. Normallik Analizi .....                                                                | 33                                      |
| 3.9. Araştırmanın Etik Boyutu .....                                                           | 34                                      |
| <b>4. BULGULAR.....</b>                                                                       | <b>35</b>                               |
| <b>5. TARTIŞMA .....</b>                                                                      | <b>95</b>                               |
| <b>6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER .....</b>                                                          | <b>113</b>                              |
| 6.1. Sonuçlar.....                                                                            | 113                                     |
| 6.2. Öneriler.....                                                                            | 125                                     |
| <b>KAYNAKLAR .....</b>                                                                        | <b>126</b>                              |
| <b>EKLER.....</b>                                                                             | <b>146</b>                              |
| Ek-1. Kişisel Bilgi Formu .....                                                               | 146                                     |
| Ek-2. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu (SMBÖ-YF).....                           | 148                                     |
| Ek-3. Doğum Korkusu Ölçeği (DKÖ) .....                                                        | 149                                     |
| Ek-4. Gebelik Stresini Değerlendirme Ölçeği (GSDÖ) .....                                      | 150                                     |
| Ek-5. Girişimsel Olmayan Etik Kurul Onayı ....                                                | <b>Hata! Yer işareti tanımlanmamış.</b> |
| Ek-6. Bilgilendirilmiş Onam Formu .....                                                       | <b>Hata! Yer işareti tanımlanmamış.</b> |
| Ek-7. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu (SMBÖ-YF) Kullanımı<br>İzin yazısı ..... | <b>Hata! Yer işareti tanımlanmamış.</b> |
| Ek-8. Doğum Korkusu Ölçeği Kullanımı İzin Yazısı .....                                        | <b>Hata! Yer işareti tanımlanmamış.</b> |
| Ek-9. Gebelik Stresi Değerlendirme Ölçeği Kullanımı İzin Yazısı .....                         | <b>Hata! Yer işareti tanımlanmamış.</b> |
| Ek-10. Sivas İl Sağlık Müdürlüğü İzin Belgesi.                                                | <b>Hata! Yer işareti tanımlanmamış.</b> |

Ek-11. Sivas Numune Hastanesi Başhekimlik İzin Belgesi ..... **Hata! Yer işareti tanımlanmamış.**

**ÖZGEÇMİŞ**.....Hata! Yer işareti tanımlanmamış.

## TABLolar LİSTESİ

|                                                                                                                                                                         |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tablo 1. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Güvenirlilik Analizi.....                                                                                                    | 32 |
| Tablo 2. Araştırmadan Elde Edilen Verilerin Normallik Analizi .....                                                                                                     | 33 |
| Tablo 3. Gebelerin Sosyodemografik Özelliklerinin Dağılımı (n=384) .....                                                                                                | 35 |
| Tablo 4. Gebelerin Obstetrik Özellikleri ile İlgili Özelliklerinin Dağılımı (n=384) .                                                                                   | 36 |
| Tablo 5. Gebelerin Sosyal Medya Kullanımı ile İlgili Özelliklerinin Dağılımı (n=384).....                                                                               | 37 |
| Tablo 6. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği –Yetişkin Formu, Doğum Korkusu Ölçeği ve Gebelik Stresini Değerlendirme Ölçeği Alt Boyutlarının Puan Ortalamaları (n=384)..... | 38 |
| Tablo 7. Gebelerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması .....                                      | 40 |
| Tablo 8. Gebelerin Obstetrik Özelliklerine Göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması .....                                            | 43 |
| Tablo 9. Gebelerin Sosyal Medya Kullanımına Göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması .....                                           | 45 |
| Tablo 10. Gebelerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Doğum Korkusu Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması .....                                                | 51 |
| Tablo 11. Gebelerin Obstetrik Özellikleri ile Doğum Korkusu Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması .....                                                         | 54 |
| Tablo 12. Gebelerin Sosyal Medya Kullanımına Göre Doğum Korkusu Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması .....                                                     | 57 |
| Tablo 13. Gebelerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Gebelik Stresi Değerlendirme Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması .....                                 | 65 |

|                                                                                                                                         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tablo 14. Gebelerin Obstetrik Özelliklerine göre Göre Gebelik Stresi Değerlendirme Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması .....  | 71 |
| Tablo 15. Gebelerin Sosyal Medya Kullanımına Göre Göre Gebelik Stresi Değerlendirme Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması ..... | 77 |
| Tablo 16. Sosyal Medya Bağımlılığı, Gebelik Stresi ve Doğum Korkusu Arasındaki İlişkisi.....                                            | 90 |



## KISALTMALAR LİSTESİ

|                |                                                 |
|----------------|-------------------------------------------------|
| <b>DKÖ</b>     | Doğum Korkusu Ölçeği                            |
| <b>DSÖ</b>     | Dünya Sağlık Örgütü                             |
| <b>GSDÖ</b>    | Gebelik Stresini Değerlendirme Ölçeği           |
| <b>SMBÖ-YF</b> | Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği- Yetişkin Formu |
| <b>SMBÖ</b>    | Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği                 |



# 1. GİRİŞ

## 1.1. Problemin Tanımı ve Önemi

Gebelik, döllenme anından itibaren üç trimester ve yaklaşık 40 haftalık gebelik döneminden oluşan bir süreçtir. Gebelik fizyolojik bir durum olmasına rağmen kadının hayatında önemli rol oynayan bir geçiş dönemidir. Bu dönem karmaşık ve özel bir süreç olduğundan kadına fizyolojik, biyolojik, psikolojik ve sosyal birçok değişimi de beraberinde getirir. Gebe kadınlar hayatlarını gebeliğe uyum sağlayacak şekilde değiştirerek bu süreci sağlıklı bir şekilde atlatabilirler (Arslan, 2023).

Gebelik, fizyolojik ve sosyal değişikliklere neden olması nedeniyle kadınların hayatında önemli bir rol oynamaktadır. Gebelik sırasında yaşanan fiziksel değişiklikler psikolojik değişiklikleri de beraberinde getirebilir (Gözütok, 2019). Gebelik kadınlar için doğal bir yaşam krizidir ve kadının yaşam öyküsü boyunca ebeveynlerine ve ailesine karşı yaşadığı duygular, tutumlar veya travmalar gebeliğe yönelik tutumları etkileyebilir. Çoğu kadın gebeliğin getirdiği değişikliklere kolayca uyum sağlarken, bazıları hafif, orta veya ağır psikolojik sorunlar yaşayabilir (Gözütok, 2019).

Gebelik ve doğum anneliğe uyum sağlayan kadınlar için stresli dönemlerdir. Stresörler biyolojik, psikolojik, sosyokültürel faktörlerden veya bu faktörlerin birleşiminden oluşabilir ve içsel veya dışsal olabilmektedir. Sosyal rol değişiklikleri, eşin ölümü, dışsal stres etkenleri, gebelik ve suçluluk duygusu içsel stres etkenleri arasında sayılabilir (Modak vd., 2023). Gebelik sırasında kişisel deneyimler, aile ilişkileri, eğitim düzeyi, kadının eşinin ve ailesinin gebeliğe karşı tutumu, anne yaşı, ailenin geniş olması, gebe kalmayı istememe, sosyal destek eksikliği nedeniyle stres yaşanabilmektedir. Gebe kadınlar, doğum ve doğum ağrısının anlaşılmaması nedeniyle stres yaşayabilirken bu da gebelik ve doğum sırasında komplikasyonlara yol açabilir. Doğum sırasında yaşanan ağrı, anne adaylarının stres düzeylerinde ve kaygılarında önemli artışlara neden olabilir (Akın, 2018). Gebe kadınların yaşadığı diğer bir psikolojik durum doğum korkusudur.

Korku, tehlikeli olarak algıladığımız tehlikeli durumlara veya olaylara verdiğimiz tepkidir. Özellikle ilk gebeliği olan kadınlar için doğum, bilinmeyen bir olaydır ve doğum korku ve heyecanla beklenir. Gebelik sırasında doğum korkusu,

kadının stresli bir gebelik geçirmesine neden olabilir, bu da erken doğuma, uzun süreli doğuma ve sezaryene yol açabilmektedir (Yalçınsoy, 2019).

Gebelerin yaşadığı gebelik stresi ve doğum korkusu onları doğum öncesi ve doğum sonrası yaşayabilecekleri konusunda bilgi edinme ihtiyacı içerisine girmelerine sebep olabilmektedir. Gebelerin doğum öncesi ve sonrası yaşayabilecekleri konusunda özellikle sağlık personelinin bilgi ediniyor olmaları beklenirken, gebeler bu bilgileri edinmek için farklı bilgi kaynaklarına yönelebilmektedirler. Gebelerin gebelik stresi ve doğum korkusu için kullandıkları bilgi kaynaklarından biri de sosyal medyadır (Öztürk vd., 2020). Geleneksel kitle iletişim araçlarının aksine, sosyal medyanın erişim alanı hızla genişlemekte ve kadınların gebelik ile ilgili bilgilere erişimi kolaylaşmaktadır (Baker ve Yang, 2018).

Literatürde kadınların gebelik döneminde interneti ve sosyal medyayı iletişim, bîşaya konan liyakatli bilgiye dayanırken, sosyal medyadan alınacak bilgi, bilmeden veya bilerek yanlış yönlendirmeler içerebilmektedir. Bu açıdan bakıldığında sağlık personelinin edinilecek bilginin gebelik stresi ve doğum korkusunu azaltma yönünde etkisinin olabileceği tahmin edilirken, sosyal medyadan edinilen bilgilerin gebelik stresi ve doğum korkusu yaşayan kadınlarda nasıl bir etkisinin olduğunun araştırılması önemli ve gereklidir.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Araştırmanın amacı, gebelikte sosyal medya bağımlılık düzeyi ile gebelik stresi ve doğum korkusu arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

## **1.3. Araştırmanın Soruları**

1. Gebelerin sosyal medya bağımlılık düzeyi nedir?
2. Gebelerin doğum korkusu düzeyi nedir?
3. Gebelerin gebelik stresi düzeyi nedir?
4. Gebelerin sosyodemografik, obstetrik ve sosyal medya kullanım özelliklerine göre sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmakta mıdır?

5. Gebelerin sosyodemografik obstetrik ve sosyal medya kullanım özelliklerine göre doğum korkusu düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmakta mıdır?

6. Gebelerin sosyodemografik obstetrik ve sosyal medya kullanım özelliklerine göre gebelik stresi düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmakta mıdır?

7. Gebelerin sosyal medya bağımlılığı ile doğum korkusu ve gebelik stresi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki var mıdır?



## 2. GENEL BİLGİLER

### 2.1. Gebelikte Stres

Stres insan yaşamının her yönünü etkileyebilmektedir ve modern yaşamın önemli bir parçası haline gelmiştir. Stres genel olarak organizmanın dengesini bozabilecek her türlü durumdur (Hutmacher, 2021). Maslow'a göre stres, kişinin temel ihtiyaçlarının karşılanmasında iç veya dış çevreden kaynaklanan engeller nedeniyle ortaya çıkmaktadır (Kızılkaya Beji, 2019). Stres, çevre ile vücut arasındaki çatışma nedeniyle ortaya çıkan bir savunmadır (Kaba, 2019). Bireyin iç dünyası ile dış çevresi arasındaki etkileşim sonrasında ortaya çıkan içe dönük bir tepkidir. Nedenleri ve sonuçları çok yönlüdür. Fiziksel ya da zihinsel davranışlarda değişikliğe neden olan faktörlere bağlı olarak ortaya çıkan psikolojik bir durumdur (Dong vd., 2022). Stresin sıklıkla yaşandığı dönemlerden biri gebelik dönemidir.

Gebelik, fetüsün ve eklerinin döllenme sonucu geliştiği süreçtir. Bu gelişim dönemi, kadının son adet döneminin ilk gününden başlayarak 280 gün/10 ay gebelik veya 40 hafta (obstetrikte 40 hafta, embriyolojide 38 hafta) olarak tanımlanmaktadır (Glujovsky vd., 2022). Doğurganlık kadın vücudunda meydana gelen fizyolojik bir olaydır. Ancak gebelik sağlıklı kadınlar için bile risk oluşturabilecek fizyolojik bir süreçtir. Her ne kadar gebelik ve doğum kadınlar için doğal süreçler olarak görülse de bu geçişler zıt duyguların eş zamanlı yaşanması sürecidir. Gebe kadın ve yakın çevresi açısından biyopsikososyal adaptasyon gerektirir (Gambioli, 2021). Gebe kadınlar, gebelik sırasında fetal büyüme ve gelişme ihtiyaçlarını karşılamak için önemli anatomik ve fizyolojik değişikliklere uğramaktadırlar. Bu değişiklikler gebelikten sonra başlar ve vücudu yoğun bir şekilde etkiler (Fiat, 2022).

Birçok kadın için gebelik önemli bir değişim zamanıdır ve bazıları için bu durum artan strese veya kaygıya yol açabilmektedir. Yapılan bir araştırmada gebelik döneminde yaşanan stresin doğum sonrası döneme göre daha yoğun olduğu tespit edilmiştir (Zietlow vd., 2019). Türkiye’de yapılan bir araştırmada kadınların %39’unun gebelik döneminde stres yaşadıkları belirlenmiştir (Yüksel vd., 2020). Farklı bir araştırmada stres fetal gelişim arasında ilişki olduğu tespit edilmiştir (Lima vd., 2018).

Stresin fetal gelişim ve gebelik yaşı üzerindeki kesin etkileri tam olarak anlaşılamamıştır ancak teoriye göre kronik stres, erken doğum da dahil olmak üzere olumsuz sağlık sonuçlarıyla ilişkilidir (Glover, 2019). Stres yaşayanlar bağımsız olarak perinatal sonuçlar üzerinde olumsuz etkiye sahip olan bir dizi başka durumla da karşılaşabilmektedirler. Epigenetik mekanizmalar, vücudun akut ve kronik strese tepkisini kontrol eden hipotalamik-hipofiz-adrenal eksen yoluyla fetal gelişimdeki değişiklikleri giderek olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Andrawus vd., 2022).

Gebelik sırasındaki stres aynı zamanda mevcut zihinsel sağlık koşullarını da kötüleştirebilir. Doğum sonrası depresyon veya doğum sonrası duygudurum bozukluğu için en güçlü risk faktörü, gebelik sırasında yaşanan anksiyete, depresyon, travma sonrası stres bozukluğu veya diğer akıl hastalıkları geçmiştir (Riquelme-Gallego vd, 2023). Doğum öncesi duygudurum bozukluklarının veya doğum öncesi bakım sırasında şiddetli akut veya kronik stresin tanınması ve ardından uygun görüldüğü şekilde ruh sağlığı ve sosyal hizmet kaynaklarına yönlendirme, ruh sağlığı desteğinin önemli bileşenleridir (Howard ve Khalifeh, 2020).

### **2.1.1. Stresin Gebeliğe Etkisi**

Gebelik, kadınların ve ailelerinin hayatlarında önemli değişiklikler getiren stresli bir dönemdir. Akut stres durumlarında anneleri ve bebekleri stresin olumsuz etkilerinden koruyan enzimler devreye girer ancak stres kronikleştiğinde bu koruma ortadan kalkmaktadır. Böylece gebelikte stres algısı sabit hale geldiğinde anne ve fetusa etkileri gözlemlenebilmektedir (Zietlow vd., 2019).

#### **2.1.1.1. Stresin Maternal Etkileri**

Maternal stres, adrenokortikotropik hormon, beta-endorfinler, glukokortikoidler ve katekolaminlerin plazma düzeylerinin artmasına, bu da endokrin ve kardiyovasküler farklılıklara neden olmaktadır (Çelik ve Atasever, 2020). Kadınların kortizol seviyeleri stres nedeniyle yükselerek Placental corticotropin-releasing hormone ve oksitosin salınımına, bu da servikal olgunlaşmaya ve uterus kasılmalarına neden olmaktadır (Karakoyunlu, 2018). Gebeliğin devamlılığında önemli rol oynayan progesteron da stres hormonlarından etkilenmektedir (Wilsterman vd., 2018). Annenin bu süreçte karşılaşacağı olumsuz sonuçlar;

hipertansiyon, tip II diyabet, doğum öncesi kanama, spontan düşük, erken doğum, obezite, atopi, doğum komplikasyonları olarak sıralanabilir (Atasever ve Çekik, 2018).

Birçok kadın doğumu tehlikeli, kanlı ve acı verici bir durum olarak algılar. Bu algı, gebeliğin özellikle son üç ayında kadınlarda stres düzeylerinin artmasına neden olabilir (Karakoyunlu, 2018). Stres yaşayan gebe kadınlar doğum öncesi kontrollere katılmama, yetersiz beslenme, içki veya sigara içme gibi sağlıksız davranışlar da sergileyebilir (Sebastiani vd., 2018).

Gebelik, sosyal ilişkilerde ve uyum gerektiren kadın rollerinde farklılıklar yaratan stresli bir süreç olduğundan, ebeveynliğe geçiş büyük bir kriz olarak görülebilirken, bu durum eşler arasındaki ilişkinin olumsuz etkilenmesine sebep olabilmektedir (Bakır vd., 2021). İlişki sorunları gebelik sırasında ciddi bir stres kaynağı olabilir ve gebeliğe uyum sağlamada sorunlara yol açabilir. Her gebe kadın farklı tepki gösterse de, bir kadının cinsel tepkisi çeşitli faktörlere bağlı olarak gebeliğinin gidişatından etkilenebilmektedir (Aksoy vd., 2019). Çoğu kadın gebeliğin erken döneminde cinsellik konusunda daha rahat hissetmektedir. Progesteron ve östrojen artışları, gebe kadınlarda cildin daha yumuşak, daha iyi hissedilmesine ve cinsel organlar üzerindeki etkileri nedeniyle cinsel ilişki sırasında hassasiyetin artmasına neden olmaktadır (Fernández-Carrasco vd., 2024). Kadınların stres sebebiyle içe dönük olması çiftler arasında ilgisizliğe yol açabilmektedir. Gebe kadınlar isteklerinin azalması ve partnerleriyle cinsel ilişkiye girememeleri nedeniyle kendilerini kötü hissetmektedirler. Bu durum gebelikle ilgili olumsuz algılara yol açarak eşler arasında kıskançlık gibi olumsuzlukların yaşanmasına neden olabilmektedir (Koşec vd., 2019).

Gebelik kadınların beden imajı konusunda da sorunlar yaşamasına sebep olabilmektedir. Bazı kadınlar gebelik sırasında beden imajlarına ilişkin olumlu duygulara sahipken bazıları olumsuz duygulara sahiptir. Bu durum da onlar için stres kaynağı olabilmektedir (Crossland, vd., 2023).

#### **2.1.1.2. Stresin Fetal Etkileri**

Gebelik sırasında katekolaminlerdeki artışlar plasental kan damarlarını daraltarak fetal hipoksiye yol açabilmektedir (Çelik ve Atasever, 2020). Annenin

aşırı stresine bağlı olarak artan katekolamin ve kortizol seviyeleri vazokonstriksiyona ve uterus perfüzyonunun azalmasına neden olur. Bu durum fetal oksijenasyonu azaltabilir ve fetal yaşamı tehlikeye atabilir (Ducsay vd., 2018; Tang vd., 2020). Bebeklerin bu süreçte karşılaşacağı olumsuz sonuçlar; gelişimsel gecikme, düşük doğum ağırlığı, düşük apgar skoru ve fetüsün ölümü olarak sıralanabilir (Atasever ve Çekik, 2018; Preis vd., 2021).

Gebelik sırasında yaşanan stres, adrenal bezlerden glukokortikoidlerin salınımını artırmaktadır. Glukokortikoidler birçok sitokin, büyüme faktörü ve bağışıklık sistemi hücresinin üretiminde ve salınımında etkilidir. Stres nedeniyle oluşan artan kortizol seviyeleri plasentayı ve fetüsü etkileyerek gebeliğin seyrini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Gebelik sırasındaki stres plasentaya giden kan akışını bozabilir ve plasental kan şekeri seviyelerinin düşmesine neden olabilmektedir. Düşük doğum ağırlığı ve intrauterin büyüme geriliği, plasental kan akışı bozulmuş gebe kadınlardan doğan bebeklerde sık görülen durumlardır (Yang vd., 2023). Bu koşullar solunum sıkıntısı sendromuna, polisitemiye, düşük Apgar skorlarına, mekonyum aspirasyonuna ve uzun vadede gastrointestinal, idrar ve solunum komplikasyonlarına yol açabilmektedir (Olicker vd., 2021).

Gebelik sırasında strese maruz kalan annelerden doğan bebeklerin fiziksel ve nörolojik gelişimi daha yavaştır. Gebelikte yaşanan stres bebeklerde hiperaktiviteye, ağlamaya, antisosyal davranışlara ve psikiyatrik sorunlara yol açabilmektedir. Doğum sürecinin normal şartlarda gelişebilmesi için annenin fizyolojisinin hazır olması ve fetüsün doğuma uygun olması gerekir. Eğer anne kronik olarak stresliyse her ikisi de doğuma hazır olmadan bu süreci yaşayabilir. Doğum sırasında annenin stresi ve korkusu artarken fetüsün kalp atış hızı ve kan basıncı olumsuz etkilenir (Baran vd., 2020). Gebelik sırasında salgılanan stres hormonları fetal bağışıklık sistemini baskılayarak alerjik inflamasyona yol açmaktadır. Ek olarak, baskılanmış bir bağışıklık sistemi preeklampsi gibi gebelik komplikasyonlarına yol açabilmektedir (Devvanshi vd., 2022).

Gebelik yaşı arttıkça gebeliğe tolerans zorlaşmakta, gündüz yorgunluğu artmakta ve dolayısıyla uykuya dalmak zorlaşmaktadır (Kember vd., 2023). Gebelik sırasındaki uyku sorunları, düşük uyku kalitesi ve stres, gebeliği ve doğumu olumsuz

etkileyerek yetersiz anne bakımına ve bebek gelişimi sorunlarına yol açabilmektedir (Warland vd., 2018).

Gebelik sırasında kontrolsüz stres, yalnızca fetüsün yaşamı üzerinde değil, aynı zamanda bebeğin gelecekteki yaşamı üzerinde de birçok olumsuz sonuca yol açabilmektedir. Gebelik döneminde aşırı stres yaşayan annelerden doğan bebekler, yeni ortamlara uyum sağlarken çekingen ve korkak davranışlar göstermektedir. Okul öncesi yıllarda dil becerileri zayıf, dikkat ve entelektüel performansları zayıftır, ergenlik döneminde depresif bozukluklar ve anksiyete bozuklukları daha sık görülmektedir (Zietlow vd., 2019). Fetal beyin gelişiminin en yoğun olduğu dönemdeki stres, yetişkinlikte koroner arter hastalığı, hipertansiyon, diyabet ve kronik dejeneratif hastalık riskini arttırmaktadır (Benagiano vd., 2021).

### **2.1.2. Gebelikte Stresin Nedenleri**

Gebelik, doğum ve anneliğe hazırlık, uyumun çok önemli hale geldiği son derece hassas dönemlerdir. Gebe kadınların anneliğe uyum sağlama çabaları, gebelik ve doğum sonrası dönemde önemli bir stres kaynağıdır. Gebelik sırasındaki önemli stres etkenleri arasında rol değişiklikleri, yaşam değişiklikleri ve ilişki zorlukları yer alır. Bu stresin psikolojik sonuçları, gebelik sırasında meydana gelen fizyolojik ve hormonal değişikliklerle daha da kötüleşebilir (McCarthy vd., 2021). Ancak gebe kadınlar, fiziksel semptomlar, ebeveynlik sorunları, gebelikle ilgili kararsızlıklar, yeni bir yaşam tarzına uyum sağlama endişeleri, vücut değişiklikleri ve doğum ve bebeklerinin sağlığıyla ilgili endişeler gibi gebeliğe özgü çeşitli sorunlar nedeniyle stres yaşarlar (Al-Mutawtah vd., 2023).

Gebe kadının geçmişteki olumsuz deneyimleri, cinsel hayatındaki değişiklikler, uyku sorunları, mevcut çocuk sayısı, doğum öncesi eğitim eksikliği, eğitim düzeyi, kişilik özellikleri, aile bireylerinin gebeliğe karşı tutumları, anne yaşı, ilk gebelik ve riskli gebelikler stresli bir süreçte yol açabilmektedir. Anne yaşının genç olması, evlilikte geçimsizlik, düşük eğitim düzeyi, cinsel istismar, eşsizlik, depresif belirtiler ve psikiyatrik hastalık öyküsünün gebe kadınların ruh sağlığını olumsuz yönde etkilediği bilinmektedir (Escañuela Sánchez vd., 2023).

Gebe kadınlara yönelik beklentiler ve toplumun gebe kadınların her açıdan mükemmel anne olma beklentileri de stresin artmasına katkıda bulunmaktadır. Aile

içi şiddete maruz kalan veya geniş aileye sahip kadınlar sosyal izolasyon yaşayabilmektedir (Çilli vd., 2019). Kadının yaşı, sağlığı, sosyoekonomik durumu, sosyal destek sistemi, yaşam kalitesi, önceki gebelik ve doğum deneyimleri, mevcut gebelik deneyimini önemli ölçüde etkilemektedir. Yaşam kalitesinin gebelikte stres oranlarını doğrudan etkilediği, düşük yaşam kalitesinin ise stres oranlarını arttırmaktadır (Al-Mutawtah vd., 2023).

Gebelik ve doğum nedeniyle oluşan sosyal, psikolojik ve fiziksel değişimlere çoğu kadın kolaylıkla uyum sağlasa da bazı kadınlar hafif, orta veya ağır düzeyde psikolojik sorunlar yaşayabilmektedir (Dağlar vd., 2015). Stres etkenleri ayrıca gebelikte bulunulan trimestere bağlı olarak da değişmektedir. Gebelik sırasında kadınlarda ilk trimesterde bacak krampları, bel ağrısı, sık idrara çıkma, bulantı ve kusma; ikinci trimesterde mide yanması ve fetal hareketler; gebeliğin son üç ayında ise fetal hareketler nedeniyle yakınma görülebilmektedir. Büyüme ve kilo alma, hastalarda uyku kalitesinin bozulması, uykusuzluk ve stresle karşı karşıya kalılabilmektedir. Bu süreçte erken gebelikte karşılaşılan çelişkili duygular en önemli psikolojik değişikliklerdir (Nagle ve Farrelly, 2018).

#### **2.1.4. Gebelikte Stresle Başa Çıkma Kullanılan Yöntemler**

Gebelik, doğum ve doğum sonrası dönem kadının psikolojik dayanıklılığı açısından önemli dönemlerdir ve bu dönemde gebenin stresten korunması için uygun özenin gösterilmesi gerekmektedir (Yar ve Yılmaz, 2021). Anne ve yenidoğan sağlığında annenin duygusal durumundaki değişikliklerin belirlenmesi, stres tanısının konulması ve sağlık hizmetleri aracılığıyla gerekli desteğin sağlanması gerekmektedir (Modak vd., 2023).

Gebelikte stresle baş etme yöntemlerini aşağıdaki gibi sıralamak mümkündür:

*Gevşeme Egzersizleri:* Kadınlar gebelik, doğum ve doğum sonrası dönemdeki fizyolojik ve psikolojik değişimlere bağlı olarak farklı belirtiler yaşamaktadırlar (Nadholta vd., 2023). Bu değişiklikler ve yaşanan belirtiler nedeniyle kadınlar hem kendi sağlıkları hem de bebeklerinin sağlığı konusunda endişe duymaktadır (Rodríguez-Almagro vd., 2019). Belirti şiddetinin artması kaygı ve stresin artmasına yol açabileceği gibi, kaygı ve stresin artması da belirtilerin daha şiddetli hale

gelmesine ve kısır döngü oluşmasına neden olabilmektedir. Bu kısır döngüyü kırmak için kadınları rahatlatmak amacıyla ilaç dışı yöntemler olarak nefes ve rahatlama egzersizleri sıklıkla kullanılmaktadır (Gültepe ve Çalım, 2021).

*Solunum Egzersizleri:* Nefes egzersizleri, gebelerin doğum sırasında daha fazla odaklanmasını sağlamaktadır. Gebelerin ağrı anında farklı noktalara odaklanmasına rehberlik etmekte, ağrı eşiğini yükseltmekte, ağrı algısını azaltmakta, gebe kadını rahatlatmakta, gebeliğin doğum ağrısıyla baş etmesini kolaylaştırmakta ve gebeliğin daha kolay geçmesini sağlamaktadır. Rahim ağrısını hafifletmekte, egzersizler sayesinde anne ve fetus daha sağlıklı olmaktadır (Yüksel vd., 2017). Ayrıca bu nefes alma teknikleri, uygun ıkınma teknikleriyle birleştğinde doğumu daha kolay yönetilebilir hale getirebilmektedir (Geçeli, 2022). Gebe kadınlar derin rahatlama ve karın nefesi eğitimi sayesinde doğum korkusunu ortadan kaldıracak ve ağrıyla başa çıkabileceklerdir (Leutenegger, 2022).

*Fiziksel Egzersiz:* Gebelik; fiziksel, zihinsel ve fizyolojik değişikliklerin olduğu normal bir yaşam olayıdır. Gebelik doğal bir yaşam olayı olmasına rağmen fiziksel, psikolojik ve sosyal değişimlere neden olan bir durumdur (Bjelica vd., 2018). Gebelik sırasında yaşanan fiziksel semptomlar, ebeveynlik sorunları, aile ve sosyal yaşamdaki değişiklikler, bozulan beden imajı, doğumla ilgili korkular ve bebeğin sağlığına ilişkin endişeler gibi pek çok durum, bu dönemde kadınlarda stres oluşmasına sebep olabilecek etkenler arasındadır (Özşahin, 2020). Gebelik sırasında fiziksel aktivitenin azalması beklenenden daha fazla kilo alımına neden olabilmektedir. Fiziksel aktivitenin azalmasına bağlı olarak fazla kilo alımı, bel ağrısına yol açan omurga biyomekaniğinin bozulması ve ağrıya bağlı kinezyofobi, gebe kadınların kırılması zor bir kısır döngüye yol açabilmektedir (Kızılay ve Ünver, 2022).

*Düşleme (Katatimi) ve Yoga:* Gebe kadınlarda düşleme (katathimia), meditasyon ve yoga gibi rahatlama teknikleri psikolojik stresi azaltabilir ve kalp atış hızı ve kan basıncı da dahil olmak üzere kardiyovasküler sistem üzerinde olumlu bir etkiye sahip olabilmektedir (Žebeljan vd., 2022).

*Masaj Terapisi:* Gebelik sırasında uygulanan masaj terapisi, gebe kadınların kendilerini daha iyi hissetmelerini, daha iyimser olmalarını veya daha verimli

alışmalarını sağlayarak yardımcı olabilir. Masaj, gebe kadınlara, bir terapistin kişiye özel bakımı yoluyla benzersiz ve güçlü bir rahatlama ve destek deneyimi sağlamaktadır (akır-Koçak ve Sevil, 2021).

*Akupunktur:* Akupunktur, vücutta belirlenmiş önemli noktalara ince iğnelerin batırılmasıyla yapılan bilimsel bir tedavi yöntemidir (Kandemir, 2022). Akupunktur gebelik sırasındaki pelvik ağrı, bel ağrısı, hiperemesis gravidarum, uykusuzluk, anormal fetal pozisyon vb. durumlarda uygundur (ayır ve Tanrıverdi, 2022).

*Biyolojik Geri Bildirim (Biofeedback):* Egzersiz programı sırasında otonom aktivitelerin (vücut ısısı, ter bezi salgısı, kalp atışı, oksijen tüketimi, mide asidi salgısı vb.) istenilen yöne ayarlanması, kişinin normal ve anormal fizyolojik tepkilerinin farkına varmasının sağlanmasıdır. Geri bildirimde birey bir izleme cihazına bağlanıyor ve bu cihaz aracılığıyla bireyin tepkisine göre bazı fizyolojik değişiklikler izlenmektedir. Bireyin olumlu tepki vermesi, vücudunda meydana gelen değişiklikler (kalp atışı, kan basıncı gibi) hakkında ipuçları vermektedir. Zamanla bireyler içsel tepkilerinin daha fazla farkına varırlar ve gerektiğinde bu tepkileri değiştirmeye başlamaktadırlar. Biofeedback, kronik baş ağrısı veya stres yaşayan kişiler için etkili olabilmektedir (Kaba, 2019).

*Sosyal Destek:* Gebelik, kadınlara fiziksel, psikolojik ve sosyal değişimler yaşadığı ve uyum sağlamaları gereken bir dönemdir. Sosyal destek; kişiye yakınları ve çevresi tarafından sağlanan maddi ve manevi yardım olarak tanımlanmaktadır. Gebe kadınlara önemli bir destek kaynağı da eşleri başta olmak üzere yakın aile bireyleridir (Yanık ve zcanarlan, 2019).

*Müzik Terapisi:* Kadınlar gebelik sırasında birçok değişikliğe uğırlar. Günlük yaşamda gebelik ve bebeğin sağlığı ile ilgili korku ve stres ortaya çıkabilir. Müzik terapi dünyanın birçok ülkesinde her yaştan, kültürden ve etnik kökenden insan üzerinde nitelikli müzik terapistleri tarafından kullanılabilen etkili bir tedavi yöntemidir (Kılıç ve Gürkan, 2021). Müzik terapistlerinin uygulayabileceği etkili bir tedavi yöntemidir. Müzik terapisi fiziksel, psikolojik, duygusal ve ruhsal tedavi için basit ve yan etkisi olmayan bir yöntemdir). Müzik terapisi kaygı ve kaygıyı azaltmak için kullanılan tamamlayıcı ve alternatif bir tedavi yöntemidir (Huang ve Huang, 2023).

*Maneviyatı Güçlendirme:* Maneviyatı güçlendiren, bireyin manevi yönlerini besleyen geleneksel veya ritüel faaliyetlerdir (Nelson-Becker ve Sangster, 2019). Bu aktiviteler bireylerin kendilerini daha güçlü hissetmelerini sağlar, hastalıklarını kabul etmelerine ve geleceğe yönelik plan yapmalarına yardımcı olur, bireyleri destekler ve rahatlatır (Yelen-Akpınar ve Aşti, 2021). Yüksek riskli gebe kadınlar üzerinde yapılan bir araştırmada, duanın sıklıkla bir başa çıkma yöntemi olarak kullanılabilmektedir (Mirzaee, 2022).

## **2.2. Doğum Korkusu**

Doğum, gelişimsel ilerlemeye, strese, kaygıya ve/veya korkuya neden olabilen ve bazen gelecekteki doğumlara ilişkin algıları olumsuz etkileyebilen önemli bir deneyimdir. Her kadın bu süreci farklı şekilde yaşamaktadır. Bazı kadınlar gebelik sırasında kaygı ve korku gibi hafif ve kısa süreli duygular yaşarken, bazı kadınların kaygı ve korkuları doğum sırasında da devam ederek şiddetli hale gelmektedir. Doğum korkusu, doğum öncesi başlayan, doğum süreci ve doğum sonrası devam eden, kadının yaşam kalitesini düşüren olumsuz bir durumdur (Nasr vd., 2020). Doğum korkusu, Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı'na (DSM IV) göre spesifik bir fobi olarak sınıflandırılır (Yaylaoğlu, 2022).

Gebelik ve doğum, çocuk doğuran kadınların geçmesi gereken bir geçiş aşaması veya hayatta kalma sürecidir. Bu süreç her kadın için çok yönlü ve benzersiz bir deneyimdir ve toplumsal özelliklerden etkilenmektedir. Kadınların gebelik ve doğumla ilgili deneyimleri ve beklentileri doğal olarak sevinç ve inancın yanı sıra kaygı ve korkuyu da içeren olumlu ve olumsuz duyguları içermektedir (Richens vd, 2018). Sonuç olarak doğum bazı kadınlar için korkutucu bir deneyim olabilmektedir (Hosseini-Moghaddam vd, 2018). Doğum korkusu, yüksek düzeyde stres ve gebe kalma ve doğumun normal fizyolojik ve psikolojik süreçlerindeki duygusal düzensizlik ile karakterize edilen oldukça olumsuz bir duygudur. Ayrıca gebelik öncesinde, sırasında ve sonrasında kadının sağlığını ve refahını etkileyen yaygın bir sorundur (Öztürk, 2020).

Marce, doğum korkusunu ilk kez 1859'da annenin ağrıyla aşırı meşgul olması olarak tanımlamış, gebe kadının ağrıya aşırı odaklandığını belirtmiştir. Marce'ye göre daha önce gebelik yaşamış kadınlar bu deneyimden dolayı, daha önce gebelik

yaşamamış kadınlar ise yaşadıkları belirsizlikten dolayı gebelik korkusu yaşamaktadırlar. Farklı bir anlatımla önceden gebelik yaşamış olsun veya olmasın çoğu kadın gebelik korkusu yaşayabilmektedir (Puşuroğlu ve Hoccoğlu, 2021). Finlandiya'da Saisto ve arkadaşları (2001) tarafından yapılan araştırmada kaygı, nevrotik kişilik, kırılganlık, depresyon ve düşük benlik saygısı gibi kişisel özelliklerin gebelik kaygısı ve doğum korkusuyla ilişkili olduğu bulunmuştur. Daha ileri analizler, genel kaygının doğum korkusunun en önemli yordayıcısı olduğunu göstermiştir.

### **2.2.1. Doğum Korkusu Prevalansı**

Birçok ülkede yapılan çalışmalarda doğum korkusunun yaygınlığına ilişkin farklı sonuçlar bildirilmektedir. Yapılan bir araştırmada kadınların yaşadıkları doğum korkusunu “dönüşü olmayan bir noktada olmak” metaforu ile açıkladıkları bildirilmiştir (Wigert vd., 2020).

Avustralya, Kanada ve Amerika Birleşik Devletleri de dahil olmak üzere toplam dokuz ülkede yapılan bir çalışmada doğum korkusu oranlarının %6,3 ile %14,8 arasında kadınların doğum korkusu yaşadıkları belirlenmiştir (Nilsson vd. 2018). İrlanda'da yapılan bir çalışmada ise kadınların %36,7'sinin orta, %5,3'ünün de yüksek düzeyde doğum korkusu yaşadıkları belirlenmiştir (O'Connell vd., 2019). Çin'de yapılan bir çalışmada kadınların %43,6'sının hafif, %20,2'sinin orta, %4'ünün ise şiddetli düzeyde doğum korkusu yaşadıkları belirlenmiştir (Han vd., 2022).

Kanbur ve Koç (2023) yaptıkları araştırmada kadınların çoğunlukla orta derecede doğum korkusu yaşadıklarını belirlemişlerdir. Öznas (2019) araştırmasında kadınların %23,3'ünün doğum korkusu yaşadığını tespit etmiştir. Kavsa (2023) %43,4'ünün orta ve yüksek derecede doğum korkusu yaşadığını tespit etmiştir.

### **2.2.2. Doğum Korkusunun Sınıflandırılması**

Doğum korkusu (tokofobi) 3 şekilde sınıflandırılır.

*Primer tokofobi:* Bu durum kadınların gebelikten önce yaşadığı bir korku halidir. Bu durum ergenlik veya yetişkinlik döneminde başlayabilmektedir. İstedikleri gebeliğe sahip olmaktan korktukları için gebeliği sonlandırmayı

düşünebilirler. Bu kadınlar için cinsel ilişki normaldir ancak kadın doğum yapmaktan çok korktuğu için gebe kalmak istemeyebilir. Bazı kadınlar gebeyken sezaryen yaptırmayı planlamaktadır. Bazıları ise doğum yapmaktan korktukları için gebe kalmak istememektedirler (Gün, 2018).

*Sekonder Tokofobi:* Bunun nedeni daha önce doğumdan kaynaklanan travma olabilir. İkincil tokofobiye neden olabilecek durumlar genellikle normal doğuma bağlı travma, düşük, ölü doğum veya gebeliğin sonlandırılmasıdır. Bu travmatik deneyim gebelikten kaçınmaya yol açabilmektedir (Olsen vd., 2022).

*Depresyon Semptomu Olarak Tokofobi:* Bu korkular gebelik sırasında yaşanan duygusal değişiklikler nedeniyle ortaya çıkmaktadır. Gebe kadınlar, doğum yapamayacaklarına, hatta doğum sırasında ölebileceklerine inanarak kendilerini sürekli olumsuz durumlara sokarlar. Bu durum doğumdan sonra da kötüleşmeye devam eder ve tedavi gerektirir. Tedavi edilmezse anneler kendilerini ve bebeklerini ihmal edebilir, kendine zarar verme gibi ciddi sonuçlar ortaya çıkabilmektedir (Takegata vd., 2023).

### **2.2.3. Doğum Korkusunun Belirtileri**

Gebelik sırasında doğum korkusu hissedildiğinde beyin, vücudu savunmaya hazırlar. Sempatik sistemin etkisi altında çarpıntı, baş dönmesi, nefes almada zorluk, sinirlilik gibi korku belirtileri ortaya çıkabilir. Korku arttıkça büyük kan damarları daralır ve organlara giden kan akışı azalır. Tüm vücut tehlikeye tepki vermeye başlar (Bilge vd., 2022). Doğum korkusu, stres belirtileri, kabus görme ve fiziksel belirtilerle kendini gösterir (Ginter vd., 2022). Bu semptomları sürekli düşünceler, ağlama, uykusuzluk, gebelik ve doğumdan kaçınmak isteme ve sezaryen isteme takip etmektedir (Kanellopoulos ve Gourounti, 2022).

Ayrıca korku hisseden kadınlar gerginlik, kaygı, üzüntü vb. nedenlerle içine kapanabilir, kimseyle konuşamayabilir ve tek başına acı çekebilir. Çocuk sahibi olma düşüncesi nedeniyle gebelikten kaçınmak ve kürtajı tercih etmek, özellikle çocuk isteyen kadınlar arasında doğum korkusunun önemli belirtileridir (Herd vd., 2016). Partnerinizin sosyal desteğinin olmaması veya memnuniyetsizliği de doğum korkusunun belirtileridir. Korku düzeyi artan gebe kadınların daha fazla panikleyen, kaçınan ve erteleyen karar verme stilleri sergilemektedirler (Ilska vd., 2021).

#### **2.2.4. Doğum Korkusunun Nedenleri**

Doğum korkusunun birçok nedeni vardır. Biyolojik, psikolojik ve sosyal faktörlerden etkilenir. Kadınların doğum yapmaktan korkmalarının en önemli nedenlerine baktığımızda, doğum ağrısı, bebeğine zarar geleceğinden korkma, olumsuz bir doğum deneyimi yaşayacağını düşünme ve ilk kez doğum yapma nedenlerinin başında gelmektedir (Vural ve Körpe, 2021).

##### ***Biyolojik nedenler***

Annenin mevcut doğum sancıları ve ağrıyla baş edememesi, annenin doğumdan korkmasına neden olabilir. Kadının eylem sırasında paniğe kapılması ve bu acıyla baş edemeyeceğini düşünmesi korku-gerilim-acı üçgeninde daha fazla acı hissetmesine neden olur (Gökçek, 2021). Annenin doğum sancısı yaşadktan sonra doğumun süresi, süresi ve şiddeti, doğumun ilerleyişinin belirsizliği ve doğum korkusu artacak ve bununla baş etmek giderek zorlaşacaktır (Kranenburg vd., 2023). Nijerya'da ilk doğum yapan kadınlar üzerinde yapılan bir çalışmada, kadınların çok azının tokofobi yaşadığını ve bu korkuların sezaryeni tercih etmelerini sağlayacak kadar güçlü olmadığı, katılımcılar arasında tokofobi deneyimine atfedilen nedenler arasında mahallede anlatılan “korku hikayeleri”, yakın tanıdıkların “geçmiş deneyimleri” ve yayınlanan “eğlence videoları” yer aldığı belirlenmiştir (Esan vd, 2021). Farklı bir araştırmada, doğum yapmamış kadınların doğum yapmış kadınlara göre daha fazla doğum ağrısı ve buna bağlı doğum korkusu yaşadığını belirlenmiştir (Wigert vd., 2020).

##### ***Psikolojik nedenler***

Kadının mevcut veya altta yatan psikopatolojisi ve kadının doğum korkusu tepkileri değiştirebilir. Araştırmalarda kadınlarda kaygı ve depresyonun artan doğum korkusuyla bağlantılı olduğu görülür. Kadınların doğum korkusunu anlayabilmek için mevcut psikolojik durumlarının dikkatle incelenmesi ve doğum korkusunun bu bağlamda açıklanması gerekmektedir (Hildingsson vd., 2021). Başka bir çalışmada Kadınların çoğunun (%44) doğal bir zihniyete sahip olduğu ve düşük korkuya sahip olduğu, %29'unun tıbbi bir zihniyete sahip olduğu ve düşük bir korkuya sahip olduğu, %8'inin doğal bir zihniyete sahip olduğu ve daha yüksek bir korkuya sahip olduğu ve %19'unun tıbbi bir zihniyete sahip olduğu ve daha yüksek bir korkuya

sahip olduğu tespit edilmiştir (Rublein ve Muschalla, 2022). Dencker ve arkadaşları (2019) kadın merkezli bakım merkezlerinin korku unsurunu en aza indireceğini belirtmişlerdir.

### ***Sosyal nedenler***

Sosyo-demografik özellikler dikkate alındığında; gençliğin, düşük eğitimin ve düşük sosyoekonomik düzeyin doğum korkusunu arttırmaktadır (Daryani vd., 2023). Yapılan bir çalışmada gebelerin ortalama yaşı  $26,5\pm4,9$  ve ortalama gebelik yaşı sırasıyla 26,52 hafta olduğu, kadınların %89,3'ü doğum korkusu yaşadığı bildirilmiştir. Kadınların doğum korkusu ve eğitim düzeyi, hane geliri yeterliliği, gebelik durumu, doğum sürecini bilme ve gebelik öncesi bakım puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunduğu belirlenmiştir (Soltani vd., 2017).

#### **2.2.5. Doğum Korkusunun Gebelik Sürecine Etkileri**

Doğum öncesi ve doğum sırasında korku arttıkça sempatik sinir sistemi uyarılır ve doğum komplikasyonları artmaktadır. Tehlike anında kan vücudun savunmasına yönlendirildiğinden rahime giden kan ve oksijen miktarı azalır, bu da rahim ağzının sıkılaşmasına ve sertleşmesine neden olur. Bu durum doğumun uzamasına yol açabilse de, rahim oksijenlenmesinin azalması fetal strese yol açabilir (Kanbur ve Koç, 2023).

Çoğu kadın doğurganlığını deneyimlemek ister. Çoğu zaman gebe olduğunu öğrenen kadınlar durumu sevinçle karşılar. Aynı şekilde eşi, diğer aile bireyleri ve sosyal çevresi de aynı tepkiyi verebilmektedir. Kadınlar, sevinç ve özlemle dolu ama doğumla biten gebelik döneminde korku yaşayabilirler. Bir kadının doğum öncesi ve doğum sırasında hissettiği korku, doğumunu yakından etkileyebilir. Korkunun neden olduğu fizyolojik değişiklikler doğumun uzamasını ve ilerlemesini engelleyebilir (Demirbağ ve Aluş-Tokat, 2023).

Doğum çoğu kadın için olumlu bir deneyim olsa da, olumsuz bir doğum deneyimi yaşayan bir kadın için üzücü olabilir, ruh sağlığını olumsuz yönde etkileyebilir ve bir sonraki doğumu hakkında kararsız kalmasına neden olabilir. Korkutucu bir durumla karşı karşıya kalındığında kişinin dikkati dağılır, tehdit

oluşturan faktörlere odaklanır ve kaygısı artar. Kadını olumsuz bir duygusal duruma sokar ve doğumu başarıyla tamamlayamayacağına inandırır. Bu döngü olumsuz beklentilerin gerçekleşmesine neden olur. Gebelik sırasında doğumla ilgili artan stres ve kaygı, gebe kadının ruh halinde, davranışlarında ve vücudunda bazı değişikliklere neden olabilir (Kanbur ve Koç, 2023).

Doğum korkusu nedeniyle gebeliği kasıtlı olarak ertelemek, gebelik sırasında gereğinden fazla ağrı kesici kullanmak, doğum sonrası depresyon, doğum öncesi yaklaşmanın gecikmesi, partnerle ilişki sorunları veya diğer komplikasyonlarla karşılaşabilirsiniz. Birçok kadında; bebeğin ölümü veya sakatlığı, invaziv doğum, bilinmeyen bir ortamda yalnız kalma, uygunsuz davranışlar, sağlık çalışanlarına güvensizlik, panik ve kontrol kaybı gibi sorunlar nedeniyle kişilerde doğumla ilgili korkular gelişebilmektedir (Kaya, 2020).

Yaş ve sosyoekonomik düzey gibi faktörler gebelikte doğum korkusunun gelişmesini etkileyebilir. Genç anneler, özellikle ergenlik çağındaki gebe kadınlar, doğumdan daha fazla korkarlar. Çünkü ergenlik çağındaki gebe kadınların öz farkındalık gelişmeden önce fetüsü için kendilerini feda etmeleri ve kendilerinden ödün vermeleri gerekir. Bu durum korkunun artmasına neden olabilir (Lebni vd., 2021).

Doğum korkusu; gebelik sırasında ve devam eden kabuslar, aşırı stres, konsantrasyon güçlüğü, depresyon, yüksek tansiyon, erken doğum, yetersiz anne-bebek etkileşimi gibi çeşitli olumsuz etkilere sahiptir. Gebelikte psikososyal sağlık birçok faktörden etkilenir. Gebelikte kadının psikososyal sağlığı; kadının eğitimi, sosyoekonomik durumu, önceki gebelikleri ve doğum deneyimleri, çocuk sayısı, gebeliğin planlanıp planlanmadığı, eş ile ilişkisi, aile üyelerinin gebe kadına yönelik tutumları, annenin geçmiş ruhsal hastalığı, gebelikteki olumlu ve olumsuz rolleri. Kadınların doğru ve yeterli gebelik bilgisine sahip olmadığı ve düşük özgüven, sosyal izolasyon ve algılanan sosyal destek gibi birçok faktörden etkilenir (Arvanitidou vd., 2023).

Ayrıca doğum korkusu kadınların gebelikten kaçınmasına, hatta gebeliği sonlandırmasına neden olabilmektedir. Doğum sırasında artan korku hem anne hem de yenidoğan açısından birçok olumsuz sonuç doğurabilmektedir. Gebe kadının

doğum sırasında yabancı bir ortamda bulunmaktan korkması, engelli bir bebek doğurması ya da gebe kadının yalnızken doğum sırasında bebeğe zarar geleceği korkusu doğum korkusunu artırabilmektedir (Zeybek-Yılmaz ve Turan, 2022).

Tokofobi, kadının gebeliğini ve doğum sürecini olumsuz etkileyebilecek ciddi bir psikolojik sorundur. Doğum konusunda aşırı kaygılı ve kaygılı olan kadınlar, doğum sırasındaki uyumsuz davranışlar nedeniyle doğum komplikasyonları yaşayabilirler. Ayrıca doğum korkusuna, travma sonrası stres bozukluğuna, acil sezaryene, doğum sonrası depresyona, cinsel sağlık ve anne-bebek bağ sorunlarına da yol açabilir. Aynı zamanda korku, kadınlarda olumsuz doğum deneyimlerine de yol açabilmektedir. Olumsuz doğum deneyimleri, kadının bir dahaki sefere doğum yapmasından korkmasına neden olabilir ve daha sonraki gebeliklerin gecikmesine, hatta istenmeyen gebeliklere yol açabilir. Kadınların doğum öncesi ve sonrası doğum korkusuna ilişkin düşünceleri karşılaştırıldığında, kadınların doğum öncesi ve sonrası benzer düşünce ve beklentilere sahip olduğu, doğum sırasında korku, doğum sırasında aşırı ağrı, yalnızlık, doğum sırasında gerginlik gibi beklentilerin olduğu ortaya çıkmaktadır (Rúger-Navarrete vd., 2023).

### **2.3. Gebelikte Stres ve Doğum Korkusu İlişkisi**

Gebelik bir kadının hayatında önemli bir dönüm noktasıdır ve gelecek nesillerin hayatta kalmasının sağlanması açısından da önemlidir. Gebelik, doğum ve doğum sonrası dönem kadınların bu nesli devam ettirebilmesi için hayattaki yeni ve farklı rollere uyum sağlamasını gerektiren önemli süreçlerdir. Gebe kadınların üstlendiği yeni sorumluluk ve rollerin farkındalığı da başka bir stres kaynağı olabilir (Gözütok, 2019).

Gebe kadınlar yaklaşan doğumun beklenen stresini yaşasa da, bazı kadınlar özellikle doğumdan korkmaktadır. Bu ağrı bazı kadınlar için şiddetli olsa da gebe kadınların günlük yaşamları olumsuz etkilenerek fiziksel ve ruhsal sağlıklarının yanı sıra ilişkileri de etkilenmektedir (Wigert vd, 2020).

Doğum korkusu biyolojik, psikolojik ve sosyal faktörlerin sonucu olabilir. Gebelikte yaşanan kişisel maddi sorunlar, ailevi sorumluluklar ve doğumla ilgili kaygılar, daha önceki kadın doğum ve jinekoloji deneyimleri, doğum yapamama ve

ağrıyla baş etme korkusu gibi stresörlerin varlığı ve çeşitli psikososyal faktörler doğum korkusunun oluşmasına katkıda bulunur (Zhou, 2021).

## **2.4. Sosyal Medya**

21. yüzyılda iletişim teknolojisindeki dramatik ilerlemeler, internet ve sosyal medyanın kurumsal hayata girmesiyle birlikte işletmelerin geleneksel olarak gerçekleştirdiği pek çok faaliyet değişmiştir. Sosyal medyanın dinamik ve etkili yapısı sosyal medyanın tanımından da anlaşılmaktadır. Sosyal medya Web 2.0'ın teknolojik temelleri üzerine inşa edilen ve kullanıcı tarafından oluşturulan içeriğin oluşturulmasına ve paylaşılmasına olanak tanıyan bir grup İnternet tabanlı uygulamadır (Aichner vd, 2021). Sosyal medyanın bu yönü insan ilişkilerinde gerçek boyutun sanal boyuta taşınması sürecine karşılık gelmektedir (Güzel, 2020). Sosyal medya, kullanıcıların oluşturdukları profillerdeki bağlantıları paylaşımlarına, bağlantılar arasında geçiş yapmalarına, başkalarının paylaştığı bağlantıları hesaplarına eklemelerine ve yorum yapmalarına olanak tanıyan web tabanlı uygulamalardır (Başbayram, 2021). Sosyal medya, bireyler, topluluklar ve kuruluşlar tarafından kolayca erişilebilen, kullanıcı tarafından oluşturulan bir platformdur; insanların birlikte oluşturma, değiştirme, paylaşma, paylaşma yoluyla bir toplulukla işbirliği yapmasına, bağlantı kurmasına ve içerik oluşturmaya olanak tanıyan web tabanlı bir hizmettir (Aichner vd., 2021).

### **2.4.1. Sosyal Medyanın Özellikleri ve İşlevi**

1991 yılında "World Wide Web"ın ortaya çıkmasıyla birlikte yeni medya kavramı ortaya çıkmış ve geleneksel medya kavramlarında köklü değişikliklere neden olmuştur. Web 2.0 kavramının gelişmesi sosyal medyanın oluşmasına ve öne çıkmasına neden olmuştur. Guidewire Group kurucusu Chris Shipley, sosyal medya kavramını ilk kez kullanmıştır. “Sosyal medya”, çevrimiçi bilgi ve iletişimi destekleyen, işbirliğini ve katılımı destekleyen tüm araçları içerir (Alakuş, 2019). Sosyal medya, insanların gözlemlerini, düşüncelerini, duygularını, deneyimlerini paylaşmak ve bağlantıda kalmak için kullandıkları çevrimiçi ortamlar olarak tanımlanabilir (Balcı vd., 2019).

Sosyal medya, tek yönlü bilgi paylaşımından çift yönlü eş zamanlı paylaşıma geçebilen bir medya sistemidir. İnsanların internette yaptığı konuşmaların ve paylaşımların tamamını oluşturur. Bu ortamda kullanıcılar birbirleriyle konuşarak sağlıktan ticarete, eğlenceden eğitime pek çok farklı alanda fikir ve bilgi aktarabilmektedir. Bu nedenlerden dolayı sosyal medyanın gücü kullanıcılarından gelmektedir (Güzel, 2020).

Sosyal medya, günümüzde eğitim ve eğlencenin bütünleşmesi sonucu ortaya çıkan bir medya kavramıdır. Sosyal medyanın hayatımıza girmesiyle toplum tabletlere, 3G teknolojisine ve akıllı telefonlara alışmıştır (Latif vd., 2019). Sosyal medya sadece iletişim amaçlı değildir. İnsanlar oyun oynama, bilgi toplama ve arama gibi pek çok alanda tüm ihtiyaçlarını gidermeyi amaçlamaktadır. Sosyal medya her ne kadar katılımcı internet olarak bilinse de internet tabanlı iletişim ve araçları kapsayarak bir coğrafi bölge genelinde birçok insana etkin erişim sağlamaktadır (Greenhow ve Lewin, 2016). Sosyal medya standartlarına göre bunlar aşağıda sıralanmıştır (Çakmak, 2018);

- *Açıklık*: Sosyal medya söz konusu olduğunda içeriğe erişimdeki tüm zorluklar ve engeller ortadan kaldırılmıştır.

- *Katılım*: Katılımcı kullanıcılar daha kolay geri bildirim ve katkı sağlayabilirler. Medya ile izleyici arasındaki bağlantıyı ortadan kaldırır ve kullanıcılara yönetim olanağı sağlar.

- *Bağlanabilirlik*: Web siteleri veya reklamlar dahilinde bireylere bağlantı sağlarlar. Birçok sosyal medya aracı da bağlantılıdır.

- *Topluluk*: Sosyal medya, kullanıcıların kendilerini ilgilendiren konular veya kişiler hakkında çeşitli şekillerde hızlı bir şekilde etkileşim kurmasına olanak tanır.

- *Karşılıklı diyalog*: Geleneksel medyanın sağladığı iletişim tek yönlü iken, sosyal medya insanlara çift yönlü etkileşim sağlamaktadır. Eski iletişim araçları geri bildirimini imkansız hale getirip zamanımızın çoğunu alırken, sosyal medya kolay ve zamanında geri bildirim sağlamaktadır.

#### 2.4.2. Sosyal Medya Kullanım Yaygınlığı

Dünya çapında 2023 yılı başı itibarıyla 5,44 milyar insan cep telefonu kullanıyor ve bu da dünya toplam nüfusunun %68'ini oluşturmaktadır. 2023'te mobil abone büyümesi 168 milyon yeni kullanıcıyla %3'ün biraz üzerinde gerçekleşmiştir. 2023 yılı itibarıyla dünya çapında 5,16 milyar İnternet kullanıcısı bulunmaktadır. Bu, dünya nüfusunun %64,4'ünün artık çevrimiçi olduğu anlamına gelmektedir. Veriler, küresel internet kullanıcılarının sayısının geçen yıl %1,9 arttığını gösteriyor ancak veri raporlamadaki gecikmeler, gerçek büyümenin muhtemelen daha yüksek olacağı anlamına gelir. 2023 yılına gelindiğinde küresel sosyal medya kullanıcılarının sayısı 4,76 milyara ulaşacak, bu da küresel nüfusun %60'ından biraz daha az. Ancak sosyal medya kullanıcı artışı son aylarda yavaşladı; bu yıl 137 milyon yeni kullanıcı oluştu; yıllık büyüme oranı yalnızca %3'tür (<https://datareportal.com>).

Türkiye 2023 yılı için günde 7 saat 24 dakika ile 15. sırada yer almaktadır. Türkiye'de nüfusun yüzde 83,4'ü internet kullanıcısıyken toplam nüfusun yüzde 95,4'ü mobil bağlantı sahibi ve yüzde 73,1'i aktif olarak sosyal medya kullanmaktadır (We are Social, 2023).

#### 2.4.3. Sosyal Medya Uygulamaları

Sosyal medya araçları bir anlamda sosyal medya araçlarının sağladığı işlevsellik olarak görülebilecek kavramları kapsamaktadır. Sosyal medya uygulamaları bireylere etkileşim fırsatları sunarak onların içerik üreticisi olmalarına ve hem özel hem de geniş ölçekte ilişkiler kurmalarına olanak sağlamaktadır (Beşburak vd., 2022). Aşağıda yaygın olarak kullanılan sosyal medya uygulamalarından bazıları ele alınmıştır.

##### ***Instagram***

Instagram, 2010 yılında kurulan ve 2012 yılında Facebook tarafından satın alınan bir mobil sosyal ağ sitesidir. Instagram, kullanıcıların bir akıllı telefon uygulaması aracılığıyla fotoğrafları bir dizi dijital filtre uygulayarak paylaşmasına veya almasına olanak tanıyan bir fotoğraf ve video paylaşım platformu ve sosyal ağ sitesidir.

### ***X (Twitter)***

San Francisco merkezli Obously firmasının Mart 2006'da geliştirdiği bir araştırma ve geliştirme projesinin sonucu olarak ortaya çıkan bir mikroblog ve sosyal medya platformudur. Kullanıcıların kısa metinler gönderip almasına, fotoğraf ve videoları anlık mesaj şeklinde paylaşmasına olanak tanır (Yücekök, 2019). X, kullanıcıların aynı anda 280 karaktere kadar kısa mesajlar paylaşmasına olanak tanıyan bir sosyal ağ hizmetidir. Kullanıcıların paylaştığı bu kısa mesajlara tweet adı verilmektedir (Suvay-Eker, 2022). Bu uygulamanın adı 2023 yılında X olarak değiştirilmiştir.

### ***Facebook***

Amerikan çevrimiçi sosyal medya platformu ve sosyal ağ hizmetidir. Facebook, 2004 yılında hepsi Harvard Üniversitesi öğrencisi olan Mark Zuckerberg, Eduardo Saverin, Dustin Moskovitz ve Chris Hughes tarafından kurulmuştur. Facebook, 2021 itibarıyla yaklaşık üç milyar kullanıcıyla dünyanın en büyük sosyal ağı haline geldi (Britannica, 2024).

### ***YouTube***

2005 yılında kuruldu ve bir yıl sonra Google tarafından satın alınmıştır. Bir video paylaşım platformu olan YouTube, kullanıcılarının kendi videolarını paylaşmasına ve yüklenen videoları görüntülemesine olanak tanımaktadır (Karataş-Çelik, 2020).

#### **2.4.4. Sosyal Medya Kullanım Amaçları**

Ortaya çıkışından itibaren dijital ortamda bir iletişim aracı olarak sosyal medya, bir iletişim aracı olmaktan çıkıp gündelik yaşamın kendisi haline gelmiştir. Tıpkı yemek yemek gibi, sosyal medya kullanımı da pek çok kullanıcı için alışkanlık haline gelmiş olup, farklı toplum, kültür ve sınıflardan birçok insanı geniş bir sosyal temelde bir araya getirmektedir (Birinci ve Terkan, 2023).

##### **2.4.4.1. Sosyal Kullanım**

Günümüzde yeni iletişim teknolojileri ve sosyal medya sosyal, kültürel, ekonomik ve politik değişimleri tetikleyebilmekte ve bireylerin günlük yaşamlarında

ve yaşam tarzlarında köklü değişikliklere neden olabilmektedir. Bu teknolojilerin bilgiye kolay ve hızlı erişim, iletişimin zaman ve mekan kısıtını aşması, günlük yaşamı kolaylaştırması gibi sosyal faydaları bulunmaktadır (Çömlekçi ve Başol, 2019).

#### **2.4.4.2. Bilişsel Kullanım**

Günümüzde bilginin üretimi ve kitlelere ulaştırılması oldukça karmaşık hale gelmiştir. Farklı alanları etkileyen bilgi ve buluşların yaratılmasında farklı alanların ortak hareket etmesi yönünde ilerleme kaydedilmektedir (Durmuş ve Övür, 2021). İnternetin insanlar tarafından kullanılmaya başlanmasıyla birlikte kısa sürede her yaştan insanın istek ve ihtiyaçlarını kolaylıkla gidermesini sağlayan önemli bir teknolojik devrim haline gelmiştir. Bireyler ihtiyaç duydukları bilgiye daha hızlı ulaşabiliyor, internet üzerinden iletişim kurabiliyor, oyun oynayabiliyor, film ve dizi izleyebiliyor, ürün veya hizmet alıp satabilmektedir. İnternet, çeşitli faydalarının yanı sıra ciddi sorunlar da yaratmaktadır (Büyükgebiz-Koca ve Tunca, 2019).

#### **2.4.4.3. Faydacı Kullanım**

İletişimin en üst seviyeye ulaştığı bu yüzyılda dünya genelinde sosyal ve insani ilişkiler sonsuz bir boyuta ulaşmıştır. Teknolojinin gelişmesiyle birlikte olayların dünyanın hiçbir yerinde gerçekleşmesi artık mümkün değildir. İletişim teknolojisinin gelişmesi ekonomik, politik ve sosyal alanlar arasındaki sınırları ortadan kaldırmıştır (Seçmen, 2022). İnsanlar sosyal medyada paylaşımlarını anlık olarak paylaşabilmekte, sosyal medya hızlı ve güncel kalmakta, sosyal medya kanalları kullanıcılara etkili iki yönlü iletişim olanağı sağlamaktadır. Sosyal medya kullanıcıları bilgiyi ve içeriği yalnızca tüketmekle kalmıyor, aynı zamanda üretebilmektedirler (Çelenk, 2020). Bu gibi yönleri ile sosyal medya bireylere fayda ve avantaj sağlayabilmektedir.

#### **2.4.5. Bilgi Edinme Aracı Olarak Sosyal Medya**

İletişim olanakları, yaşam tarzları ve teknolojiler değişip geliştikçe bilgiye erişim ve kişisel gelişimin süreci ve içeriği de değişip farklı boyutlar kazanmaktadır. Özellikle yeni medyanın medya biçimlerinde ve sosyal medya ortamında meydana getirdiği değişiklikler, bilginin çeşitlenmesinde, bilginin yayılmasında, bilgi

biçiminin, bilginin edinilmesinde ve bilginin içselleştirilmesinde belirleyici bir faktör oynamaktadır (Purnama ve Asdlori, 2023). Artık birey politiktir, sosyaldır, kültürel, ekonomiktir, sanatsaldır. Bireyler bilgilerini internetten ve sosyal medyadan kolaylıkla alabilirler. Bir kişinin bilgiye maruz kalması, bu bilgiyi içselleştirmesi, bu bilgiyi yeni bilgi üretmek için kullanması ve bu bilgiyi yaşam döngüsü boyunca uygulaması veya kullanması kişinin kişisel gelişiminin sonuçlarıdır (Muhammed ve Mathew, 2022).

Gebe kadınlar doğum öncesi dönem, doğumun zamanlaması ve doğum sonrası süreç hakkında bilgi sağlamak için sosyal çevreyi kaynak olarak kullanırlar. İnternet üzerinden kolayca bilgi edinme ve tüm sitelerdeki bilgilere göz atma yeteneği; İnternet, ilgili sağlık uzmanıyla tanışmaktan veya onlarla telefonda konuşmaktan çok daha basit olduğu için daha çekici görülür. İnterneti kullanmanın diğer amaçları arasında gebelikle ilgili alışverişlerin basitleştirilmesi ve eğlence ve haber amaçlı kullanılması yer almaktadır (Serçekuş vd., 2021). Geleneksel kitle iletişim araçlarının yanı sıra sosyal platformlar da hızla erişim alanını genişletmiş ve kadınların gebelikle ilgili sorularını hızla açıklığa kavuşturmuştur (Öztürk vd., 2020).

Kadınlar gebelikte meydana gelen fiziksel ve psikolojik değişiklikleri ve bunların nedenlerini araştırmak, sağlıkla ilgili sorun ve şikayetlere çözüm bulmak, güvenli doğumu sağlamak için kendilerini bilgi arayışında bulurlar. Gebe kadınlar merak ettikleri soruların yanıtlarını internet arama motorları, sağlıkla ilgili bilgilerin yer aldığı web siteleri ve mobil uygulamalar aracılığıyla aramaktadırlar (Shroder vd., 2018). Gebe kadınların internette en sık araştırdığı konular mide bulantısıyla baş etme yolları, egzersiz, bebeğin gelişim aşamaları, doğum anı ve soruna ilişkin korkulardır. Ayrıca deneyimleri paylaşmak ve kendi yaşındaki gebe kadınlardan destek almak için de kullanılır (Javanmardi vd., 2018).

#### **2.4.6. Sosyal Medya Kullanımının Sonuçları**

Sosyal medya uygulamaları bireylerin profil oluşturabildiği, içerik oluşturup paylaşabildiği, başkalarıyla etkileşime geçebildiği platformlardır. İnsanlar zaman öldürmek, iletişim kurmak, oyun oynamak ve birçok sosyal ve eğlence etkinliğine katılmak için sosyal medya sitelerini ziyaret etmeye başlamışlardır (Gedik, 2020). Bu platformlar veya web siteleri haber, iletişim, eğitim, bilgi paylaşımı, arkadaşları takip

etme gibi amaçlarla insanların dikkatini çekmeyi hedeflerken aynı zamanda fikirlerin ve çıkarımların paylaşılabileceği bir alan da sağlar (Baz, 2018).

Sosyal medya platformlarının hızlı yükselişi, sosyal ilişkilerimizin normal biçimlerinin yanı sıra, sunum ve algılama biçimimizde de değişikliklere yol açmıştır. Sosyal medya ortamı günlük yaşamda duygularını ifade edemeyen ya da dikkat çekmek isteyen kişilerin duygu durumlarını yansıtacak şekilde paylaşımlar yapabileceği bir yer haline gelmiştir. İnsanlar günlük yaşamda kendilerini ifade etmekte zorlansalar da sosyal medya ortamının yardımıyla kendilerini her zaman ve her yerde ifade edebileceklerine inanmaktadırlar (Ünlü, 2018). Bu durum sosyal medya kullanımı ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin araştırılmasına olan ilgiyi artırmıştır. Ayrıca bu platformların yükselişiyle birlikte "influencer" olarak adlandırılan kişiler de ortaya çıkmaya başlamış, yaptıkları paylaşımlarla dikkat çekerek, hayranlar üzerinde etki yaratmışlardır (Kıran vd., 2019).

Takip ettiğiniz hesaplar ve kişiler hayatınızın bir parçası haline gelmiştir. Sosyal medyanın günlük pratiğin bir parçası haline gelmesiyle birlikte toplumsal yaşamda dönüştürücü bir rol üstlendiği görülmekte; yeni bir iletişim biçimi oluşturma yanı sıra kültürel, sosyal ve hatta psikolojik etkiler de yarattığı söylenmektedir (Kıran vd., 2020).

Sosyal medya, internet kullanımının yaygınlaşmasının en önemli unsuru, insan hayatını etkileyen ve kolaylaştıran güçlü bir platformdur. Araştırmalar, gençlerin üçte birinin günde en az üç saatini sosyal medyada geçirdiğini ve çevrimiçi gençlerin büyük bir kısmının sosyal medya kullanıcısı olduğunu göstermektedir. Sosyal medya bilinçli kullanıldığında gençlere öğrenmeden sosyal hayata kadar pek çok alanda katkı sağlayabilmektedir. Ancak sosyal medya ve internet de gençlerin kolaylıkla maruz kalabileceği uygunsuz içerikler ve onları kolaylıkla aldatabilecek kötü niyetli kişiler barındırmaktadır (Şener ve Yiğit, 2021).

Sosyal medyada çok fazla zaman harcayan kişiler, sosyal medyada fazladan zaman ve enerji harcayarak işlerini aksatabilirler. Bu aksama bireyin ve/veya meslektaşlarının akademik performansını olumsuz yönde etkileyebilir. Ayrıca sosyal medya bağımlılığının neden olduğu duygusal, ilişki ve sağlık sorunları da kişinin akademik performansını olumsuz yönde etkileyebilir (Atak, 2023).

## **2.6. Gebelikte Sosyal Medya Kullanımında, Stres ve Doğum Korkusunda Hemşirenin Rolü**

Teknolojinin hayatımıza her alanına girmesiyle birlikte sosyal medyanın sağlık bilgi kaynağı olarak kullanımı da artmıştır. Sosyal medya, kullanıcılar arasında işbirliği ve sosyal etkileşim sağladığından sağlık konularında iletişim kurmak ve kendinizi iyi hissetmek için kullanılabilir (Vardarlier ve Öztürk, 2020). Ancak sağlık bilgilerinin sosyal medya aracılığıyla paylaşılmasının önemli riskleri vardır. Birincisi mahremiyetin kaybı, ikincisi ise bireyin bilgi ihtiyaçlarına ilişkin dengeli bilgi sağlanamamasıdır. Sosyal medya teknolojileri sağlık bilgilerinin yayılmasında etkili gibi görünse de burada yer alan bilgilerin kalitesi ve doğruluğu konusunda sorunların devam ettiği unutulmamalıdır (Househ vd., 2018).

İnternet ve sosyal medya aracılığıyla elde edilen bilgilerin doğruluğu ve insanlar üzerindeki etkisi belirsizdir. İnternetin çalışabilmesi için insanların doğru ve güvenilir bilgiyi nerede bulacaklarını ve sağlıklarını iyileştirmek için bunu nasıl kullanacaklarını bilmeleri gerekir. İnternet üzerinden bilgi edinen kişilerin kafası karışabilir ve sağlık çalışanlarından uygunsuz taleplerde bulunabilir, bu da çalışma saatlerinin uzamasına neden olabilir (Özen ve Topbaş, 2023). Gebelik bir kadının hayatında çok önemli olan bir yaşam sürecidir. Bu dönemi en iyi şekilde geçirmek anne, bebek ve aile açısından önemlidir. Sağlık profesyonellerinin desteği kadınların sürece uyum sağlamasını ve yeni doğan bebekleriyle iletişim kurmasını kolaylaştırmaktadır. Bu nedenle asıl amacımız anneyi fiziksel ve psikolojik olarak desteklemektir (Özel vd., 2021).

Özellikle sosyal medyanın yanlış bilgi kaynağı olarak kullanıldığı ve bağımlılık haline geldiği durumlarda gebelik döneminde sosyal medya kullanımında hemşirelere görev düşmektedir. Hemşirelerin sosyal medyadan yanlış bilgi alması durumunda gebe kadınların doğru bilgiye göre hareket etme riski bulunmaktadır. Bağımlılıkla mücadelede hemşirenin birincil rolü önleme yani kişinin bağımlılık durumuna düşmemesini sağlamaktır; ikinci rolü bireyin bağımlılığından kurtulmasını sağlayacak bir tedavi planı geliştirmek ve buna katılmak; üçüncü rolü ise bağımlılıktan kurtulmayı sağlamaktır (Evli ve Albayrak, 2020).

Gebe kadınlar sosyal medyadan aldıkları yanlış bilgiler nedeniyle doğum stresi ve korkusu da yaşayabilmektedir. Hemşireler gebelerde ortaya çıkabilecek olası fiziksel ve psikolojik sorunlara yönelik önleyici tedbirler almalıdır. Sosyal medyayı uygunsuz kullanan gebelerde stresle ilişkili risk faktörleri belirlenmeli, anne ve bebeğin sağlığının korunması ve iyileştirilmesine yönelik çözümler aranmalı, gebelere özel uygulamalar geliştirilmeli ve gebeler bunun nasıl yapılacağı konusunda bilinçlendirilmelidir. Stresle baş etmek için düzenli olarak kontrole gelin, evde takip yapın, uyku takibi yapın, hijyen davranışlarını geliştirilmelidir (Al Ghadeer vd., 2021).

Hemşireler sağlık çalışanlarının çoğunluğunu oluşturmakta ve verdikleri eğitim, danışmanlık ve desteğin kalitesi kadınların doğum deneyimlerinin şekillenmesinde etkili rol oynamaktadır. Kadınların doğum korkusunu önlemek için gebelik planladıkları andan itibaren eğitilmesi gerekmektedir. Sağlık profesyonelleri arasında gebelere danışmanlık ve eğitim veren ebelerin ve kadın sağlığı hemşirelerinin iyi bir gözlemci olması gerekmektedir. Kadının tıbbi öyküsü dikkatlice alınmalı ve doğumla ilgili korkuların olup olmadığını ortaya çıkaracak sorular sorulmalıdır. Doğum korkuları, kadınlara çocukluktan beri anlatılan olumsuz doğum hikayelerini, yanlış inançları ve bilinçaltı korkuları içermektedir (Zeybek-Yılmaz ve Turan, 2022).

Gebelik sırasındaki stresin fetüs üzerindeki etkileri açıktır, bu nedenle stresi azaltmaya yönelik müdahaleler olumsuz sonuçları iyileştirmelidir. Stresin neden olduğu olumsuz etkilerin tümü ilk üç aylık dönemde ortaya çıkmaz. Bunun ikinci ve üçüncü trimesterde meydana gelen değişikliklerden kaynaklandığı görülmektedir. Bu nedenle müdahaleler mümkün olduğu kadar erken başlamalı ve gebelik boyunca devam etmelidir. Özellikle gebelik sırasında annenin stresini azaltmayı amaçlayan müdahalelerin yanı sıra bu annelerden doğan çocukların uzun süreli takibi de gereklidir. Gebe kadınların bakımına en fazla zaman ayıran hemşireler bu müdahaleleri uygulama sorumluluğuna sahiptir. Hemşireler, gebe kadınların stres düzeylerini izlemek, artan stres düzeylerini tespit etmek ve olası müdahaleleri başlatmak için hemşirelik ve danışmanlık rollerini kullanmalıdır. Hemşirelerin uyguladığı bu müdahaleler annelere ve sonuçta gelecek nesillere fayda sağlayacaktır (Solmaz, 2021a).

### 3. GEREÇ VE YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın tipi, yapıldığı yer ve özellikleri, evren ve örnekleme, dahil edilme ve dışlanma kriterleri, araştırmanın değişkenleri, veri toplama aracı, uygulanması, verilerin istatistiksel analizi, araştırmanın etik boyutu, genellenebilirliği ve sınırlılıkları ile ilgili bilgiler yer almaktadır.

#### 3.1. Araştırmanın Tipi

Bu araştırma gebelikte sosyal medya bağımlılık düzeyinin gebelik stresi ve doğum korkusu ile ilişkisinin belirlenmesi amacıyla tanımlayıcı tipte gerçekleştirilmiştir.

#### 3.2. Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Özellikleri

Araştırmanın, Sivas Numune Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum polikliniğinde Ekim 2023-Ocak 2024 tarihleri arasında yapılmıştır. Bu polikliniğe gebe kadınlar gebelik öncesi dönem, gebelik, gebelik sonrası dönem ve jinekolojik hastalıklar gibi konularda başvurumaktadırlar.

#### 3.3. Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

Araştırmanın evreni Ekim 2023-Ocak 2024 tarihinde Sivas ilinde bulunan Sivas Numune Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum polikliniğine başvuran araştırmaya dahil edilme kriterlerini karşılayan gebelerden oluşmaktadır. Araştırmanın örnekleme, evreni bilinmeyen örneklem formülü ile hesaplanmıştır.

$$n = t^2 pq \div d^2 \text{ formülüyle; } n = (1,96)^2 (0,50)(0,50) \div (0,05)^2 = 384$$

**n:** Örneklem alınacak olan birey sayısı

**P:** İncelenen olayın görülüş sıklığı (0.50)

**q:** İncelenen olayın görülmeyiş sıklığı (0.50)

**t:** Belirli serbestlik derecesinde ve saptanan yanılma düzeyinde t tablosundan bulunan teorik değer (1.96)

**d:** Olayın görülüş sıklığına göre kabul edilen örneklem hatası (0.05)

Örneklem 384 olarak bulunmuştur.

### **3.4. Araştırmaya Dâhil Edilme ve Dışlanma Kriterleri**

#### **3.4.1. Araştırmaya Dâhil Edilme Kriterleri**

- Türkçe konuşabilen,
- İlkokul ve üzeri öğrenime sahip olan,
- 18-49 yaşları arasında olan,
- Sağlıklı gebelik sürecinde olan,
- İletişime engel olacak işitsel, görsel ve bilişsel fonksiyon bozukluğu olmayan,
- Psikiyatrik hastalık tanısı almamış,
- Eşi ile birlikte yaşayan,
- Sosyal medya uygulaması kullanan,
- Çalışmaya katılmayı gönüllü kabul edenler araştırma kapsamına dahil edilmiştir.

#### **3.4.2. Araştırmadan Dışlanma Kriterleri**

- Riskli gebeliği olan,
- Mental ve fiziksel engeli olan gebeler dahil edilmemiştir.

### **3.5. Araştırmanın Değişkenleri**

Araştırmanın bağımlı değişkeni gebelerin stres düzeyleri ve doğum korkusu, sosyal medya bağımlılığı, bağımsız değişkenler ise gebelerin sosyodemografik, obstetrik ve sosyal medya kullanım özellikleridir.

### **3.6. Veri Toplama Araçları**

Araştırmada; Kişisel Bilgi Formu, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği- Yetişkin Formu, Gebelik Stresini Değerlendirme Ölçeği ve Doğum Korkusu Ölçeği veri toplama aracı olarak kullanılmıştır.

#### **3.6.1. Kişisel Bilgi Formu**

Bu form gebe bireye ait sosyodemografik özellikleri belirlemek amacı ile hazırlanmıştır. Form sosyodemografik özellikleri (yaş, çalışma durumu, eğitim

durumu vb) ve obstetrik özellikleri (gebelik haftası, toplam gebelik ve doğum sayısı, planlı ve istenen bir gebelik olup olmadığı vb) ile ilgili bilgileri içeren sorulardan oluşmaktadır. Ayrıca formda sosyal medya kullanımı ve doğum korkusuna ilişkin sorularda bulunmaktadır. Kişisel bilgi formunda üç açık uçlu, 20 tane kapalı uçlu toplam 23 soru bulunmaktadır (Ek-1).

### **3.6.2. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği- Yetişkin Formu (SMBÖ-YF)**

Şahin ve Yağcı'nın (2017) geliştirdiği ölçeğin amacı, 18-65 yaş arasındaki yetişkin bireylerin sosyal medya bağımlılık düzeylerini belirlemektir. İki alt boyutu olan ve toplam 20 madde içeren ölçeğin toplam Cronbach alfa katsayısı 0.94'tür. İlk alt boyut "sanal tolerans" 1-11'inci maddeleri içermekte ve Cronbach alfa değeri 0.92'dir. İkinci alt boyut olan "sanal iletişim" 12-20'inci maddeleri içermekte ve Cronbach alfa değeri 0.91'dir. Bizim çalışmamızda hesaplanan Cronbach alfa katsayısı Tablo 1'de yer almaktadır. Madde 5 ve madde 11 ters puanlanmaktadır. Ölçekteki ifadeler 1'den 5'e değişen puanlar verilerek "bana hiç uygun değil", "bana uygun değil", "kararsızım", "bana uygun" ve "bana çok uygun" biçiminde beşli likert tipinde cevaplanmaktadır. Ölçekten en az 20 puan, en çok 100 puan alınmaktadır. "Puan yükseldikçe birey kendisini sosyal medya bağımlısı olarak algılamaktadır" biçiminde yorumlanmaktadır (Şahin ve Yağcı, 2017) (Ek-2).

### **3.6.3. Doğum Korkusu Ölçeği (DKÖ)**

Nuraliyeva ve Kaya'nın (2022) geliştirdiği ölçeğin amacı; doğurganlık çağındaki kadınların doğum korkusunu belirlemektir. Ölçeğin üç alt boyutu bulunmaktadır. Bunlar; gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu, fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanmaması korkusu ve gebelik ve doğum sorunları korkusu olarak oluşturulmuştur. Ölçek, "1" kesinlikle katılıyorum ile "5" kesinlikle katılmıyorum arasında değerlendirilen likert tipinde bir ölçektir. Ölçekte belirlenen olumlu cümlelerin yanıtları "kesinlikle katılıyorum:1", "katılıyorum:2", "kararsızım:3", "katılmıyorum:4", "kesinlikle katılmıyorum:5" olarak, olumsuz cümlelerin yanıtları ise "kesinlikle katılıyorum:5" ile "kesinlikle katılmıyorum:1" arasında ters yönde yeniden (recode) kodlanmıştır. Olumlu maddelerin numaraları 4, 7, 9, 11, 13, 16, 18 ve 19'dur. Ters yönde kodlanan olumsuz maddeler ise 1, 2, 3, 5,

6, 8, 10, 12, 14, 15, 17 ve 20'dir. Ölçekten alınabilecek toplam puan 34 ile 170 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puan azaldıkça doğurganlık çağında olan kadınların çocuk doğurma korkusu artmaktadır. Geliştirilen ölçek erken/geç postpartum sürecini yaşayan, gebe/gebe olmayan (primipar/multipar), çocuklu/çocuksuz, evli/bekar, 18-49 yaş aralığında doğurganlığı olan kadınlarda uygulanabilir (Ek-3) (Nuraliyeva ve Kaya, 2022).

#### **3.6.4. Gebelik Stresini Değerlendirme Ölçeği (GSDÖ)**

Ghung-Hey Chen'in 2015 yılında geliştirdiği ölçek, Akın ve Erbil (2018) tarafından geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılarak Türkçe'ye uyarlanmıştır. Beş alt boyutu olan ve toplam 36 madde içeren ölçeğin toplam Cronbach alfa katsayısı 0.923'tür. 1-9'uncu maddeleri içeren "Gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres" alt boyutunun Cronbach alfa katsayısı 0.846'dır. İkinci alt boyut olan ve 10-18'inci maddeleri içeren "Bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres" için Cronbach alfa katsayısı 0.868'dir. 3'üncü alt boyut olan ve 19-26'ıncı maddeleri içeren "Annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres" için Cronbach alfa katsayısı 0.813'dür. 4'üncü alt boyut olan ve 27-30'uncu maddeleri içeren "Sosyal destek arayışından kaynaklanan stres" için Cronbach alfa katsayısı 0.835'dir. Son alt boyut olan ve 31- 36'ıncı maddeleri içeren "Değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres" boyutunun Cronbach alfa katsayısı 0.856 olarak bulunmuştur. Bizim çalışmamızda hesaplanan Cronbach alfa katsayıları Tablo 1'de yer almaktadır. Ölçekteki ifadeler beşli Likert tipte; 0=Kesinlikle hayır, 1=Hafif, 2=Orta, 3=Ciddi, 4=Çok ciddi biçiminde yöneltilmiştir. Ölçekten 0-144 arasında puan alınmakta olup "Ölçekten alınan puan yükseldikçe stres artmaktadır" biçiminde yorumlanmaktadır (Ek-4) (Akın, 2018).

#### **3.7. Araştırmanın Uygulanması**

Etik kurul onayından sonra uygulama yapılacak birimden yazılı izin alınmıştır. Sivas Numune Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum polikliniğine başvuran ve araştırmaya kabul kriterlerini karşılayan gebe kadınlar ile görüşülerek poliklinik katındaki hemşirelerin eğitim amaçlı kullandıkları oda da anket uygulanmıştır. Anket uygulaması öncesi açıklama yapılmış, yazılı ve sözlü onamları alınmış ve formlar

katılımcılar tarafından doldurularak kapalı zarf içinde alınmıştır. Formları uygulama süresi 20-25 dakikadır.

### 3.8. Verilerin İstatistiksel Analizi

Veriler SPSS 23.0 versiyon lisanslı programa girilmiştir. Araştırma veri setinin iç tutarlılık durumunu belirlemek amacıyla Cronbach Alfa katsayısı, normallik durumunu belirlemek amacıyla çarpıklık (skewness) ve basıklık (Kurtosis) katsayısı hesaplanmıştır. Araştırmaya katılan gebelerin sosyodemografik, obstetrik ve sosyal medya kullanımları ile ilgili özelliklerinin dağılımını belirlemede yüzde ve frekans analizi yapılmıştır. Araştırma verilerinin normal dağılımda olması sebebiyle (Tablo 2) anlamlılık analizlerinde t Testi ve Anova Testi uygulanmış, anlamlılık ilişkisinin hangi değişkenler arasında olduğunu tespit etmek amacıyla LSD testi uygulanmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkenleri arasındaki ilişkinin tespit edilmesi amacıyla Korelasyon analizi uygulanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde anlamlılık düzeyi  $p < 0.05$  kabul edilmiştir.

#### 3.8.1. Güvenirlik Analizi

Araştırma veri setinin iç tutarlılık durumunu belirlemek amacıyla araştırmada kullanılan ölçeklerin alt boyutları ve ölçek toplamalarının Cronbach Alfa katsayısı hesaplanmıştır (Tablo 1).

**Tablo 1. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Güvenirlik Analizi**

| Ölçek | Alt Boyutlar                                               | Cronbach Alfa |
|-------|------------------------------------------------------------|---------------|
| SMBÖ  | Sanal tolerans                                             | 0,893         |
|       | Sanal iletişim                                             | 0,899         |
|       | Ölçek toplamı                                              | 0,936         |
| DKÖ   | Gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu                     | 0,802         |
|       | Fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu | 0,803         |
|       | Gebelik ve doğum sorunları korkusu                         | 0,863         |
|       | Ölçek toplamı                                              | 0,787         |

**Tablo 1. (Devam) Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Güvenirlilik Analizi**

| Ölçek | Alt Boyutlar                                                                                                 | Cronbach Alfa |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| GSDÖ  | Gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres | 0,893         |
|       | Bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres                                                | 0,825         |
|       | Annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres                                                           | 0,855         |
|       | Sosyal destek arayışından kaynaklanan stres                                                                  | 0,841         |
|       | Değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres                                                   | 0,950         |
|       | Ölçek toplamı                                                                                                | 0,947         |

Tablo 1’de yer alan bilgilere göre SMBÖ alt boyutları ve ölçek toplamında Cronbach Alfa katsayıları 0,893 ile 0,936 arasında; DKÖ alt boyutları ve ölçek toplamında Cronbach Alfa katsayıları 0,787 ile 0,863 arasında; Gebelik stresi değerlendirme ölçeği alt boyutları ve ölçek toplamında Cronbach Alfa katsayıları 0,825 ile 0,950 arasında değişmektedir. Cronbach Alfa katsayısının 0,600 ile 0,800 arasında olması ölçeğin oldukça güvenilir, 0,800 ile 1,000 arasında olması ise yüksek derecede güvenilir (Altunışık vd., 2010) olarak yorumlanması sebebiyle araştırmada kullanılan ölçeklerin oldukça ve yüksek derecede güvenilir olduğu söylenebilir.

### 3.8.2. Normallik Analizi

Araştırma veri setinin normallik durumunu belirlemek amacıyla çarpıklık ve basıklık katsayıları hesaplanmıştır (Tablo 2).

**Tablo 2. Araştırmadan Elde Edilen Verilerin Normallik Analizi**

| Ölçek | Alt Boyutlar                                               | n   | Çarpıklık | Basıklık |
|-------|------------------------------------------------------------|-----|-----------|----------|
| SMBÖ  | Sanal tolerans                                             | 384 | 0,191     | -1,128   |
|       | Sanal iletişim                                             | 384 | 0,606     | -0,655   |
|       | Ölçek toplamı                                              | 384 | 0,336     | -1,004   |
| DKÖ   | Gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu                     | 384 | 0,043     | 1,358    |
|       | Fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu | 384 | -1,030    | 0,498    |
|       | Gebelik ve doğum sorunları korkusu                         | 384 | 0,113     | -1,126   |
|       | Ölçek toplamı                                              | 384 | -0,013    | 0,125    |

**Tablo 2. (Devam) Araştırmadan Elde Edilen Verilerin Normallik Analizi**

| Ölçek | Alt Boyutlar                                                                                                 | n   | Çarpıklık | Basıklık |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----------|----------|
| GSDÖ  | Gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres | 384 | 0,171     | -0,594   |
|       | Bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres                                                | 384 | 0,422     | -0,554   |
|       | Annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres                                                           | 384 | 0,229     | -1,120   |
|       | Sosyal destek arayışından kaynaklanan stres                                                                  | 384 | 0,756     | -0,381   |
|       | Değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres                                                   | 384 | -0,085    | -1,245   |
|       | Ölçek toplamı                                                                                                | 384 | 0,249     | -0,806   |

Tablo 2’de yer alan bilgilere göre sosyal bağımlılık ölçeği alt boyutları ve ölçek toplamında çarpıklık katsayıları 0,191 ile 0,606; basıklık katsayıları -1,128 ile -0,655 arasında değişmektedir. DKÖ alt boyutları ve ölçek toplamında çarpıklık katsayıları -1,030 ile 0,113; basıklık katsayıları -1,126 ile 1,358 arasında değişmektedir. GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamında çarpıklık katsayıları -0,085 ile 0,756; basıklık katsayıları -1,245 ile -0,381 arasında değişmektedir. Çarpıklık ve basıklık katsayılarının -1,500 ile +1,500 arasında olması araştırma verilerinin normal dağılımda olduğu şeklinde yorumlanmaktadır (Tabachnick ve Fidell, 2013).

### 3.9. Araştırmanın Etik Boyutu

Araştırma verileri toplanmadan önce, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan 21.09.2023 tarih ve 2023-09/12 karar no’lu etik kurul izin onayı ve araştırmanın yapıldığı Sivas Numune Hastanesi Başhekimliği ve Sivas İl Sağlık müdürlüğünden gerekli izinler alınmıştır. Veri toplama araçları olan ölçekler için kullanım izinleri mail aracılığıyla alınmıştır. Veri toplama aşamasında da örnekleme alınan ve araştırmaya katılmayı kabul eden gebeler araştırma hakkında bilgilendirilerek yazılı ve sözlü onamları alınmıştır. Araştırmaya katılan gebelere araştırmanın amacı, planı ve elde edilen verilerin nerelerde kullanılacağına ilişkin sözlü bilgi verilmiştir. Araştırmada Helsinki Bildirgesinde yer alan etik ilkelere uyulmuştur.

#### 4. BULGULAR

Bu bölümde yapılan araştırmadan elde edilmiş olan bulguların tablolastırılmış hali ve yorumları yer almaktadır.

**Tablo 3. Gebelerin Sosyodemografik Özelliklerinin Dağılımı (n=384)**

|                                                                        |            | <b>n</b> | <b>%</b> |
|------------------------------------------------------------------------|------------|----------|----------|
| <b>Yaş</b><br><b>Ort. ± Ss=29,08 ± 4,97</b><br><b>Min.-Max.: 18-42</b> | 18-25      | 102      | 26,6     |
|                                                                        | 26-30      | 136      | 35,4     |
|                                                                        | 31-35      | 98       | 25,5     |
|                                                                        | 36-49      | 48       | 12,5     |
| <b>Eğitim düzeyi</b>                                                   | İlkokul    | 19       | 4,9      |
|                                                                        | Ortaokul   | 54       | 14,1     |
|                                                                        | Lise       | 203      | 52,9     |
|                                                                        | Üniversite | 108      | 28,1     |
| <b>Çalışma durumu</b>                                                  | Çalışıyor  | 140      | 36,5     |
|                                                                        | Çalışmıyor | 244      | 63,5     |
| <b>Sosyal güvence</b>                                                  | Var        | 347      | 90,4     |
|                                                                        | Yok        | 37       | 9,6      |
| <b>Ekonomik durumunu değerlendirme</b>                                 | İyi        | 164      | 42,7     |
|                                                                        | Orta       | 200      | 52,1     |
|                                                                        | Kötü       | 20       | 5,2      |
| <b>Yaşanan yer</b>                                                     | Köy        | 46       | 12,0     |
|                                                                        | İlçe       | 105      | 27,3     |
|                                                                        | İl         | 233      | 60,7     |

Tablo 3'e göre araştırmaya katılan gebelerden %35,4'ü 26-30 yaşları arasındayken, %26,6'sı 25 ve altı yaşlarındadırlar. Araştırmaya katılan gebelerin yaş ortalaması 29,08 ± 4,97(min-max: 18-42)'dir. Gebelerin %52,9'u lise, %28,1'i üniversite mezunudur. Gebelerden %63,5'i çalışmamakta, %90,4'ünün sosyal güvencesi bulunmaktadır. Gebelerden %52,1'i ekonomik durumunu orta olarak, %42,7'si iyi olarak tanımlamaktadır. Gebelerden %60,7'si ilde, %27,3'ü ilçede yaşamaktadır.

**Tablo 4. Gebelerin Obstetrik Özellikleri ile İlgili Özelliklerinin Dağılımı (n=384)**

|                                                                                                              |            | <b>n</b> | <b>%</b> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----------|----------|
| <b>Gebeliğin planlanma durumu</b>                                                                            | Evet       | 303      | 78,9     |
|                                                                                                              | Hayır      | 81       | 21,1     |
| <b>Bu gebeliği isteme durumu</b>                                                                             | İstiyor    | 365      | 95,1     |
|                                                                                                              | İstemiyor  | 19       | 4,9      |
| <b>Toplam gebelik</b><br><b>Ort. <math>\pm</math> Ss=2,20 <math>\pm</math> 1,06</b><br><b>Min.-Max.: 1-4</b> | 1          | 128      | 33,3     |
|                                                                                                              | 2          | 111      | 28,9     |
|                                                                                                              | 3          | 87       | 22,7     |
|                                                                                                              | 4 ve üzeri | 58       | 15,1     |
| <b>Toplam doğum</b><br><b>Ort. <math>\pm</math> Ss=1,09 <math>\pm</math> 0,99</b><br><b>Min.-Max.: 0-3</b>   | Yok        | 130      | 33,9     |
|                                                                                                              | 1          | 131      | 34,1     |
|                                                                                                              | 2          | 82       | 21,4     |
|                                                                                                              | 3          | 41       | 10,7     |
| <b>Şu anki gebelik haftası</b>                                                                               | 4-12       | 94       | 24,5     |
|                                                                                                              | 13-27      | 175      | 45,6     |
|                                                                                                              | 28-40      | 115      | 29,9     |
| <b>Doğum şekli tercihi</b>                                                                                   | Normal     | 280      | 72,9     |
|                                                                                                              | Sezaryen   | 104      | 27,1     |
| <b>Doğum korkusu yaşama</b>                                                                                  | Evet       | 314      | 81,8     |
|                                                                                                              | Hayır      | 70       | 18,2     |

Tablo 4'e göre araştırmaya katılan gebelerden %78,9'unun şu anki gebeliği planlıdır ve %95,1'i bu gebeliği istemektedir. Gebelerden %33,3'ünün toplam gebelik sayısı 1, %28,9'unun 2'dir ve toplam gebelik sayı ortalaması  $2,20 \pm 1,06$  (min.-max.: 1-4)'dır. Gebelerden %33,9'u daha önce doğum yapmamışken, %34,1'inin toplam doğum sayısı 1'dir ve toplam doğum  $1,09 \pm 0,99$  (min.-max.: 0-3)'dur. Gebelerden %45,6'sının şu anki gebelik haftası 45,6'dır. Gebelerden %72,9'unun doğum şekli tercihi normal doğumdur ve %81,8'i doğum korkusu yaşamaktadır.

**Tablo 5. Gebelerin Sosyal Medya Kullanımı ile İlgili Özelliklerinin Dağılımı (n=384)**

|                                                                         |                              | <b>n</b> | <b>%</b> |
|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------|----------|----------|
| <b>Facebook</b>                                                         | Evet                         | 139      | 36,2     |
|                                                                         | Hayır                        | 245      | 63,8     |
| <b>Instagram</b>                                                        | Evet                         | 350      | 91,1     |
|                                                                         | Hayır                        | 34       | 8,9      |
| <b>X</b>                                                                | Evet                         | 102      | 26,6     |
|                                                                         | Hayır                        | 282      | 73,4     |
| <b>YouTube</b>                                                          | Evet                         | 169      | 44,0     |
|                                                                         | Hayır                        | 215      | 56,0     |
| <b>Sosyal medyaya ulaşma</b>                                            | Telefon                      | 349      | 90,9     |
|                                                                         | Bilgisayar                   | 28       | 7,3      |
|                                                                         | Tablet                       | 7        | 1,8      |
| <b>Günlük sosyal medya kullanma</b>                                     | 1 saatten az                 | 74       | 19,3     |
|                                                                         | 1-3 saat                     | 224      | 58,3     |
|                                                                         | 4-6 saat                     | 84       | 21,9     |
|                                                                         | 7 saat ve üzeri              | 2        | 0,5      |
| <b>Gündemi takip etmek</b>                                              | Evet                         | 327      | 85,2     |
|                                                                         | Hayır                        | 57       | 14,8     |
| <b>Paylaşımında bulunmak</b>                                            | Evet                         | 173      | 45,1     |
|                                                                         | Hayır                        | 211      | 54,9     |
| <b>Gebelik ve annelik hakkında bilgi almak</b>                          | Evet                         | 153      | 39,8     |
|                                                                         | Hayır                        | 231      | 60,2     |
| <b>Boş zamanlarımı geçirmek</b>                                         | Evet                         | 255      | 66,4     |
|                                                                         | Hayır                        | 129      | 33,6     |
| <b>Yatmadan önce sosyal medya hesabını kontrol etme</b>                 | Evet                         | 177      | 46,1     |
|                                                                         | Hayır                        | 207      | 53,9     |
| <b>Uzun süre sosyal medyadan uzak kalınca sosyal hayatta hissedilen</b> | Sosyal medyadan ayrı kalamam | 12       | 3,1      |
|                                                                         | Kötü hissederim              | 112      | 29,2     |
|                                                                         | Yalnız hissederim            | 21       | 5,5      |
|                                                                         | Benim için sorun olmaz       | 239      | 62,2     |
| <b>Eş ile iletişim</b>                                                  | İyi                          | 318      | 82,8     |
|                                                                         | Orta                         | 61       | 15,9     |
|                                                                         | Kötü                         | 5        | 1,3      |
| <b>Sosyal medyada geçirilen zamandan dolayı eşle problem yaşama</b>     | Evet                         | 72       | 18,8     |
|                                                                         | Hayır                        | 312      | 81,3     |
| <b>Eşin sosyal medya hesabı olması</b>                                  | Evet                         | 325      | 84,6     |
|                                                                         | Hayır                        | 59       | 15,4     |
| <b>Evde sınırsız internet kullanma</b>                                  | Evet                         | 274      | 71,4     |
|                                                                         | Hayır                        | 110      | 28,6     |

Tablo 5'e göre araştırmaya katılan gebelerin tamamı sosyal medya kullanırken, %36,2'si Facebook, %91,1'i Instagram, %26,6'sı X, %44'ü de YouTube kullanmaktadır. Gebelerden %90,9'u sosyal medyaya telefonda ulaşmaktadır ve %58,3'ü günde 1-3 saat arası bir süre sosyal medyada vakit geçirmektedir. Gebelerden %85,2'si gündemi takip etmek, %45,1'i paylaşımda bulunmak, %39,8'i gebelik ve annelik hakkında bilgi almak, %66,4'ü boş zamanlarını geçirmek amacıyla sosyal medya kullanmaktadır. Gebelerden %46,1'i yatmadan önce sosyal medya hesabına bakmaktadır. Gebelerden %62,2'si uzun süre sosyal medyadan uzak kalınca kendisi için bir sorun olmayacağını belirtirken, %29,2'si kötü hissedeceğini belirtmiştir. Gebelerden %82,8'i eşi ile iletişimini iyi olarak tanımlarken %81,3'ü sosyal medyada geçirdiği zamandan dolayı eşi ile problem yaşamadığı saptanmıştır. Gebelerden %84,6'sının eşinin de sosyal medya hesabı bulunurken, %71,4'ünün evinde sınırsız internet kullanılabilmektedir.

**Tablo 6. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği –Yetişkin Formu, Doğum Korkusu Ölçeği ve Gebelik Stresini Değerlendirme Ölçeği Alt Boyutlarının Puan Ortalamaları (n=384)**

| Ölçek | Alt Boyutlar                                                                                                 | n   | Ort ± Ss      | Min-Maks |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|---------------|----------|
| SMBÖ  | Sanal tolerans                                                                                               | 384 | 30,30 ± 11,95 | 11 - 55  |
|       | Sanal iletişim                                                                                               | 384 | 18,58 ± 8,93  | 9 - 45   |
|       | Ölçek toplamı                                                                                                | 384 | 48,88 ± 19,71 | 20 - 100 |
| DKÖ   | Gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu                                                                       | 384 | 15,25 ± 6,23  | 9 - 45   |
|       | Fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu                                                   | 384 | 12,25 ± 5,83  | 6 - 30   |
|       | Gebelik ve doğum sorunları korkusu                                                                           | 384 | 15,84 ± 6,03  | 5 - 25   |
|       | Ölçek toplamı                                                                                                | 384 | 43,33 ± 11,41 | 20 - 82  |
| GSDÖ  | Gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres | 384 | 16,68 ± 8,99  | 0 - 36   |
|       | Bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres                                                | 384 | 12,62 ± 8,07  | 0 - 36   |
|       | Annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres                                                           | 384 | 11,18 ± 8,61  | 0 - 32   |
|       | Sosyal destek arayışından kaynaklanan stres                                                                  | 384 | 3,77 ± 4,00   | 0 - 16   |
|       | Değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres                                                   | 384 | 12,12 ± 8,02  | 0 - 24   |
|       | Ölçek toplamı                                                                                                | 384 | 57,36 ± 30,19 | 0 - 140  |

Tablo 6'ya göre SMBÖ alt boyutlarından sanal tolerans alt boyutu ortalaması  $30,30 \pm 11,95$  olurken, sanal iletişim alt boyut puan ortalamasının  $18,58 \pm 8,93$  ve ölçek toplamı puan ortalamasının  $48,88 \pm 19,71$  olduğu belirlenmiştir. DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu puan ortalaması  $15,25 \pm 6,23$  olurken, fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu puan ortalaması  $12,25 \pm 5,83$ , gebelik ve doğum sorunları korkusu puan ortalamasının  $15,84 \pm 6,03$  ve ölçek toplam puan ortalamasının  $43,33 \pm 11,41$  olduğu saptanmıştır. GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $16,68 \pm 8,99$ , bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $12,62 \pm 8,07$ , annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $11,18 \pm 8,61$ , sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $3,77 \pm 4,00$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $12,12 \pm 8,02$  ve ölçek toplam puan ortalamasının  $57,36 \pm 30,19$  olduğu belirlenmiştir.

**Tablo 7. Gebelerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                                        |     | Sanal tolerans  | Sanal iletişim  | Ölçek toplamı     |
|----------------------------------------|-----|-----------------|-----------------|-------------------|
|                                        | n   | Ort ± Ss        | Ort ± Ss        | Ort ± Ss          |
| <b>Yaş</b>                             |     |                 |                 |                   |
| 18-25                                  | 102 | 34,51 ± 12,42   | 21,19 ± 8,89    | 55,70 ± 20,19     |
| 26-30                                  | 136 | 30,16 ± 10,71   | 18,95 ± 9,00    | 49,11 ± 18,41     |
| 31-35                                  | 98  | 28,50 ± 11,75   | 17,62 ± 8,68    | 46,12 ± 19,26     |
| 36-49                                  | 48  | 25,42 ± 12,20   | 13,96 ± 7,31    | 39,38 ± 18,47     |
| Test değer                             |     | F= 8,056        | F= 8,049        | F= 8,958          |
| Anlamlılık düzeyi                      |     | <b>p= 0,000</b> | <b>p= 0,000</b> | <b>p= 0,000</b>   |
| Fark                                   |     | <b>1&gt;2,4</b> | <b>1&gt;3,4</b> | <b>1&gt;2,3,4</b> |
| <b>Eğitim düzeyi</b>                   |     |                 |                 |                   |
| İlkokul                                | 19  | 28,68 ± 13,55   | 17,21 ± 9,88    | 45,90 ± 22,26     |
| Ortaokul                               | 54  | 27,65 ± 10,86   | 15,61 ± 7,19    | 43,26 ± 16,76     |
| Lise                                   | 203 | 30,89 ± 12,40   | 18,50 ± 8,81    | 49,39 ± 20,07     |
| Üniversite                             | 108 | 30,80 ± 11,27   | 20,46 ± 9,43    | 51,26 ± 19,60     |
| Test değer                             |     | F= 1,232        | F= 3,825        | F= 2,199          |
| Anlamlılık düzeyi                      |     | p= 0,298        | <b>p= 0,010</b> | p= 0,088          |
| Fark                                   |     |                 | <b>4&gt;2</b>   |                   |
| <b>Çalışma durumu</b>                  |     |                 |                 |                   |
| Çalışıyor                              | 140 | 31,12 ± 11,66   | 20,42 ± 9,21    | 51,54 ± 19,71     |
| Çalışmıyor                             | 244 | 29,83 ± 12,12   | 17,53 ± 8,61    | 47,35 ± 19,59     |
| Test değer                             |     | t= 1,021        | t= 3,092        | t= 2,013          |
| Anlamlılık düzeyi                      |     | p= 0,308        | <b>p= 0,002</b> | <b>p= 0,045</b>   |
| <b>Sosyal güvence</b>                  |     |                 |                 |                   |
| Var                                    | 347 | 30,74 ± 12,08   | 19,08 ± 9,03    | 49,82 ± 19,99     |
| Yok                                    | 37  | 26,14 ± 9,95    | 13,95 ± 6,40    | 40,08 ± 14,35     |
| Test değer                             |     | t= 2,241        | t= 3,364        | t= 2,884          |
| Anlamlılık düzeyi                      |     | <b>p= 0,026</b> | <b>p= 0,001</b> | <b>p= 0,004</b>   |
| <b>Ekonomik durumunu değerlendirme</b> |     |                 |                 |                   |
| İyi                                    | 164 | 31,74 ± 12,34   | 19,15 ± 9,08    | 50,90 ± 20,10     |
| Orta                                   | 200 | 29,23 ± 11,61   | 18,22 ± 8,82    | 47,45 ± 19,34     |
| Kötü                                   | 20  | 29,20 ± 11,43   | 17,50 ± 9,05    | 46,70 ± 19,66     |
| Test değer                             |     | F= 2,102        | F= 0,644        | F= 1,515          |
| Anlamlılık düzeyi                      |     | p= 0,124        | p= 0,526        | p= 0,221          |

**Tablo 7. (Devam) Gebelerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                          |     | Sanal tolerans | Sanal iletişim  | Ölçek toplamı |
|--------------------------|-----|----------------|-----------------|---------------|
|                          | n   | Ort ± Ss       | Ort ± Ss        | Ort ± Ss      |
| <b>Yaşanan yer</b>       |     |                |                 |               |
| <b>Köy</b>               | 46  | 30,20 ± 14,21  | 16,46 ± 8,64    | 46,64 ± 22,01 |
| <b>İlçe</b>              | 105 | 29,17 ± 12,03  | 16,63 ± 7,86    | 45,80 ± 18,87 |
| <b>İl</b>                | 233 | 30,83 ± 11,45  | 19,88 ± 9,24    | 50,71 ± 19,47 |
| <b>Test değeri</b>       |     | F= 0,696       | F= 6,449        | F= 2,600      |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b> |     | p= 0,499       | <b>p= 0,002</b> | p= 0,076      |
| <b>Fark</b>              |     |                | <b>3&gt;1,2</b> |               |

Tablo 7’de araştırmaya katılan gebelerin sosyodemografik özelliklerine göre SMBÖ puan ortalamalarının karşılaştırması bulunmaktadır.

Gebelerin yaşına göre SBMÖ ölçeği alt boyutlarından sanal tolerans, sanal iletişim ve ölçek toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Diğer yaş gruplarına göre yaşı 18-25 arası olan gebelerin sanal tolerans alt boyut puan ortalaması  $34,50 \pm 12,42$ , sanal iletişim alt boyut puan ortalaması  $21,19 \pm 8,89$ , SMBÖ toplam puan ortalaması  $55,70 \pm 20,19$ , bulunmuştur ( $p<0,05$ ).

Gebelerin eğitim durumuna göre SMBÖ alt boyutlarından sanal iletişim arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Üniversite mezunu olan gebe kadınların sanal iletişim alt boyut puan ortalaması  $20,46 \pm 9,43$  olarak tespit edilmiştir.

Gebe kadınların çalışma durumuna göre SMBÖ alt boyutlarından sanal iletişim ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Gebe kadınlardan çalışanların SMBÖ alt boyutlarından sanal iletişim alt boyut puan ortalaması  $20,42 \pm 9,21$ , SMBÖ toplam puan ortalaması  $51,54 \pm 19,71$  olarak saptanmıştır.

Gebe kadınların sosyal güvencesi olma durumuna göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Sosyal güvencesi olan gebe kadınların SMBÖ alt boyutlarından sanal

tolerans alt boyut puan ortalaması  $30,74 \pm 12,08$ , sanal iletişim alt boyut puan ortalaması  $19,08 \pm 9,03$ , SMBÖ toplam puan ortalaması  $49,82 \pm 19,99$  olarak tespit edilmiştir.

Gebe kadınların yaşadığı yere göre SMBÖ alt boyutlarından sanal iletişim arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ( $p < 0,05$ ). İlde yaşayan gebe kadınların SMBÖ alt boyutlarından sanal iletişim alt boyut puan ortalaması  $19,88 \pm 9,24$  olarak belirlenmiştir.

Gebe kadınların ekonomik durumunu değerlendirmelerine göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p > 0,05$ ).

**Tablo 8. Gebelerin Obstetrik Özelliklerine Göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                                   |          | <b>Sanal tolerans</b> | <b>Sanal iletişim</b> | <b>Ölçek toplamı</b> |
|-----------------------------------|----------|-----------------------|-----------------------|----------------------|
|                                   | <b>n</b> | <b>Ort ± Ss</b>       | <b>Ort ± Ss</b>       | <b>Ort ± Ss</b>      |
| <b>Gebeliğin planlanma durumu</b> |          |                       |                       |                      |
| <b>Evet</b>                       | 303      | 30,91 ± 11,87         | 18,93 ± 9,02          | 49,84 ± 19,73        |
| <b>Hayır</b>                      | 81       | 28,03 ± 12,05         | 17,26 ± 8,53          | 45,28 ± 19,32        |
| <b>Test değeri</b>                |          | t= 1,935              | t= 1,501              | t= 1,855             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>          |          | p= 0,054              | p= 0,134              | p= 0,064             |
| <b>Gebeliği isteme durumu</b>     |          |                       |                       |                      |
| <b>İstiyor</b>                    | 365      | 30,35 ± 11,94         | 18,56 ± 8,86          | 48,92 ± 19,59        |
| <b>İstemiyor</b>                  | 19       | 29,26 ± 12,55         | 18,95 ± 10,52         | 48,21 ± 22,50        |
| <b>Test değeri</b>                |          | t= 0,387              | t= -0,183             | t= 0,152             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>          |          | p= 0,699              | p= 0,855              | p= 0,879             |
| <b>Toplam gebelik sayısı</b>      |          |                       |                       |                      |
| <b>1</b>                          | 128      | 33,71 ± 11,86         | 21,65 ± 8,99          | 55,35 ± 19,75        |
| <b>2</b>                          | 111      | 29,96 ± 11,27         | 18,69 ± 9,36          | 48,64 ± 19,45        |
| <b>3</b>                          | 87       | 28,89 ± 12,36         | 17,08 ± 7,96          | 45,97 ± 19,20        |
| <b>4 ve üzeri</b>                 | 58       | 25,57 ± 10,91         | 13,86 ± 6,67          | 39,43 ± 16,03        |
| <b>Test değeri</b>                |          | F= 7,264              | F= 12,238             | F= 10,395            |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>          |          | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>      |
| <b>Fark</b>                       |          | <b>1&gt;2,3,4</b>     | <b>1&gt;2,3,4</b>     | <b>1&gt;2,3,4</b>    |
| <b>Toplam doğum sayısı</b>        |          |                       |                       |                      |
| <b>Yok</b>                        | 130      | 33,68 ± 11,96         | 21,40 ± 8,97          | 55,09 ± 19,81        |
| <b>1</b>                          | 131      | 29,95 ± 11,68         | 18,72 ± 9,27          | 48,67 ± 19,88        |
| <b>2</b>                          | 82       | 29,07 ± 11,83         | 16,60 ± 7,92          | 45,67 ± 18,21        |
| <b>3</b>                          | 41       | 23,12 ± 9,30          | 13,17 ± 5,87          | 36,29 ± 13,80        |
| <b>Test değeri</b>                |          | F= 9,294              | F= 11,569             | F= 11,466            |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>          |          | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>      |
| <b>Fark</b>                       |          | <b>1&gt;2,3,4</b>     | <b>1&gt;2,3,4</b>     | <b>1&gt;2,3,4</b>    |
| <b>Gebelik haftası</b>            |          |                       |                       |                      |
| <b>4-12</b>                       | 94       | 31,11 ± 11,81         | 18,96 ± 9,22          | 50,08 ± 19,82        |
| <b>13-27</b>                      | 175      | 31,21 ± 12,42         | 18,90 ± 9,11          | 50,11 ± 20,35        |
| <b>28-40</b>                      | 115      | 28,25 ± 11,17         | 17,78 ± 8,45          | 46,04 ± 18,47        |
| <b>Test değeri</b>                |          | F= 2,427              | F= 0,655              | F= 1,717             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>          |          | p= 0,090              | p= 0,520              | p= 0,181             |

**Tablo 8. (Devam) Gebelerin Obstetrik Özelliklerine Göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                             |     | <b>Sanal tolerans</b> | <b>Sanal iletişim</b> | <b>Ölçek toplamı</b> |
|-----------------------------|-----|-----------------------|-----------------------|----------------------|
|                             | n   | Ort ± Ss              | Ort ± Ss              | Ort ± Ss             |
| <b>Doğum şekli tercihi</b>  |     |                       |                       |                      |
| <b>Normal</b>               | 280 | 30,13 ± 11,76         | 18,65 ± 8,80          | 48,78 ± 19,40        |
| <b>Sezaryen</b>             | 104 | 30,77 ± 12,53         | 18,39 ± 9,34          | 49,15 ± 20,63        |
| <b>Test değeri</b>          |     | t= -0,469             | t= 0,262              | t= -0,166            |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>    |     | p= 0,639              | p= 0,794              | p= 0,869             |
| <b>Doğum korkusu yaşama</b> |     |                       |                       |                      |
| <b>Evet</b>                 | 314 | 31,05 ± 12,00         | 18,89 ± 9,05          | 49,93 ± 18,88        |
| <b>Hayır</b>                | 70  | 26,95 ± 11,21         | 17,20 ± 8,30          | 44,16 ± 18,35        |
| <b>Test değeri</b>          |     | t= 2,607              | t= 1,432              | t= 2,229             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>    |     | <b>p= 0,010</b>       | p= 0,153              | <b>p= 0,026</b>      |

Tablo 8’de araştırmaya katılan gebelerin obstetrik özelliklerine göre SMBÖ puan ortalamalarının karşılaştırması bulunmaktadır.

Gebelerin toplam gebelik sayısına göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Diğer gruplara göre gebelik sayısı 1 olan gebelerin SMBÖ alt boyutlarından sanal tolerans alt boyut puan ortalaması  $33,71 \pm 11,86$ , sanal iletişim alt boyut puan ortalaması  $21,65 \pm 8,99$ , SMBÖ toplam puan ortalaması  $55,35 \pm 19,75$  olarak tespit edilmiştir.

Gebelerin toplam doğum sayısına göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Diğer gruplara göre daha önce doğum yapmamış olan gebelerin SMBÖ alt boyutlarından sanal tolerans alt boyut puan ortalaması  $33,68 \pm 11,96$ , sanal iletişim alt boyut puan ortalaması  $21,40 \pm 8,97$ , SMBÖ toplam puan ortalaması  $55,09 \pm 19,81$  olarak saptanmıştır.

Gebelerin doğum korkusu yaşama durumuna göre SMBÖ alt boyutlarından sanal tolerans ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Doğum korkusu yaşayan gebe kadınların SMBÖ alt boyutlarından sanal tolerans alt boyut puan ortalaması  $31,05 \pm 12,00$ , SMBÖ toplam puan ortalaması  $49,93 \pm 18,88$  olarak tespit edilmiştir.

Gebelerin gebeliği planlama durumu, gebeliği isteme durumu, gebelik haftası ve doğum şekli tercihinin göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 9. Gebelerin Sosyal Medya Kullanımına Göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                                   |     | <b>Sanal tolerans</b> | <b>Sanal iletişim</b> | <b>Ölçek toplamı</b> |
|-----------------------------------|-----|-----------------------|-----------------------|----------------------|
|                                   | n   | Ort $\pm$ Ss          | Ort $\pm$ Ss          | Ort $\pm$ Ss         |
| <b>Facebook Kullanımı</b>         |     |                       |                       |                      |
| <b>Evet</b>                       | 139 | 31,68 $\pm$ 12,08     | 19,15 $\pm$ 9,42      | 50,83 $\pm$ 20,32    |
| <b>Hayır</b>                      | 245 | 29,52 $\pm$ 11,85     | 18,26 $\pm$ 8,65      | 47,78 $\pm$ 19,31    |
| <b>Test değeri</b>                |     | t= 1,704              | t= 0,942              | t= 1,460             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>          |     | p= 0,099              | p= 0,347              | p= 0,145             |
| <b>Instagram Kullanımı</b>        |     |                       |                       |                      |
| <b>Evet</b>                       | 350 | 31,31 $\pm$ 11,84     | 19,26 $\pm$ 9,01      | 50,58 $\pm$ 19,62    |
| <b>Hayır</b>                      | 34  | 19,85 $\pm$ 7,29      | 11,56 $\pm$ 3,35      | 31,41 $\pm$ 9,61     |
| <b>Test değeri</b>                |     | t= 5,541              | t= 4,945              | t= 5,625             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>          |     | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>      |
| <b>X Kullanımı</b>                |     |                       |                       |                      |
| <b>Evet</b>                       | 102 | 35,41 $\pm$ 11,26     | 22,70 $\pm$ 9,05      | 58,11 $\pm$ 19,09    |
| <b>Hayır</b>                      | 282 | 28,45 $\pm$ 11,67     | 17,09 $\pm$ 8,43      | 45,54 $\pm$ 18,88    |
| <b>Test değeri</b>                |     | t= 5,210              | t= 5,643              | t= 5,743             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>          |     | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>      |
| <b>YouTube Kullanımı</b>          |     |                       |                       |                      |
| <b>Evet</b>                       | 169 | 33,48 $\pm$ 11,56     | 21,02 $\pm$ 9,31      | 54,50 $\pm$ 19,47    |
| <b>Hayır</b>                      | 215 | 27,80 $\pm$ 11,68     | 16,67 $\pm$ 8,15      | 44,47 $\pm$ 18,79    |
| <b>Test değeri</b>                |     | t= 4,750              | t= 4,878              | t= 5,111             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>          |     | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>      |
| <b>Sosyal Medyaya Ulaşma Yolu</b> |     |                       |                       |                      |
| <b>Telefon</b>                    | 349 | 30,28 $\pm$ 11,99     | 18,48 $\pm$ 8,90      | 48,75 $\pm$ 19,70    |
| <b>Bilgisayar</b>                 | 28  | 30,11 $\pm$ 11,63     | 20,46 $\pm$ 9,54      | 50,57 $\pm$ 20,25    |
| <b>Tablet</b>                     | 7   | 32,29 $\pm$ 13,00     | 16,14 $\pm$ 8,24      | 48,43 $\pm$ 20,82    |
| <b>Test değeri</b>                |     | F= 0,101              | F= 0,905              | F= 0,112             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>          |     | p= 0,904              | p= 0,405              | p= 0,894             |

**Tablo 9. (Devam) Gebelerin Sosyal Medya Kullanımına Göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                                                                |          | <b>Sanal tolerans</b> | <b>Sanal iletişim</b> | <b>Ölçek toplamı</b> |
|----------------------------------------------------------------|----------|-----------------------|-----------------------|----------------------|
|                                                                | <b>n</b> | <b>Ort ± Ss</b>       | <b>Ort ± Ss</b>       | <b>Ort ± Ss</b>      |
| <b>Günlük sosyal medya kullanma Süresi</b>                     |          |                       |                       |                      |
| <b>1 saatten az</b>                                            | 74       | 19,93 ± 6,57          | 12,76 ± 5,11          | 32,69 ± 10,67        |
| <b>1-3 saat</b>                                                | 224      | 29,79 ± 11,05         | 17,71 ± 8,38          | 47,50 ± 18,13        |
| <b>4-6 saat</b>                                                | 84       | 40,41 ± 9,33          | 25,63 ± 8,19          | 66,04 ± 15,69        |
| <b>7 saat ve üzeri</b>                                         | 2        | 46,00 ± 5,66          | 35,50 ± 0,71          | 81,50 ± 4,95         |
| <b>Test değer</b>                                              |          | F= 57,476             | F= 40,659             | F= 57,894            |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                                       |          | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>      |
| <b>Fark</b>                                                    |          | <b>4&gt;1,2</b>       | <b>4&gt;1,2</b>       | <b>4&gt;1,2</b>      |
| <b>Gündemi takip etme durumu</b>                               |          |                       |                       |                      |
| <b>Evet</b>                                                    | 327      | 30,48 ± 11,85         | 18,65 ± 8,96          | 49,13 ± 19,62        |
| <b>Hayır</b>                                                   | 57       | 29,26 ± 12,61         | 18,21 ± 8,84          | 47,47 ± 20,36        |
| <b>Test değer</b>                                              |          | t= 0,709              | t= 0,339              | t= 0,583             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                                       |          | p= 0,479              | p= 0,735              | p= 0,560             |
| <b>Paylaşımında bulunma durumu</b>                             |          |                       |                       |                      |
| <b>Evet</b>                                                    | 173      | 35,87 ± 11,13         | 21,98 ± 9,02          | 57,84 ± 18,75        |
| <b>Hayır</b>                                                   | 211      | 25,73 ± 21,98         | 15,80 ± 7,85          | 41,53 ± 17,32        |
| <b>Test değer</b>                                              |          | t= 9,106              | t= 7,176              | t= 8,846             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                                       |          | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>      |
| <b>Gebelik ve annelik hakkında bilgi alma durumu</b>           |          |                       |                       |                      |
| <b>Evet</b>                                                    | 153      | 33,78 ± 11,41         | 21,19 ± 8,54          | 54,97 ± 18,72        |
| <b>Hayır</b>                                                   | 231      | 27,99 ± 11,77         | 16,85 ± 8,79          | 44,84 ± 19,35        |
| <b>Test değer</b>                                              |          | t= 4,780              | t= 4,789              | t= 5,088             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                                       |          | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>      |
| <b>Boş zamanlarını sosyal medya kullanma durumu</b>            |          |                       |                       |                      |
| <b>Evet</b>                                                    | 255      | 32,72 ± 11,88         | 20,20 ± 9,05          | 52,92 ± 19,70        |
| <b>Hayır</b>                                                   | 129      | 25,52 ± 10,63         | 15,38 ± 7,79          | 40,90 ± 17,19        |
| <b>Test değer</b>                                              |          | t= 5,807              | t= 5,158              | t= 5,886             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                                       |          | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>      |
| <b>Yatmadan önce sosyal medya hesabını kontrol etme durumu</b> |          |                       |                       |                      |
| <b>Evet</b>                                                    | 177      | 35,31 ± 11,32         | 22,75 ± 8,79          | 58,06 ± 18,78        |
| <b>Hayır</b>                                                   | 207      | 26,02 ± 10,77         | 15,02 ± 7,40          | 41,03 ± 16,93        |
| <b>Test değer</b>                                              |          | t= 8,232              | t= 9,353              | t= 9,337             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                                       |          | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>      |

**Tablo 9. (Devam) Gebelerin Sosyal Medya Kullanımına Göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                                                           |          | <b>Sanal tolerans</b> | <b>Sanal iletişim</b> | <b>Ölçek toplamı</b> |
|-----------------------------------------------------------|----------|-----------------------|-----------------------|----------------------|
|                                                           | <b>n</b> | <b>Ort ± Ss</b>       | <b>Ort ± Ss</b>       | <b>Ort ± Ss</b>      |
| <b>Sosyal medyadan uzak kalınca hissedilen</b>            |          |                       |                       |                      |
| <b>Sosyal medyadan ayrı kalamam</b>                       | 12       | 36,00 ± 10,69         | 21,58 ± 9,73          | 57,58 ± 19,46        |
| <b>Kötü hissederim</b>                                    | 112      | 38,58 ± 8,94          | 23,38 ± 8,39          | 61,96 ± 15,39        |
| <b>Yalnız hissederim</b>                                  | 21       | 43,62 ± 8,94          | 28,10 ± 7,05          | 71,71 ± 14,56        |
| <b>Benim için sorun olmaz</b>                             | 239      | 24,96 ± 10,12         | 15,35 ± 7,57          | 40,31 ± 16,60        |
| <b>Test değer</b>                                         |          | <b>F= 65,238</b>      | <b>F= 38,198</b>      | <b>F= 61,371</b>     |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                                  |          | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>      |
| <b>Fark</b>                                               |          | <b>3&gt;1,2,4</b>     | <b>3&gt;1,2,4</b>     | <b>3&gt;1,2,4</b>    |
| <b>Eş ile iletişim durumu</b>                             |          |                       |                       |                      |
| <b>İyi</b>                                                | 318      | 29,44 ± 11,84         | 17,98 ± 8,73          | 47,43 ± 19,37        |
| <b>Orta</b>                                               | 61       | 34,54 ± 11,72         | 21,07 ± 9,32          | 55,61 ± 20,01        |
| <b>Kötü</b>                                               | 5        | 33,00 ± 12,83         | 26,40 ± 9,29          | 59,40 ± 21,80        |
| <b>Test değer</b>                                         |          | <b>F= 4,880</b>       | <b>F= 5,098</b>       | <b>F= 5,245</b>      |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                                  |          | <b>p= 0,008</b>       | <b>p= 0,007</b>       | <b>p= 0,006</b>      |
| <b>Fark</b>                                               |          | <b>2&gt;1</b>         | <b>3&gt;1</b>         | <b>3&gt;1</b>        |
| <b>Sosyal medya nedeni ile eşle problem yaşama durumu</b> |          |                       |                       |                      |
| <b>Evet</b>                                               | 72       | 37,28 ± 11,79         | 22,82 ± 17,60         | 60,10 ± 19,64        |
| <b>Hayır</b>                                              | 312      | 28,69 ± 11,42         | 17,60 ± 8,59          | 46,29 ± 18,93        |
| <b>Test değer</b>                                         |          | <b>t= 5,718</b>       | <b>t= 4,581</b>       | <b>t= 5,563</b>      |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                                  |          | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>      |
| <b>Eşin sosyal medya hesabı olma durumu</b>               |          |                       |                       |                      |
| <b>Evet</b>                                               | 325      | 31,53 ± 11,70         | 19,49 ± 8,88          | 51,02 ± 19,30        |
| <b>Hayır</b>                                              | 59       | 23,54 ± 11,14         | 13,58 ± 7,51          | 37,12 ± 17,82        |
| <b>Test değer</b>                                         |          | <b>t= 4,857</b>       | <b>t= 4,810</b>       | <b>t= 5,145</b>      |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                                  |          | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>      |
| <b>Evde sınırsız internet kullanma durumu</b>             |          |                       |                       |                      |
| <b>Evet</b>                                               | 274      | 31,73 ± 11,48         | 19,61 ± 8,89          | 51,34 ± 19,11        |
| <b>Hayır</b>                                              | 110      | 26,74 ± 12,38         | 16,01 ± 8,56          | 42,75 ± 19,93        |
| <b>Test değer</b>                                         |          | <b>t= 3,764</b>       | <b>t= 3,630</b>       | <b>t= 3,937</b>      |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                                  |          | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>       | <b>p= 0,000</b>      |

Tablo 9’da araştırmaya katılan gebelerin sosyal medya kullanımına göre SMBÖ puan ortalamalarının karşılaştırması bulunmaktadır.

Gebelerin Instagram kullanma göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Instagram kullanan gebe kadınların SMBÖ alt boyutlarından sanal tolerans alt boyut puan ortalaması  $31,31 \pm 11,84$ , sanal iletişim alt boyut puan ortalaması  $19,26 \pm 9,01$ , SMBÖ toplam puan ortalaması  $50,58 \pm 19,62$  olarak belirlenmiştir.

Gebelerin X kullanma göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). X kullanan gebe kadınların SMBÖ alt boyutlarından sanal tolerans alt boyut puan ortalaması  $35,41 \pm 11,26$ , sanal iletişim alt boyut puan ortalaması  $22,70 \pm 9,05$  olarak tespit edilmiştir.

Gebelerin YouTube kullanma göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). YouTube kullanan gebe kadınların SMBÖ alt boyutlarından sanal tolerans alt boyut puan ortalaması  $33,48 \pm 11,56$ , sanal iletişim alt boyut puan ortalaması  $21,02 \pm 9,31$ , SMBÖ toplam puan ortalaması  $54,50 \pm 19,47$  olarak belirlenmiştir.

Gebe kadınların sosyal medyayı günlük kullanma süresine göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir ( $p<0,05$ ). Sosyal medyayı günlük 7 saat ve üzeri kullanan gebe kadınların SMBÖ alt boyutlarından sanal tolerans alt boyut puan ortalaması  $46,00 \pm 5,66$ , sanal iletişim alt boyut puan ortalaması  $35,50 \pm 0,71$ , SMBÖ toplam puan ortalaması  $81,50 \pm 4,95$  olarak tespit edilmiştir.

Gebe kadınların paylaşmada bulunmak amacıyla sosyal medyayı kullanmalarına göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Sosyal medyayı paylaşmada bulunmak amacıyla kullanan gebe kadınların SMBÖ alt boyutlarından sanal tolerans alt boyut puan ortalaması  $35,87 \pm 11,13$ , sanal iletişim alt boyut puan ortalaması  $21,98 \pm 9,02$ , SMBÖ toplam puan ortalaması  $57,84 \pm 18,75$  olarak belirlenmiştir.

Gebe kadınların gebelik ve annelik hakkında bilgi almak amacıyla sosyal medyayı kullanmalarına göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Sosyal medyayı gebelik ve annelik hakkında bilgi almak amacıyla kullanan gebe kadınların sanal

tolerans alt boyut ortalaması  $33,78 \pm 11,41$ , sanal iletişim alt boyut puan ortalaması  $21,19 \pm 8,54$ , SMBÖ toplam puan ortalaması  $54,97 \pm 18,72$  olarak bulunmuştur.

Gebe kadınların boş zamanlarını geçirmek amacıyla sosyal medyayı kullanmalarına göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Sosyal medyayı boş zamanlarını geçirmek amacıyla kullanan gebe kadınların SMBÖ alt boyutlarından sanal tolerans alt boyut puan ortalaması  $32,72 \pm 11,88$ , sanal iletişim alt boyut puan ortalaması  $20,20 \pm 9,05$ , SMBÖ toplam puan ortalaması  $52,92 \pm 19,70$  olarak tespit edilmiştir.

Gebe kadınların yatmadan önce sosyal medya hesabını kontrol etmelerine göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Yatmadan önce sosyal medya hesabını kontrol eden gebe kadınların SMBÖ alt boyutlarından sanal tolerans alt boyut puan ortalaması  $35,31 \pm 11,32$ , sanal iletişim alt boyut puan ortalaması  $22,75 \pm 8,79$ , SMBÖ toplam puan ortalaması  $58,06 \pm 18,78$  olarak belirlenmiştir.

Gebe kadınların sosyal medyadan uzak kaldıklarında hissettiklerine göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Sosyal medyadan uzak kaldığında yalnız hisseden gebe kadınların SMBÖ alt boyutlarından sanal tolerans alt boyut puan ortalaması  $43,62 \pm 8,94$ , sanal iletişim alt boyut puan ortalaması  $28,10 \pm 7,05$ , SMBÖ toplam puan ortalaması  $71,71 \pm 14,56$  olarak belirlenmiştir.

Gebe kadınların eşi ile iletişim durumuna göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Eşi ile iletişimi orta olan gebe kadınların SMBÖ alt boyutlarından sanal tolerans alt boyut puan ortalaması  $34,54 \pm 11,72$ , eşi ile iletişimi kötü olan gebe kadınların sanal iletişim alt boyut puan ortalaması  $26,40 \pm 9,29$ , SMBÖ toplam puan ortalaması  $59,40 \pm 21,80$  olarak tespit edilmiştir.

Gebe kadınların sosyal medyada geçirdikleri süre sebebiyle eşi ile problem yaşama durumuna göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Sosyal medyada geçirdiği süreden dolayı eşi ile problem yaşayan gebe kadınların SMBÖ alt boyutlarından sanal tolerans alt boyut puan ortalamasının  $37,28 \pm 11,79$ , sanal iletişim alt boyut puan

ortalamasının  $22,82 \pm 17,60$ , SMBÖ toplam puan ortalamasının  $60,10 \pm 19,64$  olduğu belirlenmiştir.

Gebe kadınların eşinin sosyal medya hesabının olma durumuna göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Eşinin sosyal medya hesabı olan gebe kadınların SMBÖ alt boyutlarından sanal tolerans alt boyut puan ortalamasının  $31,53 \pm 11,70$ , sanal iletişim alt boyut puan ortalamasının  $19,49 \pm 8,88$ , SMBÖ toplam puan ortalamasının  $51,02 \pm 19,30$  olduğu bulunmuştur.

Gebe kadınların evinse sınırsız internet kullanma durumuna göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir ( $p<0,05$ ). Evinde sınırsız internet kullanan gebe kadınların sanal tolerans alt boyut ortalamasının  $31,73 \pm 11,48$ , sanal iletişim alt boyut ortalamasının  $19,61 \pm 8,89$ , SMBÖ toplam puan ortalamasının  $51,34 \pm 19,11$  olduğu belirlenmiştir.

Gebelerin Facebook kullanımı, sosyal medyaya ulaşma yolu ve gündemi takip etmek amacıyla sosyal medyayı kullanmalarına göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 10. Gebelerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Doğum Korkusu Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                              |          | <b>Gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu</b> | <b>Fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu</b> | <b>Gebelik ve doğum sorunları korkusu</b> | <b>Ölçek toplamı</b> |
|------------------------------|----------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------|
|                              | <b>n</b> | <b>Ort ± Ss</b>                               | <b>Ort ± Ss</b>                                                   | <b>Ort ± Ss</b>                           | <b>Ort ± Ss</b>      |
| <b>Yaş</b>                   |          |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>18-25</b>                 | 102      | 14,78 ± 5,69                                  | 13,65 ± 6,01                                                      | 19,67 ± 5,16                              | 48,10 ± 9,71         |
| <b>26-30</b>                 | 136      | 14,84 ± 5,57                                  | 11,82 ± 5,85                                                      | 16,13 ± 5,59                              | 42,79 ± 10,50        |
| <b>31-35</b>                 | 98       | 16,04 ± 6,88                                  | 11,30 ± 4,90                                                      | 12,76 ± 5,53                              | 40,09 ± 12,17        |
| <b>36-49</b>                 | 48       | 15,77 ± 7,55                                  | 12,42 ± 6,70                                                      | 13,19 ± 5,20                              | 41,38 ± 12,63        |
| <b>Test değer</b>            |          | F= 1,027                                      | F= 3,135                                                          | F= 31,539                                 | F= 9,775             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>     |          | p= 0,380                                      | <b>p= 0,026</b>                                                   | <b>p= 0,000</b>                           | <b>p= 0,000</b>      |
| <b>Fark</b>                  |          |                                               | <b>1&gt;3</b>                                                     | <b>1&gt;2,3,4</b>                         | <b>1&gt;2,3,4</b>    |
| <b>Eğitim düzeyi</b>         |          |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>İlkokul</b>               | 19       | 20,58 ± 8,85                                  | 13,53 ± 5,88                                                      | 15,16 ± 6,59                              | 49,26 ± 11,30        |
| <b>Ortaokul</b>              | 54       | 17,89 ± 7,78                                  | 12,07 ± 5,98                                                      | 14,91 ± 6,31                              | 44,87 ± 12,25        |
| <b>Lise</b>                  | 203      | 14,25 ± 5,38                                  | 11,59 ± 5,49                                                      | 15,52 ± 6,21                              | 41,36 ± 11,25        |
| <b>Üniversite</b>            | 108      | 14,87 ± 5,51                                  | 13,35 ± 6,23                                                      | 17,01 ± 5,30                              | 45,23 ± 10,60        |
| <b>Test değer</b>            |          | F= 10,488                                     | F= 2,512                                                          | F= 2,065                                  | F= 5,229             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>     |          | <b>p= 0,000</b>                               | p= 0,058                                                          | p= 0,104                                  | <b>p= 0,002</b>      |
| <b>Fark</b>                  |          | <b>1&gt;3,4</b>                               |                                                                   |                                           | <b>1&gt;3</b>        |
| <b>Çalışma durumu</b>        |          |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Çalışıyor</b>             | 140      | 14,79 ± 5,44                                  | 13,24 ± 6,06                                                      | 16,95 ± 5,36                              | 44,98 ± 10,43        |
| <b>Çalışmıyor</b>            | 244      | 15,51 ± 6,63                                  | 11,68 ± 5,63                                                      | 15,20 ± 6,30                              | 42,39 ± 11,85        |
| <b>Test değer</b>            |          | t=-1,101                                      | t= 2,553                                                          | t= 2,760                                  | t= 2,151             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>     |          | p= 0,272                                      | <b>p= 0,011</b>                                                   | <b>p= 0,006</b>                           | <b>p= 0,032</b>      |
| <b>Sosyal güvence durumu</b> |          |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Var</b>                   | 347      | 14,77 ± 5,80                                  | 12,22 ± 5,91                                                      | 15,85 ± 6,03                              | 42,84 ± 11,49        |
| <b>Yok</b>                   | 37       | 19,76 ± 8,16                                  | 12,46 ± 5,07                                                      | 15,76 ± 6,06                              | 47,97 ± 9,53         |
| <b>Test değer</b>            |          | t= -4,763                                     | t= -0,232                                                         | t= 0,087                                  | t= -2,623            |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>     |          | <b>p= 0,000</b>                               | p= 0,816                                                          | p= 0,931                                  | <b>p= 0,009</b>      |

**Tablo 10. (Devam) Gebelerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Doğum Korkusu Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                                        |     | <b>Gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu</b> | <b>Fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu</b> | <b>Gebelik ve doğum sorunları korkusu</b> | <b>Ölçek toplamı</b> |
|----------------------------------------|-----|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------|
|                                        | n   | Ort ± Ss                                      | Ort ± Ss                                                          | Ort ± Ss                                  | Ort ± Ss             |
| <b>Ekonomik durumunu değerlendirme</b> |     |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>İyi</b>                             | 164 | 14,05 ± 5,21                                  | 12,45 ± 6,00                                                      | 16,62 ± 6,11                              | 43,12 ± 11,11        |
| <b>Orta</b>                            | 200 | 15,51 ± 6,02                                  | 11,82 ± 5,55                                                      | 15,24 ± 6,02                              | 42,57 ± 11,06        |
| <b>Kötü</b>                            | 20  | 22,50 ± 10,01                                 | 14,90 ± 6,58                                                      | 15,40 ± 4,81                              | 52,80 ± 13,49        |
| <b>Test değer</b>                      |     | F= 18,288                                     | F= 2,726                                                          | F= 2,444                                  | F= 7,627             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>               |     | <b>p= 0,000</b>                               | p= 0,067                                                          | p= 0,088                                  | <b>p= 0,001</b>      |
| <b>Fark</b>                            |     | <b>3&gt;1,2</b>                               |                                                                   |                                           | <b>3&gt;1,2</b>      |
| <b>Yaşanan yer</b>                     |     |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Köy</b>                             | 46  | 16,17 ± 7,58                                  | 14,04 ± 7,19                                                      | 13,85 ± 7,60                              | 44,07 ± 12,78        |
| <b>İlçe</b>                            | 105 | 15,63 ± 6,45                                  | 11,82 ± 5,50                                                      | 15,83 ± 6,04                              | 43,28 ± 11,95        |
| <b>İl</b>                              | 233 | 14,89 ± 5,82                                  | 12,09 ± 5,64                                                      | 16,24 ± 5,61                              | 43,21 ± 10,91        |
| <b>Test değer</b>                      |     | F= 1,084                                      | F= 2,577                                                          | F= 3,047                                  | F= 0,108             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>               |     | p= 0,339                                      | p= 0,077                                                          | <b>p= 0,049</b>                           | p= 0,898             |
| <b>Fark</b>                            |     |                                               |                                                                   | <b>3&gt;1</b>                             |                      |

Tablo 10’da araştırmaya katılan gebelerin sosyodemografik özelliklerine göre DKÖ puan ortalamalarının karşılaştırması bulunmaktadır.

Gebe kadınların yaşına göre DKÖ alt boyutlarından fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Yaşı 18-25 arası olan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu alt boyut puan ortalamasının  $13,65 \pm 6,01$ , gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyut puan ortalamasının  $19,67 \pm 5,16$ , DKÖ toplam puan ortalamasının  $48,10 \pm 9,71$  olduğu belirlenmiştir.

Gebe kadınların eğitim durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). İlkokul mezunu olan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu alt boyut puan ortalamasının  $20,58 \pm 8,85$ , DKÖ toplam puan ortalamasının  $49,26 \pm 11,30$  olduğu görülmüştür.

Gebe kadınların çalışma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Çalışan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu alt boyut puan ortalamasının  $13,24 \pm 6,06$ , gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyut puan ortalamasının  $16,95 \pm 5,36$ , DKÖ toplam puan ortalamasının  $44,98 \pm 10,43$  olduğu tespit edilmiştir.

Gebe kadınların sosyal güvencesi olma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ve DKÖ Toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Sosyal güvencesi olmayan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik korkusu rolü alt boyut puan ortalaması  $19,76 \pm 8,16$ , DKÖ toplam puan ortalaması  $47,97 \pm 9,53$  olarak tespit edilmiştir.

Gebe kadınların ekonomik durumunu değerlendirme durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Ekonomik durumunu kötü olarak değerlendiren gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu puan ortalamasının  $22,50 \pm 10,01$ , DKÖ toplam korkusu puan ortalamasının  $52,80 \pm 13,49$  olduğu belirlenmiştir.

Gebe kadınların yaşadığı yere göre DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). İlde yaşayan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyut puan ortalaması  $16,24 \pm 5,61$  olarak saptanmıştır.

**Tablo 11. Gebelerin Obstetrik Özellikleri ile Doğum Korkusu Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                                   |          | <b>Gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu</b> | <b>Fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu</b> | <b>Gebelik ve doğum sorunları korkusu</b> | <b>Ölçek toplamı</b> |
|-----------------------------------|----------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------|
|                                   | <b>n</b> | <b>Ort ± Ss</b>                               | <b>Ort ± Ss</b>                                                   | <b>Ort ± Ss</b>                           | <b>Ort ± Ss</b>      |
| <b>Gebeliğin planlanma durumu</b> |          |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Evet</b>                       | 303      | 14,58 ± 5,54                                  | 12,12 ± 5,78                                                      | 16,46 ± 5,99                              | 43,15 ± 11,28        |
| <b>Hayır</b>                      | 81       | 17,75 ± 7,86                                  | 12,73 ± 6,02                                                      | 13,53 ± 5,64                              | 44,01 ± 11,92        |
| <b>Test değer</b>                 |          | t= -4,163                                     | t= -0,836                                                         | t= 3,952                                  | t= -0,603            |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>          |          | <b>p= 0,000</b>                               | p= 0,404                                                          | <b>p= 0,000</b>                           | p= 0,547             |
| <b>Bu gebeliği isteme</b>         |          |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>İstiyorum</b>                  | 365      | 14,80 ± 5,75                                  | 12,22 ± 5,88                                                      | 15,95 ± 6,08                              | 42,97 ± 11,34        |
| <b>İstemiyorum</b>                | 19       | 23,89 ± 5,59                                  | 12,84 ± 4,98                                                      | 13,63 ± 4,43                              | 50,37 ± 10,62        |
| <b>Test değer</b>                 |          | t= -6,538                                     | t= -0,456                                                         | t= 1,640                                  | t= -2,782            |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>          |          | <b>p= 0,000</b>                               | p= 0,649                                                          | p= 0,102                                  | <b>p= 0,006</b>      |
| <b>Toplam gebelik sayısı</b>      |          |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>1</b>                          | 128      | 14,98 ± 6,16                                  | 13,32 ± 6,15                                                      | 18,87 ± 5,47                              | 47,17 ± 10,51        |
| <b>2</b>                          | 111      | 15,05 ± 5,35                                  | 12,31 ± 5,96                                                      | 15,45 ± 5,32                              | 42,81 ± 11,07        |
| <b>3</b>                          | 87       | 14,25 ± 6,04                                  | 11,39 ± 5,27                                                      | 14,63 ± 5,90                              | 40,28 ± 11,18        |
| <b>4 ve üzeri</b>                 | 58       | 17,69 ± 7,62                                  | 11,05 ± 5,34                                                      | 11,71 ± 5,46                              | 40,45 ± 12,10        |
| <b>Test değer</b>                 |          | F= 3,913                                      | F= 2,932                                                          | F=25,170                                  | F= 8,728             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>          |          | <b>p= 0,009</b>                               | <b>p= 0,033</b>                                                   | <b>p= 0,000</b>                           | <b>p= 0,000</b>      |
| <b>Fark</b>                       |          | <b>4&gt;1,2,3</b>                             | <b>1&gt;4</b>                                                     | <b>1&gt;2,3,4</b>                         | <b>1&gt;2,3,4</b>    |
| <b>Toplam doğum sayısı</b>        |          |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Yok</b>                        | 130      | 12,89 ± 6,16                                  | 13,15 ± 6,20                                                      | 18,95 ± 5,49                              | 46,98 ± 10,39        |
| <b>1</b>                          | 131      | 15,02 ± 5,45                                  | 12,58 ± 5,99                                                      | 15,47 ± 5,45                              | 43,06 ± 11,02        |
| <b>2</b>                          | 82       | 15,26 ± 7,07                                  | 10,74 ± 4,81                                                      | 13,74 ± 5,48                              | 39,74 ± 11,99        |
| <b>3</b>                          | 41       | 17,10 ± 6,85                                  | 11,34 ± 5,42                                                      | 11,37 ± 5,65                              | 39,80 ± 11,36        |
| <b>Test değer</b>                 |          | F= 1,413                                      | F= 3,382                                                          | F= 27,105                                 | F= 9,012             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>          |          | p= 0,239                                      | <b>p= 0,018</b>                                                   | <b>p= 0,000</b>                           | <b>p= 0,000</b>      |
| <b>Fark</b>                       |          |                                               | <b>1&gt;2</b>                                                     | <b>1&gt;2,3,4</b>                         | <b>1&gt;2,3,4</b>    |
| <b>Şu anki gebelik haftası</b>    |          |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>4-12</b>                       | 94       | 15,89 ± 7,31                                  | 12,03 ± 6,06                                                      | 16,94 ± 6,27                              | 44,86 ± 10,82        |
| <b>13-27</b>                      | 175      | 14,16 ± 5,40                                  | 12,35 ± 5,93                                                      | 15,79 ± 5,98                              | 42,31 ± 11,61        |
| <b>28-40</b>                      | 115      | 16,37 ± 6,23                                  | 12,26 ± 5,52                                                      | 15,01 ± 5,81                              | 43,64 ± 11,50        |
| <b>Test değer</b>                 |          | F= 5,166                                      | F= 0,093                                                          | F= 2,675                                  | F= 1,598             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>          |          | <b>p= 0,006</b>                               | p= 0,911                                                          | p= 0,070                                  | p= 0,204             |
| <b>Fark</b>                       |          | <b>3&gt;2</b>                                 |                                                                   |                                           |                      |

**Tablo 11. (Devam) Gebelerin Obstetrik Özellikleri ile Doğum Korkusu Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                             |     | <b>Gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu</b> | <b>Fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu</b> | <b>Gebelik ve doğum sorunları korkusu</b> | <b>Ölçek toplamı</b> |
|-----------------------------|-----|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------|
|                             | n   | Ort ± Ss                                      | Ort ± Ss                                                          | Ort ± Ss                                  | Ort ± Ss             |
| <b>Doğum şekli tercihi</b>  |     |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Normal</b>               | 280 | 15,00 ± 5,94                                  | 12,34 ± 5,86                                                      | 16,48 ± 6,15                              | 43,82 ± 11,45        |
| <b>Sezaryen</b>             | 104 | 15,92 ± 6,93                                  | 11,99 ± 5,75                                                      | 14,12 ± 5,35                              | 42,03 ± 11,25        |
| <b>Test değeri</b>          |     | t= -1,297                                     | t= 0,526                                                          | t= 3,462                                  | t= 1,367             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>    |     | p= 0,195                                      | p= 0,599                                                          | <b>p= 0,001</b>                           | p= 0,172             |
| <b>Doğum korkusu yaşama</b> |     |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Evet</b>                 | 314 | 15,43 ± 6,37                                  | 12,55 ± 6,10                                                      | 17,11 ± 5,66                              | 45,10 ± 10,94        |
| <b>Hayır</b>                | 70  | 14,41 ± 5,53                                  | 10,87 ± 4,21                                                      | 10,13 ± 3,99                              | 35,41 ± 10,07        |
| <b>Test değeri</b>          |     | t= 1,239                                      | t= 2,195                                                          | t= 9,788                                  | t= 6,791             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>    |     | p= 0,216                                      | <b>p= 0,029</b>                                                   | <b>p= 0,000</b>                           | <b>p= 0,000</b>      |

Tablo 11’de araştırmaya katılan gebelerin obstetrik ile DKÖ puan ortalamalarının karşılaştırması bulunmaktadır.

Gebe kadınların gebeliğin planlı olması durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Gebeliği planlı olmayan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu alt boyut puan ortalamasının  $17,75 \pm 7,86$ , gebeliği planlı olan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyut puan ortalamasının  $16,46 \pm 5,99$  olduğu belirlenmiştir.

Gebe kadınların bu gebeliği isteme durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır ( $p>0,05$ ). Bu gebeliği istemeyen gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu alt boyut puan ortalamasının  $23,89 \pm 5,59$ , DKÖ toplam puan ortalamasının  $50,37 \pm 10,62$  olduğu görülmüştür.

Gebe kadınların toplam gebelik sayısına göre DKÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ).

Toplam gebelik sayısı 4 ve üzeri olan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu alt boyut puan ortalamasının  $17,69 \pm 7,62$ , toplam gebelik sayısı 1 olan gebe kadınların DKÖ toplam puan ortalamasının  $47,17 \pm 10,51$  olduğu tespit edilmiştir.

Gebe kadınların toplam doğum sayısına göre DKÖ alt boyutlarından fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Daha önce doğum yapmamış olan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu alt boyut puan ortalaması  $13,15 \pm 6,20$ , gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyut puan ortalamasının  $18,95 \pm 5,49$ , DKÖ toplam puan ortalamasının  $46,98 \pm 10,39$  olduğu görülmüştür.

Gebe kadınların şu anki gebelik haftasına göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir ( $p<0,05$ ). Şu anki gebelik haftası 28-40 arasında olan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu alt boyut puan ortalaması  $16,37 \pm 6,23$  olarak tespit edilmiştir.

Gebe kadınların doğum şekli tercihinine göre DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Normal doğum tercih eden gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyut puan ortalamasının  $16,48 \pm 6,15$  olduğu belirlenmiştir.

Gebe kadınların doğum korkusu yaşama durumuna göre DKÖ alt boyutlarından fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Doğum korkusu yaşayan kadınların DKÖ alt boyutlarından fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu alt boyut puan ortalamasının  $12,55 \pm 6,10$ , gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyut puan ortalamasının  $17,11 \pm 5,66$ , DKÖ toplam puan ortalamasının  $45,10 \pm 10,94$  olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 12. Gebelerin Sosyal Medya Kullanımına Göre Doğum Korkusu Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                              |          | <b>Gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu</b> | <b>Fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu</b> | <b>Gebelik ve doğum sorunları korkusu</b> | <b>Ölçek toplamı</b> |
|------------------------------|----------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------|
|                              | <b>n</b> | <b>Ort ± Ss</b>                               | <b>Ort ± Ss</b>                                                   | <b>Ort ± Ss</b>                           | <b>Ort ± Ss</b>      |
| <b>Facebook</b>              |          |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Evet</b>                  | 139      | 15,65 ± 6,45                                  | 11,49 ± 5,39                                                      | 14,33 ± 5,75                              | 41,47 ± 11,29        |
| <b>Hayır</b>                 | 245      | 15,02 ± 6,10                                  | 12,68 ± 6,03                                                      | 16,69 ± 6,03                              | 44,39 ± 11,36        |
| <b>Test değeri</b>           |          | t= 0,948                                      | t= -1,926                                                         | t= -3,754                                 | t= -2,430            |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>     |          | p= 0,344                                      | p= 0,055                                                          | <b>p= 0,000</b>                           | <b>p= 0,016</b>      |
| <b>Instagram</b>             |          |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Evet</b>                  | 350      | 14,87 ± 5,80                                  | 12,30 ± 5,87                                                      | 16,15 ± 6,02                              | 43,32 ± 11,15        |
| <b>Hayır</b>                 | 34       | 19,09 ± 8,82                                  | 11,74 ± 5,49                                                      | 12,68 ± 5,28                              | 43,50 ± 13,95        |
| <b>Test değeri</b>           |          | t= -3,834                                     | t= 0,536                                                          | t= 3,243                                  | t= -0,089            |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>     |          | <b>p= 0,000</b>                               | p= 0,592                                                          | <b>p= 0,001</b>                           | p= 0,929             |
| <b>X</b>                     |          |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Evet</b>                  | 102      | 14,21 ± 5,55                                  | 12,94 ± 6,31                                                      | 17,12 ± 6,18                              | 44,26 ± 11,90        |
| <b>Hayır</b>                 | 282      | 15,62 ± 6,42                                  | 12,00 ± 5,64                                                      | 15,38 ± 5,92                              | 43,00 ± 11,23        |
| <b>Test değeri</b>           |          | t= -1,979                                     | t= 1,404                                                          | t= 2,518                                  | t= 0,962             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>     |          | <b>p= 0,049</b>                               | p= 0,161                                                          | <b>p= 0,012</b>                           | p= 0,337             |
| <b>YouTube</b>               |          |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Evet</b>                  | 169      | 15,15 ± 6,19                                  | 12,70 ± 6,13                                                      | 16,78 ± 5,91                              | 44,64 ± 11,76        |
| <b>Hayır</b>                 | 215      | 15,32 ± 6,27                                  | 11,89 ± 5,57                                                      | 15,10 ± 6,03                              | 42,31 ± 11,04        |
| <b>Test değeri</b>           |          | t= -0,261                                     | t= 1,363                                                          | t= 2,739                                  | t= 1,997             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>     |          | p= 0,794                                      | p= 0,174                                                          | <b>p= 0,006</b>                           | <b>p= 0,047</b>      |
| <b>Sosyal medyaya ulaşma</b> |          |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Telefon</b>               | 349      | 15,03 ± 6,09                                  | 12,29 ± 5,95                                                      | 15,80 ± 6,06                              | 43,11 ± 11,55        |
| <b>Bilgisayar</b>            | 28       | 17,39 ± 7,44                                  | 11,04 ± 4,19                                                      | 15,93 ± 5,91                              | 44,36 ± 9,46         |
| <b>Tablet</b>                | 7        | 17,57 ± 6,88                                  | 15,00 ± 4,43                                                      | 17,57 ± 5,65                              | 50,14 ± 9,86         |
| <b>Test değeri</b>           |          | F= 2,382                                      | F= 1,397                                                          | F= 0,300                                  | F= 1,428             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>     |          | p= 0,094                                      | p= 0,249                                                          | p= 0,741                                  | p= 0,241             |

**Tablo 12. (Devam) Gebelerin Sosyal Medya Kullanımına Göre Doğum Korkusu Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                                                |     | <b>Gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu</b> | <b>Fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu</b> | <b>Gebelik ve doğum sorunları korkusu</b> | <b>Ölçek toplamı</b> |
|------------------------------------------------|-----|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------|
|                                                | n   | Ort ± Ss                                      | Ort ± Ss                                                          | Ort ± Ss                                  | Ort ± Ss             |
| <b>Günlük sosyal medya kullanma</b>            |     |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>1 saatten az</b>                            | 74  | 17,81 ± 7,55                                  | 12,20 ± 5,88                                                      | 13,16 ± 5,99                              | 43,18 ± 12,90        |
| <b>1-3 saat</b>                                | 224 | 14,25 ± 5,21                                  | 12,07 ± 5,51                                                      | 16,37 ± 5,68                              | 42,69 ± 10,48        |
| <b>4-6 saat</b>                                | 84  | 15,54 ± 6,83                                  | 12,81 ± 6,67                                                      | 16,85 ± 6,39                              | 45,19 ± 12,39        |
| <b>7 saat ve üzeri</b>                         | 2   | 20,00 ± 1,41                                  | 10,00 ± 1,41                                                      | 13,50 ± 4,95                              | 43,50 ± 7,78         |
| <b>Test değer</b>                              |     | F= 6,843                                      | F= 0,427                                                          | F= 6,591                                  | F= 0,986             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                       |     | <b>p= 0,000</b>                               | p= 0,734                                                          | <b>p= 0,000</b>                           | p= 0,399             |
| <b>Fark</b>                                    |     | <b>4&gt;2</b>                                 |                                                                   | <b>3&gt;1</b>                             |                      |
| <b>Gündemi takip etmek</b>                     |     |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Evet</b>                                    | 327 | 14,85 ± 6,20                                  | 12,00 ± 5,77                                                      | 15,77 ± 6,08                              | 42,61 ± 11,18        |
| <b>Hayır</b>                                   | 57  | 17,54 ± 5,94                                  | 13,67 ± 6,03                                                      | 16,25 ± 5,73                              | 47,46 ± 11,92        |
| <b>Test değer</b>                              |     | t= -3,050                                     | t= -2,000                                                         | t= -0,552                                 | t= -2,988            |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                       |     | <b>p= 0,002</b>                               | <b>p= 0,046</b>                                                   | p= 0,581                                  | <b>p= 0,003</b>      |
| <b>Paylaşımında bulunmak</b>                   |     |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Evet</b>                                    | 173 | 14,95 ± 5,99                                  | 12,55 ± 6,04                                                      | 16,95 ± 6,25                              | 44,05 ± 11,36        |
| <b>Hayır</b>                                   | 211 | 15,49 ± 6,42                                  | 12,00 ± 5,65                                                      | 15,26 ± 5,79                              | 47,75 ± 12,44        |
| <b>Test değer</b>                              |     | t= -0,853                                     | t= 0,918                                                          | t= 2,101                                  | t= 1,109             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                       |     | p= 0,394                                      | p= 0,359                                                          | <b>p= 0,036</b>                           | p= 0,268             |
| <b>Gebelik ve annelik hakkında bilgi almak</b> |     |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Evet</b>                                    | 153 | 14,07 ± 5,16                                  | 13,11 ± 6,28                                                      | 17,40 ± 6,02                              | 44,58 ± 11,52        |
| <b>Hayır</b>                                   | 231 | 16,03 ± 6,75                                  | 11,68 ± 5,45                                                      | 14,81 ± 5,82                              | 42,51 ± 11,28        |
| <b>Test değer</b>                              |     | t= -3,043                                     | t= 2,377                                                          | t= 4,217                                  | t= 1,750             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                       |     | <b>p= 0,003</b>                               | <b>p= 0,018</b>                                                   | <b>p= 0,000</b>                           | p= 0,081             |
| <b>Boş zamanlarını geçirmek</b>                |     |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Evet</b>                                    | 255 | 14,34 ± 5,69                                  | 12,27 ± 5,97                                                      | 16,53 ± 6,09                              | 43,15 ± 11,13        |
| <b>Hayır</b>                                   | 129 | 17,04 ± 6,84                                  | 12,19 ± 5,57                                                      | 14,47 ± 5,69                              | 43,70 ± 11,97        |
| <b>Test değer</b>                              |     | t= -4,091                                     | t= 0,128                                                          | t= 3,214                                  | t= -0,445            |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                       |     | <b>p= 0,000</b>                               | p= 0,898                                                          | <b>p= 0,001</b>                           | p= 0,657             |

**Tablo 12. (Devam) Gebelerin Sosyal Medya Kullanımına Göre Doğum Korkusu Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                                                                         |          | <b>Gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu</b> | <b>Fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu</b> | <b>Gebelik ve doğum sorunları korkusu</b> | <b>Ölçek toplamı</b> |
|-------------------------------------------------------------------------|----------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------|
|                                                                         | <b>n</b> | <b>Ort ± Ss</b>                               | <b>Ort ± Ss</b>                                                   | <b>Ort ± Ss</b>                           | <b>Ort ± Ss</b>      |
| <b>Yatmadan önce sosyal medya hesabını kontrol etme</b>                 |          |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Evet</b>                                                             | 177      | 15,96 ± 6,23                                  | 12,84 ± 6,00                                                      | 16,42 ± 5,77                              | 45,22 ± 11,53        |
| <b>Hayır</b>                                                            | 207      | 14,64 ± 6,17                                  | 11,74 ± 5,65                                                      | 15,34 ± 6,21                              | 41,72 ± 11,08        |
| <b>Test değer</b>                                                       |          | t= 2,084                                      | t= 1,836                                                          | t= 1,764                                  | t= 3,030             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                                                |          | <b>p= 0,038</b>                               | p= 0,067                                                          | p= 0,079                                  | <b>p= 0,003</b>      |
| <b>Uzun süre sosyal medyadan uzak kalınca sosyal hayatta hissedilen</b> |          |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Sosyal medyadan ayrı kalamam</b>                                     | 12       | 18,50 ± 5,05                                  | 15,25 ± 6,88                                                      | 18,00 ± 5,56                              | 51,75 ± 11,93        |
| <b>Kötü hissedirim</b>                                                  | 112      | 14,41 ± 6,15                                  | 11,97 ± 6,13                                                      | 17,32 ± 5,98                              | 43,71 ± 11,75        |
| <b>Yalnız hissedirim</b>                                                | 21       | 14,81 ± 6,41                                  | 14,19 ± 6,71                                                      | 17,24 ± 6,68                              | 46,24 ± 12,57        |
| <b>Benim için sorun olmaz</b>                                           | 239      | 15,51 ± 6,26                                  | 12,05 ± 5,51                                                      | 14,91 ± 5,86                              | 43,48 ± 10,96        |
| <b>Test değer</b>                                                       |          | F= 1,961                                      | F= 2,025                                                          | F= 5,197                                  | F= 3,169             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                                                |          | p= 0,119                                      | p= 0,110                                                          | <b>p= 0,002</b>                           | <b>p= 0,024</b>      |
| <b>Fark</b>                                                             |          |                                               |                                                                   | <b>1&gt;4</b>                             | <b>1&gt;4</b>        |
| <b>Eş ile iletişim</b>                                                  |          |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>İyi</b>                                                              | 318      | 14,50 ± 5,38                                  | 12,24 ± 5,94                                                      | 16,13 ± 6,17                              | 42,87 ± 11,18        |
| <b>Orta</b>                                                             | 61       | 18,43 ± 8,64                                  | 11,98 ± 5,27                                                      | 14,26 ± 5,19                              | 44,67 ± 12,29        |
| <b>Kötü</b>                                                             | 5        | 23,80 ± 2,59                                  | 16,00 ± 4,69                                                      | 16,40 ± 3,21                              | 56,20 ± 6,76         |
| <b>Test değer</b>                                                       |          | F= 16,114                                     | F= 1,099                                                          | F= 2,503                                  | F= 3,918             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                                                |          | <b>p= 0,000</b>                               | p= 0,334                                                          | p= 0,083                                  | <b>p= 0,021</b>      |
| <b>Fark</b>                                                             |          | <b>3&gt;1</b>                                 |                                                                   |                                           | <b>3&gt;1</b>        |
| <b>Sosyal medyada geçirilen zamandan dolayı eşle problem yaşama</b>     |          |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Evet</b>                                                             | 72       | 14,19 ± 6,82                                  | 14,29 ± 6,38                                                      | 15,78 ± 5,80                              | 47,26 ± 11,65        |
| <b>Hayır</b>                                                            | 312      | 14,80 ± 6,01                                  | 11,78 ± 5,60                                                      | 15,85 ± 6,09                              | 42,43 ± 11,17        |
| <b>Test değer</b>                                                       |          | t= 2,973                                      | t= 3,344                                                          | t= -0,095                                 | t= 3,285             |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                                                |          | <b>p= 0,003</b>                               | <b>p= 0,001</b>                                                   | p= 0,925                                  | <b>p= 0,001</b>      |

**Tablo 12. (Devam) Gebelerin Sosyal Medya Kullanımına Göre Doğum Korkusu Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                                        |     | <b>Gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu</b> | <b>Fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu</b> | <b>Gebelik ve doğum sorunları korkusu</b> | <b>Ölçek toplamı</b> |
|----------------------------------------|-----|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------|
|                                        | n   | Ort ± Ss                                      | Ort ± Ss                                                          | Ort ± Ss                                  | Ort ± Ss             |
| <b>Eşin sosyal medya hesabı olması</b> |     |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Evet</b>                            | 325 | 15,01 ± 5,96                                  | 12,04 ± 5,55                                                      | 16,17 ± 5,95                              | 43,22 ± 11,27        |
| <b>Hayır</b>                           | 59  | 16,56 ± 7,47                                  | 13,39 ± 7,11                                                      | 14,03 ± 6,19                              | 43,98 ± 12,22        |
| <b>Test değeri</b>                     |     | t= -1,764                                     | t= -1,640                                                         | t= 2,517                                  | t= -0,475            |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>               |     | p= 0,079                                      | p= 0,102                                                          | <b>p= 0,012</b>                           | p= 0,635             |
| <b>Evde sınırsız internet kullanma</b> |     |                                               |                                                                   |                                           |                      |
| <b>Evet</b>                            | 274 | 14,80 ± 5,75                                  | 11,81 ± 5,35                                                      | 16,15 ± 5,82                              | 42,75 ± 11,06        |
| <b>Hayır</b>                           | 110 | 16,36 ± 7,18                                  | 13,35 ± 6,78                                                      | 15,07 ± 6,49                              | 44,78 ± 12,15        |
| <b>Test değeri</b>                     |     | t= -2,237                                     | t= -2,352                                                         | t= 1,580                                  | t= -1,580            |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>               |     | <b>p= 0,026</b>                               | <b>p= 0,019</b>                                                   | p= 0,115                                  | p= 0,115             |

Tablo 12’de araştırmaya katılan gebe kadınların sosyal medya kullanımına göre DKÖ puan ortalamalarının karşılaştırması bulunmaktadır.

Gebe kadınların Facebook kullanma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Diğer gruplara göre Facebook kullanmayan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyut puan ortalamasının  $16,69 \pm 6,03$ , Facebook kullanmayan gebe kadınların DKÖ toplam puan ortalamasının  $44,39 \pm 11,36$ , olduğu tespit edilmiştir.

Gebe kadınların Instagram kullanma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Instagram kullanmayan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu alt boyut puan ortalamasının  $19,09 \pm 8,82$ , gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyut puan ortalamasının  $16,15 \pm 6,02$  olduğu bulunmuştur.

Gebe kadınların X kullanma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir ( $p<0,05$ ). X kullanmayan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu alt boyut puan ortalamasının  $15,62 \pm 6,42$ , X kullanan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyut puan ortalamasının  $17,12 \pm 6,18$  olduğu tespit edilmiştir.

Gebe kadınların YouTube kullanma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). YouTube kullanan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu puan ortalamasının  $16,78 \pm 5,91$  olduğu tespit edilmiştir.

Gebe kadınların günlük olarak sosyal medyayı kullanma süresine göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ve gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Günde 7 saat ve üzeri saat sosyal medya kullanan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu alt boyut puan ortalamasının  $20,00 \pm 1,41$ , günde 4-6 saat sosyal medya kullanan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyut puan ortalamasının  $16,85 \pm 6,39$  olduğu tespit edilmiştir.

Gebe kadınların gündemi takip etmek amacıyla sosyal medyayı kullanma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu, fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir ( $p<0,05$ ). Gündemi takip etmek amacıyla sosyal medya kullanmayan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu alt boyut puan ortalamasının  $17,54 \pm 5,94$ , fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu alt boyut puan ortalamasının  $13,67 \pm 6,03$ , DKÖ toplam puan ortalamasının  $47,46 \pm 11,92$  olduğu saptanmıştır.

Gebe kadınların paylaşımda bulunmak amacıyla sosyal medyayı kullanma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu alt

boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Paylaşımında bulunmak amacıyla sosyal medya kullanan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyut puan ortalamasının  $16,95 \pm 6,25$  olduğu tespit edilmiştir.

Gebe kadınların gebelik ve annelik hakkında bilgi almak amacıyla sosyal medya kullanma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu, fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Sosyal medyayı gebelik ve annelik hakkında bilgi almak amacıyla kullanmayan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu alt boyut puan ortalamasının  $16,03 \pm 6,75$ , sosyal medyayı gebelik ve annelik hakkında bilgi almak amacıyla kullanan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu alt boyut puan ortalamasının  $13,11 \pm 6,28$ , Sosyal medyayı gebelik ve annelik hakkında bilgi almak amacıyla kullanan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyut puan ortalamasının  $17,40 \pm 6,02$  olduğu belirlenmiştir.

Gebe kadınların sosyal medyayı boş zamanlarını geçirmek amacıyla kullanma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Sosyal medyayı boş zamanlarını geçirmek amacıyla kullanmayan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu alt boyut puan ortalamasının  $17,04 \pm 6,84$ , sosyal medyayı boş zamanlarını geçirmek amacıyla kullanan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyut puan ortalamasının  $16,53 \pm 6,09$  olduğu tespit edilmiştir.

Gebe kadınların yatmadan önce sosyal medya hesabını kontrol etme durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir ( $p<0,05$ ). Yatmadan önce sosyal medya hesabını kontrol eden gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu alt boyut puan ortalamasının  $15,96 \pm 6,23$ , DKÖ toplam puan ortalamasının  $45,22 \pm 11,53$  olduğu tespit edilmiştir.

Gebe kadınların uzun süre sosyal medyadan uzak kaldıklarında sosyal hayatta hissettiklerine göre DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Uzun süre sosyal medyadan uzak kalamayacağını belirten gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyut puan ortalamasının  $18,00 \pm 5,56$ , DKÖ toplam puan ortalamasının  $51,75 \pm 11,93$  olduğu görülmüştür.

Gebe kadınların eşi ile iletişimine göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Eşi ile iletişimi kötü olan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu alt boyut puan ortalamasının  $23,80 \pm 2,59$ , DKÖ toplam puan ortalamasının  $56,20 \pm 6,76$  olduğu belirlenmiştir.

Gebe kadınların sosyal medyada geçirdikleri zamandan dolayı eşiyle problem yaşama durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu, fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Sosyal medyada geçirdiği zamandan dolayı eşi ile problem yaşamayan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu alt boyut puan ortalamasının  $14,80 \pm 6,01$ , sosyal medyada geçirdiği zamandan dolayı eşi ile problem yaşayan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu alt boyut puan ortalamasının  $14,29 \pm 6,38$ , sosyal medyada geçirdiği zamandan dolayı eşi ile problem yaşayan gebe kadınların DKÖ toplam puan ortalamasının  $47,26 \pm 11,65$  olduğu bulunmuştur.

Gebe kadınların eşinin sosyal medya hesabının olma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir ( $p<0,05$ ). Eşinin sosyal medya hesabı olan gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyut puan ortalamasının  $16,17 \pm 5,95$  olduğu tespit edilmiştir.

Gebe kadınların evinde sınırsız internet kullanma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ve fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Evinde sınırsız internet kullanmayan

gebe kadınların DKÖ alt boyutlarından fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu alt boyut puan ortalamasının  $16,36 \pm 7,18$ , fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu alt boyut puan ortalamasının  $13,35 \pm 6,78$  olduğu görülmüştür.

Gebe kadınların sosyal medyaya ulaşma durumuna göre DKÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmamıştır ( $p>0,05$ ).



**Tablo 13. Gebelerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Gebelik Stresi Değerlendirme Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                          |     | Gebelik, doğum<br>eylemi süreci ve<br>doğumda, anne<br>ve bebek<br>açısından<br>güvenli süreç<br>arayışından<br>kaynaklanan<br>stres | Bebek bakımı<br>ve değişen aile<br>ilişkilerinden<br>kaynaklanan<br>stres | Annelik rolünün<br>tanımlanmasından<br>kaynaklanan stres | Sosyal destek<br>arayışından<br>kaynaklanan<br>stres | Değişen fiziksel<br>görünüm ve<br>fonksiyondan<br>kaynaklanan<br>stres | Ölçek<br>toplamı  |
|--------------------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-------------------|
|                          | n   | Ort ± Ss                                                                                                                             | Ort ± Ss                                                                  | Ort ± Ss                                                 | Ort ± Ss                                             | Ort ± Ss                                                               | Ort ± Ss          |
| <b>Yaş</b>               |     |                                                                                                                                      |                                                                           |                                                          |                                                      |                                                                        |                   |
| <b>18-25</b>             | 102 | 20,80 ± 9,13                                                                                                                         | 16,46 ± 8,47                                                              | 15,45 ± 8,72                                             | 5,33 ± 4,39                                          | 16,54 ± 7,26                                                           | 74,59 ± 30,41     |
| <b>26-30</b>             | 136 | 16,94 ± 8,11                                                                                                                         | 12,93 ± 7,42                                                              | 13,02 ± 8,37                                             | 3,95 ± 3,87                                          | 12,18 ± 7,63                                                           | 59,02 ± 27,57     |
| <b>31-35</b>             | 98  | 13,54 ± 8,64                                                                                                                         | 10,35 ± 7,71                                                              | 9,62 ± 8,04                                              | 2,41 ± 3,36                                          | 9,60 ± 7,14                                                            | 45,52 ± 27,27     |
| <b>36-49</b>             | 48  | 13,54 ± 8,33                                                                                                                         | 8,21 ± 5,67                                                               | 8,06 ± 7,06                                              | 2,71 ± 3,49                                          | 7,69 ± 7,91                                                            | 40,21 ± 21,89     |
| <b>Test değer</b>        |     | F= 14,506                                                                                                                            | F= 17,064                                                                 | F= 12,984                                                | F= 10,999                                            | F= 21,382                                                              | F= 25,499         |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b> |     | <b>p= 0,000</b>                                                                                                                      | <b>p= 0,000</b>                                                           | <b>p= 0,000</b>                                          | <b>p= 0,000</b>                                      | <b>p= 0,000</b>                                                        | <b>p= 0,000</b>   |
| <b>Fark</b>              |     | <b>1&gt;2,3,4</b>                                                                                                                    | <b>1&gt;2,3,4</b>                                                         | <b>1&gt;2,3,4</b>                                        | <b>1&gt;2,3,4</b>                                    | <b>1&gt;2,3,4</b>                                                      | <b>1&gt;2,3,4</b> |
| <b>Eğitim düzeyi</b>     |     |                                                                                                                                      |                                                                           |                                                          |                                                      |                                                                        |                   |
| <b>İlkokul</b>           | 19  | 19,16 ± 10,97                                                                                                                        | 10,47 ± 8,90                                                              | 9,00 ± 8,64                                              | 2,11 ± 3,30                                          | 8,32 ± 8,31                                                            | 49,05 ± 31,40     |
| <b>Ortaokul</b>          | 54  | 16,93 ± 10,05                                                                                                                        | 10,35 ± 7,85                                                              | 10,39 ± 8,32                                             | 3,02 ± 3,32                                          | 9,48 ± 7,44                                                            | 50,17 ± 29,57     |
| <b>Lise</b>              | 203 | 15,62 ± 8,98                                                                                                                         | 12,30 ± 7,74                                                              | 11,94 ± 8,60                                             | 3,36 ± 3,89                                          | 11,95 ± 8,04                                                           | 55,16 ± 30,60     |
| <b>Üniversite</b>        | 108 | 18,11 ± 7,86                                                                                                                         | 14,72 ± 8,23                                                              | 14,07 ± 8,47                                             | 5,21 ± 4,27                                          | 14,44 ± 7,58                                                           | 66,55 ± 27,63     |
| <b>Test değer</b>        |     | F= 2,367                                                                                                                             | F= 4,457                                                                  | F= 3,503                                                 | F= 7,513                                             | F= 6,692                                                               | F=7,336           |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b> |     | p= 0,070                                                                                                                             | <b>p= 0,004</b>                                                           | <b>p= 0,016</b>                                          | <b>p= 0,000</b>                                      | <b>p= 0,000</b>                                                        | <b>p= 0,001</b>   |
| <b>Fark</b>              |     |                                                                                                                                      | <b>4&gt;1,2,3</b>                                                         | <b>4&gt;1,2,3</b>                                        | <b>4&gt;1,2,3</b>                                    | <b>4&gt;1,2,3</b>                                                      | <b>4&gt;1,2,3</b> |

**Tablo 13. (Devam) Gebelerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Gebelik Stresi Değerlendirme Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                          |     | Gebelik, doğum<br>eylemi süreci ve<br>doğumda, anne<br>ve bebek<br>açısından<br>güvenli süreç<br>arayışından<br>kaynaklanan<br>stres | Bebek bakımı<br>ve değişen aile<br>ilişkilerinden<br>kaynaklanan<br>stres | Annelik rolünün<br>tanımlanmasından<br>kaynaklanan stres | Sosyal destek<br>arayışından<br>kaynaklanan<br>stres | Değişen fiziksel<br>görünüm ve<br>fonksiyondan<br>kaynaklanan<br>stres | Ölçek<br>toplamı |
|--------------------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------|
|                          | n   | Ort ± Ss                                                                                                                             | Ort ± Ss                                                                  | Ort ± Ss                                                 | Ort ± Ss                                             | Ort ± Ss                                                               | Ort ± Ss         |
| <b>Çalışma durumu</b>    |     |                                                                                                                                      |                                                                           |                                                          |                                                      |                                                                        |                  |
| <b>Çalışıyor</b>         | 140 | 18,41 ± 7,30                                                                                                                         | 13,89 ± 7,99                                                              | 12,86 ± 8,95                                             | 4,86 ± 4,28                                          | 14,29 ± 7,47                                                           | 64,31 ± 27,68    |
| <b>Çalışmıyor</b>        | 244 | 15,68 ± 9,71                                                                                                                         | 11,89 ± 8,03                                                              | 11,78 ± 8,40                                             | 3,14 ± 3,70                                          | 10,87 ± 8,07                                                           | 53,37 ± 30,90    |
| <b>Test değer</b>        |     | t= 2,887                                                                                                                             | t= 2,362                                                                  | t= 1,185                                                 | t= 4,125                                             | t= 4,105                                                               | t= 3,469         |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b> |     | <b>p= 0,004</b>                                                                                                                      | <b>p= 0,019</b>                                                           | p= 0,237                                                 | <b>p= 0,000</b>                                      | <b>p= 0,000</b>                                                        | <b>p= 0,001</b>  |
| <b>Sosyal güvence</b>    |     |                                                                                                                                      |                                                                           |                                                          |                                                      |                                                                        |                  |
| <b>Var</b>               | 347 | 16,50 ± 8,84                                                                                                                         | 13,05 ± 8,11                                                              | 12,51 ± 8,63                                             | 3,97 ± 4,05                                          | 12,39 ± 8,02                                                           | 58,41 ± 30,62    |
| <b>Yok</b>               | 37  | 18,32 ± 10,33                                                                                                                        | 8,60 ± 6,49                                                               | 9,05 ± 7,91                                              | 1,89 ± 2,93                                          | 9,60 ± 7,68                                                            | 47,46 ± 24,04    |
| <b>Test değer</b>        |     | t= -1,175                                                                                                                            | t= 3,230                                                                  | t= 2,334                                                 | t= 3,034                                             | t= 2,023                                                               | t= 2,107         |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b> |     | p= 0,241                                                                                                                             | <b>p= 0,001</b>                                                           | <b>p= 0,020</b>                                          | <b>p= 0,003</b>                                      | <b>p= 0,044</b>                                                        | <b>p= 0,036</b>  |

**Tablo 13. (Devam) Gebelerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Gebelik Stresi Değerlendirme Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                                        |     | Gebelik, doğum<br>eylemi süreci ve<br>doğumda, anne<br>ve bebek<br>açısından<br>güvenli süreç<br>arayışından<br>kaynaklanan<br>stres | Bebek bakımı<br>ve değişen aile<br>ilişkilerinden<br>kaynaklanan<br>stres | Annelik rolünün<br>tanımlanmasından<br>kaynaklanan stres | Sosyal destek<br>arayışından<br>kaynaklanan<br>stres | Değişen fiziksel<br>görünüm ve<br>fonksiyondan<br>kaynaklanan<br>stres | Ölçek<br>toplamı |
|----------------------------------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------|
|                                        | n   | Ort ± Ss                                                                                                                             | Ort ± Ss                                                                  | Ort ± Ss                                                 | Ort ± Ss                                             | Ort ± Ss                                                               | Ort ± Ss         |
| <b>Ekonomik durumunu değerlendirme</b> |     |                                                                                                                                      |                                                                           |                                                          |                                                      |                                                                        |                  |
| <b>İyi</b>                             | 164 | 16,92 ± 8,37                                                                                                                         | 12,88 ± 8,14                                                              | 13,33 ± 8,55                                             | 3,98 ± 4,15                                          | 13,18 ± 8,57                                                           | 60,28 ± 30,72    |
| <b>Orta</b>                            | 200 | 16,34 ± 9,50                                                                                                                         | 12,66 ± 8,02                                                              | 11,64 ± 8,51                                             | 3,69 ± 3,94                                          | 11,49 ± 7,48                                                           | 55,81 ± 30,07    |
| <b>Kötü</b>                            | 20  | 18,05 ± 8,97                                                                                                                         | 10,05 ± 7,86                                                              | 8,15 ± 8,77                                              | 2,85 ± 3,28                                          | 9,75 ± 7,74                                                            | 48,85 ± 25,27    |
| <b>Test değer</b>                      |     | F= 0,430                                                                                                                             | F= 1,102                                                                  | F= 4,117                                                 | F= 0,785                                             | F= 2,792                                                               | F= 1,833         |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>               |     | p= 0,651                                                                                                                             | p= 0,333                                                                  | <b>p= 0,017</b>                                          | p= 0,457                                             | p= 0,052                                                               | p= 0,161         |
| <b>Yaşanan yer</b>                     |     |                                                                                                                                      |                                                                           |                                                          |                                                      |                                                                        |                  |
|                                        |     |                                                                                                                                      |                                                                           | <b>1&gt;3</b>                                            |                                                      |                                                                        |                  |
| <b>Köy</b>                             | 46  | 14,65 ± 11,23                                                                                                                        | 11,96 ± 7,83                                                              | 11,85 ± 8,54                                             | 3,39 ± 9,98                                          | 9,98 ± 9,93                                                            | 51,83 ± 34,61    |
| <b>İlçe</b>                            | 105 | 16,67 ± 8,60                                                                                                                         | 11,94 ± 7,74                                                              | 11,34 ± 8,74                                             | 3,31 ± 3,71                                          | 10,93 ± 7,27                                                           | 54,19 ± 28,48    |
| <b>İl</b>                              | 233 | 17,08 ± 8,66                                                                                                                         | 13,05 ± 8,26                                                              | 12,62 ± 8,61                                             | 4,05 ± 4,12                                          | 13,08 ± 7,95                                                           | 59,19 ± 28,48    |
| <b>Test değer</b>                      |     | F= 1,400                                                                                                                             | F= 0,858                                                                  | F= 0,831                                                 | F= 1,498                                             | F= 4,533                                                               | F= 2,173         |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>               |     | p= 0,248                                                                                                                             | p= 0,425                                                                  | p= 0,436                                                 | p= 0,225                                             | <b>p= 0,011</b>                                                        | p= 0,115         |
| <b>Fark</b>                            |     |                                                                                                                                      |                                                                           |                                                          |                                                      |                                                                        |                  |
|                                        |     |                                                                                                                                      |                                                                           |                                                          |                                                      | <b>3&gt;1,2</b>                                                        |                  |

Tablo 13'e araştırmaya katılan gebelerin sosyodemografik özelliklerine göre gebelik stresi değerlendirme ölçeği puan ortalamalarının karşılaştırması bulunmaktadır.

Gebe kadınların yaşına göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Diğer gruplara göre yaşı 18-25 arası olan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $20,80 \pm 9,13$ , bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $16,46 \pm 8,47$ , annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $15,45 \pm 8,72$ , sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $5,33 \pm 4,39$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $16,54 \pm 7,26$ , GSDÖ toplam puan ortalamasının  $74,59 \pm 30,41$ , olduğu görülmüştür ( $p<0.05$ ).

Gebe kadınların eğitim düzeyine göre GSDÖ alt boyutlarından bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve GSDÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Üniversite mezunu olan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyutu puan ortalamasının  $14,72 \pm 8,23$ , annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyutu puan ortalamasının  $14,07 \pm 8,47$ , sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyutu puan ortalamasının  $5,21 \pm 4,27$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyutu puan ortalamasının  $14,44 \pm 7,58$ , GSDÖ toplam puan ortalamasının  $66,55 \pm 27,63$  olduğu belirlenmiştir.

Gebe kadınların çalışma durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres, bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel

görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

Çalışan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $18,41 \pm 7,30$ , sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $4,86 \pm 4,28$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $14,29 \pm 7,47$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $10,87 \pm 8,07$ , GSDÖ toplam puan ortalamasının  $64,31 \pm 27,68$  olduğu tespit edilmiştir.

Gebe kadınların sosyal güvencesi olma durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve GSDÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Sosyal güvencesi olan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $13,05 \pm 8,11$ , sosyal güvencesi olan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $12,51 \pm 8,63$ , sosyal güvencesi olan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $3,97 \pm 4,05$ , sosyal güvencesi olan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $12,39 \pm 8,02$ , sosyal güvencesi olan gebe kadınların GSDÖ toplam puan ortalamasının  $58,41 \pm 30,62$  olduğu belirlenmiştir.

Gebe kadınların ekonomik durumunu değerlendirme durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Ekonomik durumunu iyi olarak değerlendiren gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $13,33 \pm 8,55$  olduğu saptanmıştır.

Gebe kadınların yaşadığı yere göre GSDÖ alt boyutlarından değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). İlde yaşayan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $13,08 \pm 7,95$  olduğu belirlenmiştir.



**Tablo 14. Gebelerin Obstetrik Özelliklerine göre Gebelik Stresi Değerlendirme Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                                   |     | Gebelik, doğum<br>eylemi süreci ve<br>doğumda, anne<br>ve bebek<br>açısından güvenli<br>süreç<br>arayışından<br>kaynaklanan<br>stres | Bebek bakımı<br>ve değişen<br>aile<br>ilişkilerinden<br>kaynaklanan<br>stres | Annelik rolünün<br>tanımlanmasından<br>kaynaklanan stres | Sosyal destek<br>arayışından<br>kaynaklanan<br>stres | Değişen<br>fiziksel<br>görünüm ve<br>fonksiyondan<br>kaynaklanan<br>stres | Ölçek toplamı   |
|-----------------------------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-----------------|
|                                   | n   | Ort ± Ss                                                                                                                             | Ort ± Ss                                                                     | Ort ± Ss                                                 | Ort ± Ss                                             | Ort ± Ss                                                                  | Ort ± Ss        |
| <b>Gebeliğin planlanma durumu</b> |     |                                                                                                                                      |                                                                              |                                                          |                                                      |                                                                           |                 |
| <b>Evet</b>                       | 303 | 17,10 ± 8,91                                                                                                                         | 13,18 ± 8,05                                                                 | 13,05 ± 8,58                                             | 3,99 ± 4,05                                          | 12,57 ± 8,03                                                              | 59,90 ± 10,09   |
| <b>Hayır</b>                      | 81  | 15,07 ± 9,17                                                                                                                         | 10,49 ± 7,83                                                                 | 8,90 ± 7,95                                              | 2,93 ± 3,72                                          | 10,44 ± 7,82                                                              | 47,84 ± 28,82   |
| <b>Test değer</b>                 |     | t= 1,808                                                                                                                             | t= 2,689                                                                     | t= 3,926                                                 | t= 2,144                                             | t= 2,126                                                                  | t= 3,233        |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>          |     | p= 0,071                                                                                                                             | <b>p= 0,007</b>                                                              | <b>p= 0,000</b>                                          | <b>p= 0,033</b>                                      | <b>p= 0,034</b>                                                           | <b>p= 0,001</b> |
| <b>Bu gebeliği isteme</b>         |     |                                                                                                                                      |                                                                              |                                                          |                                                      |                                                                           |                 |
| <b>İstiyorum</b>                  | 365 | 16,79 ± 8,97                                                                                                                         | 12,81 ± 8,90                                                                 | 12,45 ± 8,54                                             | 3,87 ± 4,00                                          | 12,26 ± 8,04                                                              | 58,18 ± 30,26   |
| <b>İstemiyorum</b>                | 19  | 14,42 ± 9,46                                                                                                                         | 8,90 ± 6,52                                                                  | 7,00 ± 8,51                                              | 1,89 ± 3,49                                          | 9,35 ± 7,28                                                               | 41,58 ± 24,58   |
| <b>Test değer</b>                 |     | t= 1,121                                                                                                                             | t= 2,072                                                                     | t= 2,710                                                 | t= 2,104                                             | t= 1,537                                                                  | t= 2,350        |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>          |     | p= 0,263                                                                                                                             | p= 0,039                                                                     | <b>p= 0,007</b>                                          | <b>p= 0,036</b>                                      | p= 0,125                                                                  | <b>p= 0,019</b> |

**Tablo 14. (Devam) Gebelerin Obstetrik Özelliklerine göre Göre Gebelik Stresi Değerlendirme Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                              |     | Gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres | Bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres | Annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres | Sosyal destek arayışından kaynaklanan stres | Değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres | Ölçek toplamı     |
|------------------------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-------------------|
|                              | n   | Ort ± Ss                                                                                                     | Ort ± Ss                                                      | Ort ± Ss                                           | Ort ± Ss                                    | Ort ± Ss                                                   | Ort ± Ss          |
| <b>Toplam gebelik sayısı</b> |     |                                                                                                              |                                                               |                                                    |                                             |                                                            |                   |
| 1                            | 128 | 21,68 ± 8,14                                                                                                 | 16,16 ± 8,54                                                  | 14,66 ± 9,22                                       | 5,32 ± 4,35                                 | 15,75 ± 7,39                                               | 73,58 ± 29,20     |
| 2                            | 111 | 15,06 ± 8,26                                                                                                 | 11,94 ± 7,54                                                  | 11,96 ± 8,43                                       | 3,70 ± 3,82                                 | 12,44 ± 7,39                                               | 55,09 ± 27,17     |
| 3                            | 87  | 13,84 ± 8,34                                                                                                 | 11,10 ± 7,06                                                  | 10,82 ± 8,36                                       | 2,72 ± 3,34                                 | 10,10 ± 7,65                                               | 48,59 ± 27,87     |
| 4 ve üzeri                   | 58  | 12,97 ± 8,46                                                                                                 | 8,36 ± 6,23                                                   | 9,16 ± 6,35                                        | 2,05 ± 3,21                                 | 6,52 ± 7,01                                                | 39,05 ± 23,86     |
| Test değer                   |     | F= 24,340                                                                                                    | F= 16,758                                                     | F= 7,002                                           | F= 13,112                                   | F= 23,633                                                  | F= 26,486         |
| Anlamlılık düzeyi            |     | <b>p= 0,000</b>                                                                                              | <b>p= 0,000</b>                                               | <b>p= 0,000</b>                                    | <b>p= 0,000</b>                             | <b>p= 0,000</b>                                            | <b>p= 0,000</b>   |
| Fark                         |     | <b>1&gt;2,3,4</b>                                                                                            | <b>1&gt;2,3,4</b>                                             | <b>1&gt;2,3,4</b>                                  | <b>1&gt;2,3,4</b>                           | <b>1&gt;2,3,4</b>                                          | <b>1&gt;2,3,4</b> |
| <b>Toplam doğum sayısı</b>   |     |                                                                                                              |                                                               |                                                    |                                             |                                                            |                   |
| Yok                          | 130 | 22,28 ± 8,32                                                                                                 | 16,42 ± 8,44                                                  | 14,85 ± 9,15                                       | 5,35 ± 4,36                                 | 15,50 ± 7,53                                               | 74,40 ± 29,10     |
| 1                            | 131 | 14,91 ± 7,80                                                                                                 | 11,49 ± 7,19                                                  | 11,82 ± 8,60                                       | 3,35 ± 3,74                                 | 12,22 ± 7,53                                               | 53,79 ± 26,59     |
| 2                            | 82  | 12,66 ± 8,28                                                                                                 | 10,49 ± 7,13                                                  | 9,87 ± 7,84                                        | 2,57 ± 3,15                                 | 8,98 ± 7,38                                                | 44,56 ± 27,55     |
| 3                            | 41  | 12,59 ± 7,25                                                                                                 | 8,41 ± 6,62                                                   | 9,46 ± 5,75                                        | 2,46 ± 3,59                                 | 7,37 ± 7,59                                                | 40,29 ± 23,33     |
| Test değer                   |     | F= 33,624                                                                                                    | F= 18,305                                                     | F= 7,975                                           | F= 12,158                                   | F= 19,078                                                  | F= 28,861         |
| Anlamlılık düzeyi            |     | <b>p= 0,000</b>                                                                                              | <b>p= 0,000</b>                                               | <b>p= 0,000</b>                                    | <b>p= 0,000</b>                             | <b>p= 0,000</b>                                            | <b>p= 0,000</b>   |
| Fark                         |     | <b>1&gt;2,3,4</b>                                                                                            | <b>1&gt;2,3,4</b>                                             | <b>1&gt;2,3,4</b>                                  | <b>1&gt;2,3,4</b>                           | <b>1&gt;2,3,4</b>                                          | <b>1&gt;2,3,4</b> |

**Tablo 14. (Devam) Gebelerin Obstetrik Özelliklerine göre Göre Gebelik Stresi Değerlendirme Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                                |     | Gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres | Bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres | Annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres | Sosyal destek arayışından kaynaklanan stres | Değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres | Ölçek toplamı   |
|--------------------------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-----------------|
|                                | n   | Ort ± Ss                                                                                                     | Ort ± Ss                                                      | Ort ± Ss                                           | Ort ± Ss                                    | Ort ± Ss                                                   | Ort ± Ss        |
| <b>Şu anki gebelik haftası</b> |     |                                                                                                              |                                                               |                                                    |                                             |                                                            |                 |
| <b>4-12</b>                    | 94  | 19,03 ± 8,69                                                                                                 | 13,61 ± 7,55                                                  | 13,38 ± 9,18                                       | 4,29 ± 3,98                                 | 13,48 ± 8,30                                               | 63,79 ± 30,16   |
| <b>13-27</b>                   | 175 | 15,38 ± 8,81                                                                                                 | 12,77 ± 7,73                                                  | 12,36 ± 8,44                                       | 3,77 ± 3,98                                 | 12,07 ± 7,88                                               | 56,36 ± 29,94   |
| <b>28-40</b>                   | 115 | 16,71 ± 9,19                                                                                                 | 11,57 ± 8,88                                                  | 10,90 ± 8,30                                       | 3,34 ± 4,02                                 | 11,09 ± 7,91                                               | 53,61 ± 30,04   |
| <b>Test değer</b>              |     | F= 5,145                                                                                                     | F= 1,707                                                      | F= 2,234                                           | F= 1,457                                    | F= 2,323                                                   | F= 3,144        |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>       |     | <b>p= 0,006</b>                                                                                              | p= 0,183                                                      | p= 0,109                                           | p= 0,235                                    | p= 0,099                                                   | <b>p= 0,044</b> |
| <b>Fark</b>                    |     | <b>1&gt;2</b>                                                                                                |                                                               |                                                    |                                             |                                                            | <b>1&gt;3</b>   |
| <b>Doğum şekli tercihi</b>     |     |                                                                                                              |                                                               |                                                    |                                             |                                                            |                 |
| <b>Normal</b>                  | 280 | 18,00 ± 8,24                                                                                                 | 13,94 ± 8,10                                                  | 13,66 ± 8,47                                       | 4,26 ± 3,87                                 | 12,97 ± 8,00                                               | 62,83 ± 29,23   |
| <b>Sezaryen</b>                | 104 | 13,12 ± 9,96                                                                                                 | 9,06 ± 6,83                                                   | 8,19 ± 7,72                                        | 2,44 ± 4,05                                 | 9,83 ± 7,64                                                | 42,63 ± 27,83   |
| <b>Test değer</b>              |     | t= 4,865                                                                                                     | t= 5,466                                                      | t= 5,753                                           | t= 4,038                                    | t= 3,463                                                   | t= 6,092        |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>       |     | <b>p= 0,000</b>                                                                                              | <b>p= 0,000</b>                                               | <b>p= 0,000</b>                                    | <b>p= 0,000</b>                             | <b>p= 0,001</b>                                            | <b>p= 0,000</b> |
| <b>Doğum korkusu yaşama</b>    |     |                                                                                                              |                                                               |                                                    |                                             |                                                            |                 |
| <b>Evet</b>                    | 314 | 18,34 ± 8,68                                                                                                 | 13,87 ± 8,02                                                  | 13,62 ± 8,61                                       | 4,24 ± 4,09                                 | 13,12 ± 7,92                                               | 63,19 ± 28,96   |
| <b>Hayır</b>                   | 70  | 9,20 ± 6,14                                                                                                  | 6,99 ± 5,45                                                   | 5,70 ± 4,80                                        | 1,66 ± 2,70                                 | 7,63 ± 6,86                                                | 31,17 ± 20,13   |
| <b>Test değer</b>              |     | t= 8,352                                                                                                     | t= 6,835                                                      | t= 7,436                                           | t= 5,037                                    | t= 5,367                                                   | t= 8,786        |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>       |     | <b>p= 0,000</b>                                                                                              | <b>p= 0,000</b>                                               | <b>p= 0,000</b>                                    | <b>p= 0,000</b>                             | <b>p= 0,000</b>                                            | <b>p= 0,000</b> |

Tablo 14'te araştırmaya katılan gebe kadınların obstetrik özelliklerine göre GSDÖ puan ortalamalarının karşılaştırılması bulunmaktadır.

Gebe kadınların gebeliğinin planlı olma durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve GSDÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Diğer gruba göre gebeliği planlı olan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $17,10 \pm 8,91$ , gebeliği planlı olan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $13,05 \pm 8,58$ , sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $3,99 \pm 4,05$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $12,57 \pm 8,03$ , GSDÖ alt boyutlarından toplam puan ortalamasının  $59,90 \pm 10,09$  olduğu tespit edilmiştir.

Gebe kadınların bu gebeliği isteme durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,06$ ). Bu gebeliği isteyen gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $12,45 \pm 8,54$ , sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $3,87 \pm 4,00$ , GSDÖ toplam puan ortalamasının  $58,18 \pm 30,26$  olduğu görülmüştür.

Gebe kadınların toplam gebelik sayısına göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Toplam gebelik sayısı 1 olan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $21,68 \pm 8,14$ , bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $16,16 \pm 8,54$ , annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $14,66 \pm 9,22$ , sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $5,32$

$\pm 4,35$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $15,75 \pm 7,39$ , GSDÖ toplam puan ortalamasının  $73,58 \pm 29,20$  olduğu bulunmuştur.

Gebe kadınların toplam doğum sayısına göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir ( $p<0,05$ ). Daha önce doğum yapmamış gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres alt boyutu puan ortalamasının  $22,28 \pm 8,32$ , bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyutu puan ortalamasının  $16,42 \pm 8,44$ , annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyutu puan ortalamasının  $14,85 \pm 9,15$ , sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyutu puan ortalamasının  $5,35 \pm 4,36$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyutu puan ortalamasının  $15,50 \pm 7,53$ , GSDÖ toplam puan ortalamasının  $74,40 \pm 29,10$  olduğu tespit edilmiştir.

Gebe kadınların şu anki gebelik haftasına göre GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres alt boyutu ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Şu anki gebelik haftası 4-12 arası olan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $19,03 \pm 8,69$ , GSDÖ toplam puan ortalamasının  $63,79 \pm 30,16$  olduğu tespit edilmiştir.

Gebe kadınların gebelik şekli tercihinine göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Doğum şekli tercihi normal olan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $18,00 \pm 8,24$ , bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $13,94 \pm 8,10$ , annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $13,66 \pm 8,47$ , sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $4,26 \pm 3,87$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan

kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $12,97 \pm 8,00$ , GSDÖ toplam puan ortalamasının  $62,83 \pm 29,23$  olduğu görülmüştür.

Gebe kadınların doğum korkusu yaşama durumuna göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Doğum korkusu yaşayan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $18,34 \pm 8,68$ , bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $13,87 \pm 8,02$ , annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $13,62 \pm 8,61$ , sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $4,24 \pm 4,09$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $13,12 \pm 7,92$ , GSDÖ toplam puan ortalamasının  $63,19 \pm 28,96$  olduğu bulunmuştur.

**Tablo 15. Gebelerin Sosyal Medya Kullanımına Göre Gebelik Stresi Değerlendirme Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                          |     | Gebelik, doğum<br>eylemi süreci ve<br>doğumda, anne ve<br>bebek açısından<br>güvenli süreç<br>arayışından<br>kaynaklanan stres | Bebek bakımı<br>ve değişen aile<br>ilişkilerinden<br>kaynaklanan<br>stres | Annelik rolünün<br>tanımlanmasından<br>kaynaklanan stres | Sosyal<br>destek<br>arayışından<br>kaynaklanan<br>stres | Değişen<br>fiziksel<br>görünüm ve<br>fonksiyondan<br>kaynaklanan<br>stres | Ölçek<br>toplamı |
|--------------------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|------------------|
|                          | n   | Ort ± Ss                                                                                                                       | Ort ± Ss                                                                  | Ort ± Ss                                                 | Ort ± Ss                                                | Ort ± Ss                                                                  | Ort ± Ss         |
| <b>Facebook</b>          |     |                                                                                                                                |                                                                           |                                                          |                                                         |                                                                           |                  |
| <b>Evet</b>              | 139 | 15,11 ± 9,05                                                                                                                   | 11,14 ± 7,71                                                              | 9,93 ± 8,46                                              | 2,81 ± 3,49                                             | 10,30 ± 7,75                                                              | 49,30 ± 28,61    |
| <b>Hayır</b>             | 245 | 17,56 ± 8,85                                                                                                                   | 13,45 ± 8,16                                                              | 13,45 ± 8,45                                             | 4,31 ± 4,17                                             | 13,15 ± 8,00                                                              | 61,93 ± 30,17    |
| <b>Test değer</b>        |     | t= -2,590                                                                                                                      | t= -2,719                                                                 | t= -3,927                                                | t= -3,607                                               | t= -3,377                                                                 | t= -4,018        |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b> |     | <b>p= 0,010</b>                                                                                                                | <b>p= 0,007</b>                                                           | <b>p= 0,000</b>                                          | <b>p= 0,000</b>                                         | <b>p= 0,001</b>                                                           | <b>p= 0,000</b>  |
| <b>Instagram</b>         |     |                                                                                                                                |                                                                           |                                                          |                                                         |                                                                           |                  |
| <b>Evet</b>              | 350 | 16,94 ± 8,95                                                                                                                   | 12,98 ± 8,13                                                              | 12,63 ± 8,68                                             | 3,88 ± 4,07                                             | 12,56 ± 8,07                                                              | 58,99 ± 30,27    |
| <b>Hayır</b>             | 34  | 13,91 ± 9,14                                                                                                                   | 8,91 ± 6,42                                                               | 7,53 ± 6,39                                              | 2,62 ± 3,02                                             | 7,56 ± 5,88                                                               | 40,53 ± 23,86    |
| <b>Test değer</b>        |     | t= 1,883                                                                                                                       | t= 2,832                                                                  | t= 3,340                                                 | t= 1,762                                                | t= 3,525                                                                  | t= 3,452         |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b> |     | p= 0,061                                                                                                                       | <b>p= 0,005</b>                                                           | <b>p= 0,001</b>                                          | p= 0,079                                                | <b>p= 0,000</b>                                                           | <b>p= 0,001</b>  |
| <b>X</b>                 |     |                                                                                                                                |                                                                           |                                                          |                                                         |                                                                           |                  |
| <b>Evet</b>              | 102 | 17,85 ± 8,56                                                                                                                   | 15,32 ± 7,94                                                              | 14,69 ± 7,89                                             | 5,03 ± 4,01                                             | 15,19 ± 7,20                                                              | 68,08 ± 28,08    |
| <b>Hayır</b>             | 282 | 16,25 ± 9,12                                                                                                                   | 11,64 ± 7,90                                                              | 11,27 ± 8,70                                             | 3,31 ± 3,90                                             | 11,01 ± 8,02                                                              | 53,48 ± 30,04    |
| <b>Test değer</b>        |     | t= 1,547                                                                                                                       | t= 4,033                                                                  | t= 3,483                                                 | t= 3,780                                                | t= 4,625                                                                  | t= 4,279         |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b> |     | p= 0,123                                                                                                                       | <b>p= 0,000</b>                                                           | <b>p= 0,001</b>                                          | <b>p= 0,000</b>                                         | <b>p= 0,000</b>                                                           | <b>p= 0,000</b>  |

**Tablo 15. (Devam) Gebelerin Sosyal Medya Kullanımına Göre Gebelik Stresi Değerlendirme Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                              |     | <b>Gebelik, doğum<br/>eylemi süreci ve<br/>doğumda, anne ve<br/>bebek açısından<br/>güvenli süreç<br/>arayışından<br/>kaynaklanan stres</b> | <b>Bebek bakımı<br/>ve değişen aile<br/>ilişkilerinden<br/>kaynaklanan<br/>stres</b> | <b>Annelik rolünün<br/>tanımlanmasından<br/>kaynaklanan stres</b> | <b>Sosyal<br/>destek<br/>arayışından<br/>kaynaklanan<br/>stres</b> | <b>Değişen<br/>fiziksel<br/>görünüm ve<br/>fonksiyondan<br/>kaynaklanan<br/>stres</b> | <b>Ölçek<br/>toplamı</b> |
|------------------------------|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
|                              | n   | Ort ± Ss                                                                                                                                    | Ort ± Ss                                                                             | Ort ± Ss                                                          | Ort ± Ss                                                           | Ort ± Ss                                                                              | Ort ± Ss                 |
| <b>YouTube</b>               |     |                                                                                                                                             |                                                                                      |                                                                   |                                                                    |                                                                                       |                          |
| <b>Evet</b>                  | 169 | 18,62 ± 8,47                                                                                                                                | 14,38 ± 8,68                                                                         | 13,61 ± 8,63                                                      | 4,66 ± 4,30                                                        | 13,96 ± 7,85                                                                          | 65,22 ± 30,32            |
| <b>Hayır</b>                 | 215 | 15,15 ± 9,11                                                                                                                                | 11,23 ± 7,27                                                                         | 11,05 ± 8,44                                                      | 3,07 ± 3,61                                                        | 10,67 ± 7,87                                                                          | 51,17 ± 28,68            |
| <b>Test değer</b>            |     | t= 3,816                                                                                                                                    | t= 3,863                                                                             | t= 2,918                                                          | t= 3,932                                                           | t= 4,077                                                                              | t= 4,648                 |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>     |     | <b>p= 0,000</b>                                                                                                                             | <b>p= 0,000</b>                                                                      | <b>p= 0,004</b>                                                   | <b>p= 0,000</b>                                                    | <b>p= 0,000</b>                                                                       | <b>p= 0,000</b>          |
| <b>Sosyal medyaya ulaşma</b> |     |                                                                                                                                             |                                                                                      |                                                                   |                                                                    |                                                                                       |                          |
| <b>Telefon</b>               | 349 | 16,66 ± 8,93                                                                                                                                | 12,55 ± 8,04                                                                         | 12,23 ± 8,67                                                      | 3,73 ± 3,96                                                        | 12,06 ± 8,00                                                                          | 57,24 ± 30,27            |
| <b>Bilgisayar</b>            | 28  | 16,75 ± 9,36                                                                                                                                | 12,43 ± 7,57                                                                         | 10,36 ± 8,04                                                      | 4,18 ± 4,28                                                        | 12,54 ± 8,15                                                                          | 56,25 ± 28,18            |
| <b>Tablet</b>                | 7   | 17,00 ± 11,83                                                                                                                               | 16,71 ± 11,21                                                                        | 16,086 ± 6,64                                                     | 4,00 ± 5,51                                                        | 13,28 ± 9,36                                                                          | 67,86 ± 36,67            |
| <b>Test değer</b>            |     | F= 0,006                                                                                                                                    | F= 0,922                                                                             | F= 1,671                                                          | F= 0,174                                                           | F= 0,120                                                                              | F= 0,444                 |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>     |     | p= 0,994                                                                                                                                    | p= 0,398                                                                             | p= 0,189                                                          | p= 0,841                                                           | p= 0,887                                                                              | p= 0,642                 |

**Tablo 15. (Devam) Gebelerin Sosyal Medya Kullanımına Göre Gebelik Stresi Değerlendirme Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                                     |     | Gebelik, doğum<br>eylemi süreci ve<br>doğumda, anne ve<br>bebek açısından<br>güvenli süreç<br>arayışından<br>kaynaklanan stres | Bebek bakımı<br>ve değişen aile<br>ilişkilerinden<br>kaynaklanan<br>stres | Annelik rolünün<br>tanımlanmasından<br>kaynaklanan stres | Sosyal<br>destek<br>arayışından<br>kaynaklanan<br>stres | Değişen<br>fiziksel<br>görünüm ve<br>fonksiyondan<br>kaynaklanan<br>stres | Ölçek<br>toplamı |
|-------------------------------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|------------------|
|                                     | n   | Ort ± Ss                                                                                                                       | Ort ± Ss                                                                  | Ort ± Ss                                                 | Ort ± Ss                                                | Ort ± Ss                                                                  | Ort ± Ss         |
| <b>Günlük sosyal medya kullanma</b> |     |                                                                                                                                |                                                                           |                                                          |                                                         |                                                                           |                  |
| <b>1 saatten az</b>                 | 74  | 14,04 ± 8,16                                                                                                                   | 10,38 ± 6,53                                                              | 9,36 ± 7,70                                              | 2,49 ± 3,17                                             | 9,23 ± 7,41                                                               | 45,50 ± 24,79    |
| <b>1-3 saat</b>                     | 224 | 16,51 ± 8,46                                                                                                                   | 12,64 ± 7,87                                                              | 16,67 ± 8,44                                             | 4,13 ± 3,91                                             | 12,36 ± 7,92                                                              | 58,31 ± 29,02    |
| <b>4-6 saat</b>                     | 84  | 19,37 ± 10,36                                                                                                                  | 14,70 ± 9,26                                                              | 13,62 ± 9,23                                             | 4,02 ± 4,66                                             | 14,02 ± 8,28                                                              | 64,74 ± 34,56    |
| <b>7 saat ve<br/>üzeri</b>          | 2   | 19,30 ± 10,61                                                                                                                  | 5,00 ± 1,41                                                               | 0,00 ± 0,00                                              | 0,00 ± 0,00                                             | 12,50 ± 3,54                                                              | 37,00 ± 5,66     |
| <b>Test değer</b>                   |     | F= 4,864                                                                                                                       | F= 4,487                                                                  | F= 5,160                                                 | F= 3,937                                                | F= 5,001                                                                  | F= 6,619         |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>            |     | <b>p= 0,002</b>                                                                                                                | <b>p= 0,004</b>                                                           | <b>p= 0,002</b>                                          | <b>p= 0,009</b>                                         | <b>p= 0,002</b>                                                           | <b>p= 0,000</b>  |
| <b>Fark</b>                         |     | <b>3&gt;1,2</b>                                                                                                                | <b>3&gt;1,2</b>                                                           | <b>2&gt;1</b>                                            | <b>2&gt;1</b>                                           | <b>3&gt;1</b>                                                             | <b>3&gt;1</b>    |
| <b>Gündemi takip etmek</b>          |     |                                                                                                                                |                                                                           |                                                          |                                                         |                                                                           |                  |
| <b>Evet</b>                         | 327 | 16,49 ± 8,82                                                                                                                   | 12,82 ± 8,04                                                              | 12,60 ± 8,76                                             | 3,94 ± 7,10                                             | 12,54 ± 8,05                                                              | 58,39 ± 30,64    |
| <b>Hayır</b>                        | 57  | 17,74 ± 9,96                                                                                                                   | 11,46 ± 8,20                                                              | 9,77 ± 7,31                                              | 2,77 ± 3,23                                             | 9,72 ± 7,48                                                               | 51,46 ± 27,01    |
| <b>Test değer</b>                   |     | t= -0,966                                                                                                                      | t= 1,178                                                                  | t= 2,298                                                 | t= 2,047                                                | t= 2,465                                                                  | t= 1,602         |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>            |     | p= 0,334                                                                                                                       | p= 0,239                                                                  | <b>p= 0,022</b>                                          | <b>p= 0,041</b>                                         | p= 0,140                                                                  | p= 0,110         |

**Tablo 15. (Devam) Gebelerin Sosyal Medya Kullanımına Göre Gebelik Stresi Değerlendirme Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                                                |     | <b>Gebelik, doğum<br/>eylemi süreci ve<br/>doğumda, anne ve<br/>bebek açısından<br/>güvenli süreç<br/>arayışından<br/>kaynaklanan stres</b> | <b>Bebek bakımı<br/>ve değişen aile<br/>ilişkilerinden<br/>kaynaklanan<br/>stres</b> | <b>Annelik rolünün<br/>tanımlanmasından<br/>kaynaklanan stres</b> | <b>Sosyal<br/>destek<br/>arayışından<br/>kaynaklanan<br/>stres</b> | <b>Değişen<br/>fiziksel<br/>görünüm ve<br/>fonksiyondan<br/>kaynaklanan<br/>stres</b> | <b>Ölçek<br/>toplamı</b> |
|------------------------------------------------|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
|                                                | n   | Ort ± Ss                                                                                                                                    | Ort ± Ss                                                                             | Ort ± Ss                                                          | Ort ± Ss                                                           | Ort ± Ss                                                                              | Ort ± Ss                 |
| <b>Paylaşımında bulunmak</b>                   |     |                                                                                                                                             |                                                                                      |                                                                   |                                                                    |                                                                                       |                          |
| <b>Evet</b>                                    | 173 | 18,86 ± 8,79                                                                                                                                | 14,21 ± 8,46                                                                         | 13,40 ± 93,10                                                     | 4,52 ± 4,26                                                        | 14,82 ± 7,82                                                                          | 65,82 ± 31,15            |
| <b>Hayır</b>                                   | 211 | 14,88 ± 8,78                                                                                                                                | 11,31 ± 7,50                                                                         | 11,17 ± 8,07                                                      | 3,15 ± 3,67                                                        | 9,91 ± 7,50                                                                           | 50,42 ± 27,58            |
| <b>Test değer</b>                              |     | t= 4,418                                                                                                                                    | t= 3,553                                                                             | t= 2,547                                                          | t= 3,381                                                           | t= 6,268                                                                              | t= 5,133                 |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                       |     | <b>p= 0,000</b>                                                                                                                             | <b>p= 0,000</b>                                                                      | <b>p= 0,011</b>                                                   | <b>p= 0,001</b>                                                    | <b>p= 0,000</b>                                                                       | <b>p= 0,000</b>          |
| <b>Gebelik ve annelik hakkında bilgi almak</b> |     |                                                                                                                                             |                                                                                      |                                                                   |                                                                    |                                                                                       |                          |
| <b>Evet</b>                                    | 153 | 19,70 ± 9,03                                                                                                                                | 15,63 ± 8,36                                                                         | 15,12 ± 8,09                                                      | 5,25 ± 4,27                                                        | 15,52 ± 7,35                                                                          | 71,22 ± 29,81            |
| <b>Hayır</b>                                   | 231 | 14,67 ± 8,40                                                                                                                                | 10,62 ± 7,22                                                                         | 10,23 ± 8,41                                                      | 2,78 ± 3,48                                                        | 9,87 ± 7,65                                                                           | 48,17 ± 26,80            |
| <b>Test değer</b>                              |     | t= 5,557                                                                                                                                    | t= 6,240                                                                             | t= 5,662                                                          | t= 6,212                                                           | t= 7,204                                                                              | t= 7,887                 |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                       |     | <b>p= 0,000</b>                                                                                                                             | <b>p= 0,000</b>                                                                      | <b>p= 0,000</b>                                                   | <b>p= 0,000</b>                                                    | <b>p= 0,000</b>                                                                       | <b>p= 0,000</b>          |
| <b>Boş zamanlarımı geçirmek</b>                |     |                                                                                                                                             |                                                                                      |                                                                   |                                                                    |                                                                                       |                          |
| <b>Evet</b>                                    | 255 | 16,95 ± 9,23                                                                                                                                | 13,25 ± 8,17                                                                         | 12,95 ± 8,76                                                      | 4,11 ± 4,10                                                        | 10,42 ± 8,03                                                                          | 60,27 ± 30,92            |
| <b>Hayır</b>                                   | 129 | 16,12 ± 8,50                                                                                                                                | 11,37 ± 7,74                                                                         | 10,66 ± 8,13                                                      | 3,09 ± 3,72                                                        | 10,35 ± 7,73                                                                          | 51,59 ± 27,92            |
| <b>Test değer</b>                              |     | t= 0,853                                                                                                                                    | t= 2,162                                                                             | t= 2,473                                                          | t= 2,395                                                           | t= 3,113                                                                              | t= 2,684                 |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                       |     | p= 0,394                                                                                                                                    | <b>p= 0,031</b>                                                                      | <b>p= 0,014</b>                                                   | <b>p= 0,017</b>                                                    | <b>p= 0,002</b>                                                                       | <b>p= 0,008</b>          |

**Tablo 15. (Devam) Gebelerin Sosyal Medya Kullanımına Göre Gebelik Stresi Değerlendirme Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                                                                         |     | Gebelik, doğum<br>eylemi süreci ve<br>doğumda, anne ve<br>bebek açısından<br>güvenli süreç<br>arayışından<br>kaynaklanan stres | Bebek bakımı<br>ve değişen aile<br>ilişkilerinden<br>kaynaklanan<br>stres | Annelik rolünün<br>tanımlanmasından<br>kaynaklanan stres | Sosyal<br>destek<br>arayışından<br>kaynaklanan<br>stres | Değişen<br>fiziksel<br>görünüm ve<br>fonksiyondan<br>kaynaklanan<br>stres | Ölçek<br>toplamı |
|-------------------------------------------------------------------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <b>Yatmadan önce sosyal medya hesabını kontrol etme</b>                 |     |                                                                                                                                |                                                                           |                                                          |                                                         |                                                                           |                  |
| <b>Evet</b>                                                             | 177 | 18,32 ± 8,86                                                                                                                   | 13,88 ± 8,85                                                              | 12,73 ± 8,71                                             | 4,36 ± 4,19                                             | 12,87 ± 7,97                                                              | 62,16 ± 31,70    |
| <b>Hayır</b>                                                            | 207 | 15,27 ± 8,89                                                                                                                   | 11,54 ± 7,18                                                              | 11,70 ± 8,51                                             | 3,27 ± 3,77                                             | 11,48 ± 8,02                                                              | 53,25 ± 28,28    |
| <b>Test değer</b>                                                       |     | t= 3,352                                                                                                                       | t= 2,867                                                                  | t= 1,173                                                 | t= 2,684                                                | t= 1,700                                                                  | t= 2,910         |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                                                |     | <b>p= 0,001</b>                                                                                                                | <b>p= 0,004</b>                                                           | p= 0,241                                                 | <b>p= 0,008</b>                                         | p= 0,090                                                                  | <b>p= 0,004</b>  |
| <b>Uzun süre sosyal medyadan uzak kalınca sosyal hayatta hissedilen</b> |     |                                                                                                                                |                                                                           |                                                          |                                                         |                                                                           |                  |
| <b>Sosyal medyadan ayrı kalamam</b>                                     | 12  | 22,17 ± 10,10                                                                                                                  | 17,92 ± 10,60                                                             | 12,08 ± 10,97                                            | 3,67 ± 4,87                                             | 15,42 ± 8,13                                                              | 71,25 ± 38,72    |
| <b>Kötü hissedirim</b>                                                  | 112 | 18,46 ± 8,79                                                                                                                   | 14,80 ± 8,27                                                              | 14,29 ± 8,82                                             | 4,66 ± 4,17                                             | 15,07 ± 8,08                                                              | 67,97 ± 31,39    |
| <b>Yalnız hissedirim</b>                                                | 21  | 20,05 ± 9,30                                                                                                                   | 15,10 ± 8,09                                                              | 14,38 ± 8,79                                             | 4,76 ± 3,66                                             | 13,38 ± 7,68                                                              | 66,67 ± 32,46    |
| <b>Benim için sorun olmaz</b>                                           | 239 | 15,27 ± 8,72                                                                                                                   | 11,11 ± 7,46                                                              | 10,81 ± 8,11                                             | 3,21 ± 3,80                                             | 10,46 ± 7,58                                                              | 50,87 ± 27,15    |
| <b>Test değer</b>                                                       |     | F= 6,127                                                                                                                       | F= 8,332                                                                  | F= 5,848                                                 | F= 5,028                                                | F= 9,974                                                                  | F=10,544         |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                                                |     | <b>p= 0,000</b>                                                                                                                | <b>p= 0,000</b>                                                           | <b>p= 0,001</b>                                          | <b>p= 0,002</b>                                         | <b>p= 0,000</b>                                                           | <b>p= 0,000</b>  |
| <b>Fark</b>                                                             |     | <b>1&gt;4</b>                                                                                                                  | <b>1&gt;4</b>                                                             | <b>3&gt;4</b>                                            | <b>3&gt;4</b>                                           | <b>1&gt;4</b>                                                             | <b>1&gt;4</b>    |

**Tablo 15. (Devam) Gebelerin Sosyal Medya Kullanımına Göre Gebelik Stresi Değerlendirme Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                                                                     |     | Gebelik, doğum<br>eylemi süreci ve<br>doğumda, anne ve<br>bebek açısından<br>güvenli süreç<br>arayışından<br>kaynaklanan stres | Bebek bakımı<br>ve değişen aile<br>ilişkilerinden<br>kaynaklanan<br>stres | Annelik rolünün<br>tanımlanmasından<br>kaynaklanan stres | Sosyal<br>destek<br>arayışından<br>kaynaklanan<br>stres | Değişen<br>fiziksel<br>görünüm ve<br>fonksiyondan<br>kaynaklanan<br>stres | Ölçek<br>toplamı |
|---------------------------------------------------------------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <b>Eş ile iletişim</b>                                              |     |                                                                                                                                |                                                                           |                                                          |                                                         |                                                                           |                  |
| <b>İyi</b>                                                          | 318 | 16,64 ± 8,76                                                                                                                   | 12,90 ± 8,08                                                              | 12,93 ± 8,40                                             | 4,07 ± 4,11                                             | 12,68 ± 7,97                                                              | 59,22 ± 29,99    |
| <b>Orta</b>                                                         | 61  | 16,34 ± 10,07                                                                                                                  | 11,33 ± 7,91                                                              | 8,80 ± 8,64                                              | 2,28 ± 2,79                                             | 9,61 ± 7,85                                                               | 48,36 ± 29,80    |
| <b>Kötü</b>                                                         | 5   | 22,80 ± 9,58                                                                                                                   | 10,60 ± 9,24                                                              | 5,40 ± 10,99                                             | 2,60 ± 5,81                                             | 7,40 ± 6,91                                                               | 48,80 ± 33,05    |
| <b>Test değer</b>                                                   |     | F= 1,205                                                                                                                       | F= 1,127                                                                  | F= 7,708                                                 | F= 5,489                                                | F= 4,717                                                                  | F= 3,559         |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                                            |     | p= 0,301                                                                                                                       | p= 0,325                                                                  | <b>p= 0,001</b>                                          | <b>p= 0,004</b>                                         | <b>p= 0,009</b>                                                           | <b>p= 0,029</b>  |
| <b>Fark</b>                                                         |     |                                                                                                                                |                                                                           | <b>1&gt;3</b>                                            | <b>1&gt;3</b>                                           | <b>1&gt;3</b>                                                             | <b>1&gt;3</b>    |
| <b>Sosyal medyada geçirilen zamandan dolayı eşle problem yaşama</b> |     |                                                                                                                                |                                                                           |                                                          |                                                         |                                                                           |                  |
| <b>Evet</b>                                                         | 72  | 17,68 ± 10,07                                                                                                                  | 13,67 ± 8,98                                                              | 11,50 ± 9,50                                             | 3,53 ± 3,74                                             | 10,53 ± 8,22                                                              | 57,90 ± 32,46    |
| <b>Hayır</b>                                                        | 312 | 16,44 ± 8,73                                                                                                                   | 12,38 ± 7,83                                                              | 12,33 ± 8,40                                             | 3,82 ± 4,06                                             | 12,26 ± 7,98                                                              | 57,23 ± 29,70    |
| <b>Test değer</b>                                                   |     | t= 1,053                                                                                                                       | t= 1,226                                                                  | t= -0,740                                                | t= -0,565                                               | t= -0,695                                                                 | t= 0,170         |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                                            |     | p= 0,293                                                                                                                       | p= 0,221                                                                  | p= 0,460                                                 | p= 0,572                                                | p= 0,488                                                                  | p= 0,865         |
| <b>Eşin sosyal medya hesabı olması</b>                              |     |                                                                                                                                |                                                                           |                                                          |                                                         |                                                                           |                  |
| <b>Evet</b>                                                         | 325 | 17,33 ± 8,82                                                                                                                   | 13,13 ± 8,28                                                              | 12,64 ± 8,74                                             | 4,10 ± 4,03                                             | 12,69 ± 7,91                                                              | 59,89 ± 30,50    |
| <b>Hayır</b>                                                        | 59  | 13,07 ± 9,13                                                                                                                   | 9,80 ± 6,12                                                               | 9,63 ± 7,40                                              | 1,95 ± 3,28                                             | 8,97 ± 7,92                                                               | 43,41 ± 24,26    |
| <b>Test değer</b>                                                   |     | t= 3,394                                                                                                                       | t= 2,949                                                                  | t= 2,489                                                 | t= 3,866                                                | t= 3,326                                                                  | t= 3,930         |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>                                            |     | <b>p= 0,001</b>                                                                                                                | <b>p= 0,003</b>                                                           | <b>p= 0,013</b>                                          | <b>p= 0,000</b>                                         | <b>p= 0,001</b>                                                           | <b>p= 0,000</b>  |

**Tablo 15. (Devam) Gebelerin Sosyal Medya Kullanımına Göre Gebelik Stresi Değerlendirme Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

|                                        |     | Gebelik, doğum<br>eylemi süreci ve<br>doğumda, anne ve<br>bebek açısından<br>güvenli süreç<br>arayışından<br>kaynaklanan stres | Bebek bakımı<br>ve değişen aile<br>ilişkilerinden<br>kaynaklanan<br>stres | Annelik rolünün<br>tanımlanmasından<br>kaynaklanan stres | Sosyal<br>destek<br>arayışından<br>kaynaklanan<br>stres | Değişen<br>fiziksel<br>görünüm ve<br>fonksiyondan<br>kaynaklanan<br>stres | Ölçek<br>toplamı |
|----------------------------------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <b>Evde sınırsız internet kullanma</b> |     |                                                                                                                                |                                                                           |                                                          |                                                         |                                                                           |                  |
| <b>Evet</b>                            | 274 | 17,27 ± 8,73                                                                                                                   | 13,48 ± 8,24                                                              | 12,59 ± 8,69                                             | 4,22 ± 4,07                                             | 13,43 ± 7,75                                                              | 60,99 ± 30,29    |
| <b>Hayır</b>                           | 110 | 15,19 ± 9,48                                                                                                                   | 10,46 ± 7,22                                                              | 11,15 ± 8,36                                             | 2,65 ± 3,61                                             | 8,86 ± 7,78                                                               | 48,31 ± 28,17    |
| <b>Test değeri</b>                     |     | t= 2,057                                                                                                                       | t= 3,359                                                                  | t= 1,490                                                 | t= 3,538                                                | t= 5,211                                                                  | t= 3,785         |
| <b>Anlamlılık düzeyi</b>               |     | <b>p= 0,040</b>                                                                                                                | <b>p= 0,001</b>                                                           | p= 0,137                                                 | <b>p= 0,000</b>                                         | <b>p= 0,000</b>                                                           | <b>p= 0,000</b>  |

Tablo 15’te gebelerin sosyal medya kullanımına göre GSDÖ puan ortalamalarının karşılaştırılması bulunmaktadır.

Gebe kadınların Facebook kullanma durumuna göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Diğer gruba göre Facebook kullanmayan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalaması  $17,56 \pm 8,85$ , bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyut puan ortalaması  $13,45 \pm 8,16$ , annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalaması  $13,45 \pm 8,45$ , sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalaması  $4,31 \pm 4,17$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalaması  $13,15 \pm 8,00$ , GSDÖ toplam puan ortalaması  $61,93 \pm 30,17$ , olarak görülmüştür.

Gebe kadınların Instagram kullanma durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve GSDÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Instagram kullanan gebe kadınların bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $12,98 \pm 8,13$ , annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $12,63 \pm 8,68$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $12,56 \pm 8,07$ , GSDÖ toplam puan ortalamasının  $58,99 \pm 30,27$  olduğu tespit edilmiştir.

Gebe kadınların X kullanma durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). X kullanan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $15,32 \pm 7,94$ , annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $14,69 \pm 7,89$ ,

sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $5,03 \pm 4,01$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $15,19 \pm 7,20$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $11,01 \pm 8,02$ , GSDÖ toplam puan ortalamasının  $68,08 \pm 28,08$  olduğu tespit edilmiştir.

Gebe kadınların YouTube kullanma durumuna göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir ( $p<0,05$ ). YouTube kullanan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $18,62 \pm 8,47$ , bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $14,38 \pm 8,68$ , annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $13,61 \pm 8,63$ , sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $4,66 \pm 4,30$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $13,96 \pm 7,85$ , GSDÖ toplam puan ortalamasının  $65,22 \pm 30,32$  olduğu tespit edilmiştir.

Gebe kadınların günlük sosyal medyayı kullanma durumuna göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Günde 4-6 saat sosyal medya kullanan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $19,37 \pm 10,36$ , günde 4-6 saat sosyal medya kullanan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $14,70 \pm 9,26$ , günde 1-3 saat sosyal medya kullanan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $16,67 \pm 8,44$ , günde 1-3 saat sosyal medya kullanan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $4,13 \pm 3,91$ , günde 4-6 saat sosyal medya kullanan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $14,02 \pm 8,28$ , günde 4-6 saat sosyal medya kullanan gebe kadınların GSDÖ toplam puan ortalamasının  $64,74 \pm 34,56$  olduğu belirlenmiştir.

Gebe kadınların gündemi takip etmek amacıyla sosyal medya kullanım durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres ve sosyal destek arayışından kaynaklanan stres arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Sosyal medyayı gündemi takip etmek amacıyla kullanan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $12,60 \pm 8,76$ , sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $3,94 \pm 7,10$  olduğu bulunmuştur.

Gebe kadınların sosyal medyayı paylaşımında bulunmak amacıyla kullanma durumuna göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür ( $p<0,05$ ). Sosyal medyayı paylaşımında bulunmak amacıyla kullanan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $18,86 \pm 8,79$ , bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $14,21 \pm 8,46$ , annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $13,40 \pm 93,10$ , sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $4,52 \pm 4,26$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $14,82 \pm 7,82$ , GSDÖ toplam puan ortalamasının  $65,82 \pm 31,15$  olduğu görülmüştür.

Gebe kadınların sosyal medyayı gebelik ve annelik hakkında bilgi almak amacıyla kullanma durumuna göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Sosyal medyayı gebelik ve annelik hakkında bilgi almak amacıyla kullanan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $19,70 \pm 9,03$ ,

bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $15,63 \pm 8,36$ , annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $15,12 \pm 8,09$ , sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $5,25 \pm 4,27$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan

kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $15,52 \pm 7,35$ , GSDÖ toplam puan ortalamasının  $71,22 \pm 29,81$  olduğu görülmüştür.

Gebe kadınların sosyal medyayı boş zamanını geçirmek amacıyla kullanma durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Sosyal medyayı boş zamanını geçirmek amacıyla kullanan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $13,25 \pm 8,17$ , annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $12,95 \pm 8,76$ , sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $4,11 \pm 4,10$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $10,42 \pm 8,03$ , GSDÖ toplam puan ortalamasının  $60,27 \pm 30,92$  olduğu tespit edilmiştir.

Gebe kadınların yatmadan önce sosyal medya hesabını kontrol etme durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres, bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Yatmadan önce sosyal medya hesabını kontrol eden gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $18,32 \pm 8,86$ , bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $13,88 \pm 8,85$ , sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $4,36 \pm 4,19$ , GSDÖ toplam puan ortalamasının  $62,16 \pm 31,70$  olduğu saptanmıştır.

Gebe kadınların uzun süre sosyal medyadan uzak kalınca sosyal hayatta hissettiklerine göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Sosyal medyadan ayrı kalamayacağını belirten gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve

doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $22,17 \pm 10,10$ , sosyal medyadan ayrı kalamayacağını belirten gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $17,92 \pm 10,60$ , uzun süre sosyal medyadan uzak kalması halinde kendini yalnız hissedeceğini belirten gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $14,38 \pm 8,79$ , uzun süre sosyal medyadan uzak kalması halinde kendini yalnız hissedeceğini belirten gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $4,76 \pm 3,66$ , sosyal medyadan ayrı kalamayacağını belirten gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $15,42 \pm 8,13$ , sosyal medyadan ayrı kalamayacağını belirten gebe kadınların GSDÖ toplam puan ortalamasının  $71,25 \pm 38,72$  olduğu tespit edilmiştir.

Gebe kadınların eşi ile iletişimine göre GSDÖ alt boyutlarından annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Eşi ile iletişimi iyi olan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $12,93 \pm 8,40$ , sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $4,07 \pm 4,11$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $12,68 \pm 7,97$ , GSDÖ toplam puan ortalamasının  $59,22 \pm 29,99$  olduğu tespit edilmiştir.

Gebe kadınların eşinin sosyal medya hesabı olma durumuna göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür ( $p<0,05$ ). Eşinin sosyal medya hesabı olan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının  $17,33 \pm 8,82$ , bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının

13,13  $\pm$  8,28, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının 12,64  $\pm$  8,74, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının 4,10  $\pm$  4,03, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının 12,69  $\pm$  7,91, GSDÖ toplam puan ortalamasının 59,89  $\pm$  30,50 olduğu bulunmuştur.

Gebe kadınların evde sınırsız internet kullanma durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres, bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p < 0,05$ ). Evinde sınırsız internet kullanan gebe kadınların GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının 17,27  $\pm$  8,73, bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının 13,48  $\pm$  8,24, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının 4,22  $\pm$  4,07, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyut puan ortalamasının 13,43  $\pm$  7,75, GSDÖ toplam puan ortalamasının 60,99  $\pm$  30,29 olduğu görülmüştür.

Gebe kadınların sosyal medyaya ulaşma durumu ve sosyal medyada geçirdikleri zamandan dolayı eşi ile problem yaşama durumlarına göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p > 0,05$ ).

**Tablo 16. Sosyal Medya Bağımlılığı, Gebelik Stresi ve Doğum Korkusu Arasındaki İlişkisi**

|     |   | SF1 | SF2    | ST     | DF1   | DF2    | DF3     | DT     | GF1    | GF2     | GF3     | GF4     | GF5     | GT      |
|-----|---|-----|--------|--------|-------|--------|---------|--------|--------|---------|---------|---------|---------|---------|
| SF1 | r | -   | ,776** | ,958** | -,089 | ,160** | ,344**  | ,215** | ,234** | ,332**  | ,281**  | ,205**  | ,325**  | ,352**  |
|     | p |     | ,000   | ,000   | ,082  | ,002   | ,000    | ,000   | ,000   | ,000    | ,000    | ,000    | ,000    | ,000    |
| SF2 | r |     |        | ,924** | -,059 | ,138** | ,284**  | ,188** | ,230** | ,305**  | ,194**  | ,207**  | ,273**  | ,305**  |
|     | p |     |        | ,000   | ,248  | ,007   | ,000    | ,000   | ,000   | ,000    | ,000    | ,000    | ,000    | ,000    |
| ST  | r |     |        |        | -,081 | ,159** | ,337**  | ,216** | ,246** | ,340**  | ,258**  | ,218**  | ,321**  | ,352**  |
|     | p |     |        |        | ,114  | ,002   | ,000    | ,000   | ,000   | ,000    | ,000    | ,000    | ,000    | ,000    |
| DF1 | r |     |        |        |       | ,181** | -,173** | ,547** | ,025   | -,213** | -,326** | -,217** | -,277** | -,245** |
|     | p |     |        |        |       | ,000   | ,001    | ,000   | ,620   | ,000    | ,000    | ,000    | ,000    | ,000    |
| DF2 | r |     |        |        |       |        | ,297**  | ,767** | ,191** | ,119*   | ,109*   | ,113*   | ,115*   | ,165**  |
|     | p |     |        |        |       |        | ,000    | ,000   | ,000   | ,019    | ,033    | ,027    | ,024    | ,001    |
| DF3 | r |     |        |        |       |        |         | ,586** | ,544** | ,512**  | ,494**  | ,376**  | ,519**  | ,628**  |
|     | p |     |        |        |       |        |         | ,000   | ,000   | ,000    | ,000    | ,000    | ,000    | ,000    |
| DT  | r |     |        |        |       |        |         |        | ,399** | ,215**  | ,138**  | ,138**  | ,182**  | ,283**  |
|     | p |     |        |        |       |        |         |        | ,000   | ,000    | ,007    | ,007    | ,000    | ,000    |
| GF1 | r |     |        |        |       |        |         |        |        | ,519**  | ,458**  | ,397**  | ,408**  | ,728**  |
|     | p |     |        |        |       |        |         |        |        | ,000    | ,000    | ,000    | ,000    | ,000    |
| GF2 | r |     |        |        |       |        |         |        |        |         | ,751**  | ,576**  | ,584**  | ,867**  |
|     | p |     |        |        |       |        |         |        |        |         | ,000    | ,000    | ,000    | ,000    |
| GF3 | r |     |        |        |       |        |         |        |        |         |         | ,583**  | ,580**  | ,853**  |
|     | p |     |        |        |       |        |         |        |        |         |         | ,000    | ,000    | ,000    |
| GF4 | r |     |        |        |       |        |         |        |        |         |         |         | ,628**  | ,738**  |
|     | p |     |        |        |       |        |         |        |        |         |         |         | ,000    | ,000    |
| GF5 | r |     |        |        |       |        |         |        |        |         |         |         |         | ,792**  |
|     | p |     |        |        |       |        |         |        |        |         |         |         |         | ,000    |

SF1: Sanal Tolerans, SF2: Sanal İletişim, ST: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçek Toplamı, DF1: Gebelik, Doğum ve Annelik Rolü Korkusu, DF2: Fiziksel ve Sosyal Gereksinimlerin Karşılanamaması Korkusu, DF3: Gebelik ve Doğum Sorunları Korkusu, DT: Doğum Korkusu Ölçek Toplamı, GF1: Gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres, GF2: Bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, GF3: Annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, GF4: Sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, GF5: Değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres, GT: Gebelik Stresini Değerlendirme Ölçek Toplamı

Tablo 16’da araştırmaya kullanılan SMBÖ ile DKÖ ve gebelik stresi değerlendirme ölçeği alt boyutları arasındaki ilişki bulunmaktadır. Bütün alt boyutlar arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlıdır. Sanal tolerans ile sanal iletişim arasında pozitif yönlü ve güçlü ( $r=0,776$ ;  $p<0,000$ ), sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönlü ve güçlü ( $r=0,958$ ;  $p<0,000$ ) bir ilişki saptanmıştır.

Sanal tolerans ile gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu arasında negatif yönlü, zayıf ( $r=0,086$ ;  $p<0,082$ ); fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu arasında pozitif yönlü zayıf ( $r=0,160$ ;  $p<0,002$ ); gebelik ve doğum sorunları korkusu arasında pozitif yönlü orta ( $r=0,344$ ;  $p<0,000$ ) ve doğum korkusu ölçek toplamı arasında pozitif yönlü zayıf ( $r=0,215$ ;  $p<0,000$ ) bir ilişki bulunmaktadır.

Sanal tolerans ile gebelik stresi değerlendirme ölçeği alt boyutları ve ölçek toplamı arasında pozitif yönlü bir ilişki saptanmıştır. Sanal tolerans ile gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres arasında zayıf ( $r=0,234$ ;  $p<0,000$ ), bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres arasında orta ( $r=0,332$ ;  $p<0,000$ ), annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres ( $r=0,281$ ;  $p<0,000$ ) ve sosyal destek arayışından kaynaklanan stres arasında zayıf ( $r=0,205$ ;  $p<0,000$ ), değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ( $r=0,325$ ;  $p<0,000$ ) ve gebelik stresini değerlendirme ölçek toplamı ( $r=0,352$ ;  $p<0,000$ ) arasında orta düzeyde bir ilişki görülmüştür.

Sanal iletişim ile sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönlü ve güçlü bir ilişki bulunmaktadır ( $r=0,924$ ;  $p<0,000$ ).

Sanal iletişim ile gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu arasında negatif yönlü, zayıf ( $r=-0,059$ ;  $p<0,248$ ); fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu arasında pozitif yönlü zayıf ( $r=0,138$ ;  $p<0,007$ ); gebelik ve doğum sorunları korkusu arasında pozitif yönlü zayıf ( $r=0,284$ ;  $p<0,000$ ) ve doğum korkusu ölçek toplamı arasında pozitif yönlü zayıf ( $r=0,188$ ;  $p<0,000$ ) bir ilişki belirlenmiştir.

Sanal iletişim ile gebelik stresi değerlendirme ölçeği alt boyutları ve ölçek toplamı arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Sanal iletişim ile gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres arasında zayıf ( $r=0,230$ ;  $p<0,000$ ), bebek bakımı ve değişen aile

ilişkilerinden kaynaklanan stres arasında orta ( $r=0,305$ ;  $p<0,000$ ), annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres ( $r=0,194$ ;  $p<0,000$ ); sosyal destek arayışından kaynaklanan stres ( $r=0,207$ ;  $p<0,000$ ) ve değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ( $r=0,273$ ;  $p<0,000$ ) arasında zayıf; gebelik stresini değerlendirme ölçek toplamı ( $r=0,305$ ;  $p<0,000$ ) arasında orta düzeyde bir ilişki saptanmıştır.

Sosyal medya bağımlılığı ile gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu arasında negatif yönde, zayıf ( $r=-0,081$ ;  $p<0,114$ ); fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu arasında pozitif yönlü zayıf ( $r=0,159$ ;  $p<0,002$ ); gebelik ve doğum sorunları korkusu arasında pozitif yönlü, orta ( $r=0,337$ ;  $p<0,000$ ); doğum korkusu ölçek toplamı arasında pozitif yönlü zayıf ( $r=0,216$ ;  $p<0,000$ ) bir ilişki görülmektedir.

Sosyal medya bağımlılığı ile gebelik stresi değerlendirme ölçeği alt boyutları ve ölçek toplamı arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Sosyal medya bağımlılığı ile gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres arasında zayıf ( $r=0,246$ ;  $p<0,000$ ), bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres arasında orta ( $r=0,340$ ;  $p<0,000$ ), annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres ( $r=0,258$ ;  $p<0,000$ ) ve sosyal destek arayışından kaynaklanan stres arasında zayıf ( $r=0,218$ ;  $p<0,000$ ), değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ( $r=0,321$ ;  $p<0,000$ ) ve gebelik stresini değerlendirme ölçek toplamı ( $r=0,352$ ;  $p<0,000$ ) arasında orta düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir.

Gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ile DKÖ alt boyutlarından fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu arasında pozitif yönlü zayıf ( $r=0,181$ ;  $p<0,000$ ), gebelik ve doğum sorunları korkusu arasında negatif yönlü zayıf ( $r=-0,173$ ;  $p<0,001$ ), doğum korkusu ölçek toplamı arasında pozitif yönlü orta ( $r=0,547$ ;  $p<0,000$ ) bir ilişki belirlenmiştir.

Gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ile GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres arasında pozitif yönlü zayıf ( $r=0,025$ ;  $p<0,620$ ); bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres arasında negatif yönlü zayıf ( $r=-0,213$ ;  $p<0,000$ ); annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres arasında negatif

yönlü orta ( $r=-0,326$ ;  $p<0,000$ ), sosyal destek arayışından kaynaklanan stres arasında negatif yönlü zayıf ( $r=-0,217$ ;  $p<0,000$ ), değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres arasında negatif yönlü zayıf ( $r=-0,277$ ;  $p<0,000$ ) ve GSDÖ toplamı arasında negatif yönlü zayıf ( $r=-0,245$ ;  $p<0,000$ ) bir ilişki saptanmıştır.

Fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu ile DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu arasında pozitif yönlü zayıf ( $r=0,297$ ;  $p<0,000$ ); doğum korkusu ölçek toplamı arasında pozitif yönlü yüksek ( $r=0,767$ ;  $p<0,000$ ) düzeyde bir ilişki belirlenmiştir.

Fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu ile GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres pozitif yönlü zayıf ( $r=0,191$ ;  $p<0,000$ ); bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres arasında pozitif yönlü zayıf ( $r=0,119$ ;  $p<0,019$ ); annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres arasında pozitif yönlü zayıf ( $r=0,109$ ;  $p<0,033$ ), sosyal destek arayışından kaynaklanan stres arasında pozitif yönlü zayıf ( $r=0,133$ ;  $p<0,027$ ), değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres arasında pozitif yönlü zayıf ( $r=0,115$ ;  $p<0,024$ ) ve GSDÖ toplamı arasında pozitif yönlü zayıf ( $r=0,165$ ;  $p<0,001$ ) düzeyde bir ilişki görülmüştür.

Gebelik ve doğum sorunları korkusu ile doğum korkusu ölçek toplamı arasında pozitif yönlü orta ( $r=0,586$ ;  $p<0,000$ ) düzeyde bir ilişki bulunmaktadır.

Gebelik ve doğum sorunları korkusu ile GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres ( $r=0,544$ ;  $p<0,000$ ); bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres ( $r=0,512$ ;  $p<0,000$ ), annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres ( $r=0,494$ ;  $p<0,000$ ), sosyal destek arayışından kaynaklanan stres ( $r=0,376$ ;  $p<0,000$ ), değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ( $r=0,519$ ;  $p<0,000$ ) ve GSDÖ toplamı ( $r=0,628$ ;  $p<0,000$ ) arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir.

Doğum korkusu ölçek toplamı ile GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres arasında pozitif yönlü orta ( $r=0,399$ ;  $p<0,000$ ); bebek bakımı ve

değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres ( $r=0,215$ ;  $p<0,000$ ); annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres ( $r=0,138$ ;  $p<0,007$ ), sosyal destek arayışından kaynaklanan stres ( $r=0,138$ ;  $p<0,007$ ), değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ( $r=0,182$ ;  $p<0,000$ ) ve GSDÖ toplamı ( $r=0,283$ ;  $p<0,000$ ) arasında pozitif yönlü zayıf düzeyde bir ilişki belirlenmiştir.

Gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres ile bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres ( $r=0,519$ ;  $p<0,000$ ); annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres ( $r=0,458$ ;  $p<0,000$ ), sosyal destek arayışından kaynaklanan stres ( $r=0,397$ ;  $p<0,000$ ), değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ( $r=-0,408$ ;  $p<0,000$ ) arasında pozitif yönlü orta; gebelik stresini değerlendirme ölçek toplamı ( $r=0,728$ ;  $p<0,000$ ) arasında pozitif yönlü güçlü düzeyde bir ilişki görülmüştür.

Bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres ile annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres ( $r=0,751$ ;  $p<0,000$ ) arasında pozitif yönlü yüksek; sosyal destek arayışından kaynaklanan stres ( $r=0,576$ ;  $p<0,000$ ), değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ( $r=-0,584$ ;  $p<0,000$ ) arasında pozitif yönlü orta; gebelik stresini değerlendirme ölçek toplamı ( $r=0,867$ ;  $p<0,000$ ) arasında pozitif yönlü güçlü düzeyde bir ilişki bulunmaktadır.

Annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres ile sosyal destek arayışından kaynaklanan stres ( $r=0,583$ ;  $p<0,000$ ), değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ( $r=0,580$ ;  $p<0,000$ ) arasında pozitif yönlü orta; gebelik stresini değerlendirme ölçek toplamı ( $r=0,853$ ;  $p<0,000$ ) arasında pozitif yönlü güçlü düzeyde bir ilişki saptanmıştır.

Sosyal destek arayışından kaynaklanan stres ile değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ( $r=0,628$ ;  $p<0,000$ ) arasında pozitif yönlü orta; gebelik stresini değerlendirme ölçek toplamı ( $r=0,738$ ;  $p<0,000$ ) arasında pozitif yönlü güçlü düzeyde bir ilişki belirlenmiştir.

Değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ile gebelik stresini değerlendirme ölçek toplamı ( $r=0,792$   $p<0,000$ ) arasında pozitif yönlü güçlü düzeyde bir ilişki bulunmaktadır.

## 5. TARTIŞMA

Gebeler, normal yaşam seyrinin yanında gebelik ve doğum süreci, annelik, bebek bakımı gibi sebeplerle sosyal medyada daha fazla süre bulunabilmektedirler (Bağrııcı-Bozan ve Cangöl, 2023; Muskens vd., 2024). Araştırmada gebelerin sosyal medya bağımlılığı ölçeği alt boyutlarından sanal tolerans alt boyutu ortalaması  $30,30 \pm 11,95$ , sanal iletişim alt boyutunun  $18,58 \pm 8,93$ , ölçek toplamının  $48,88 \pm 19,71$  olduğu belirlenmiştir. Yapılan çalışmalarda Bağrııcı-Bozan ve Cangöl (2023) gebelerin %71,6'sının sosyal medya bağımlılık puanının yüksek, Muskens vd. (2024) gebelerin sosyal medya bağımlılık düzeyinin ortalamasının üzerinde olduğunu tespit etmişlerdir. Çalışma sonucumuz gebelerin sosyal medya bağımlılık düzeyinin ortalamasının altında olduğunu göstermekte olup literatüre göre daha düşük düzeydedir.

Gebeler, sosyal ve fiziksel gereksinimlerinin karşılanamaması, gebelikte ve doğumda bilinmemelik ve bir sorun yaşama endişesi ile korku yaşayabilmektedirler (Bülbül vd., 2016; Gelaw vd., 2020). Çalışmada kullanılan doğum korkusu ölçeğinden alınan ortalama puanların yüksek olması daha az, düşük olması daha yüksek doğum korkusu yaşandığını göstermektedir. Çalışmada doğum korkusu ölçeği alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu alt boyutu ortalaması  $15,25 \pm 6,23$  olurken, fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusunun  $12,25 \pm 5,83$ , gebelik ve doğum sorunları korkusunun  $15,84 \pm 6,03$ , ölçek toplamı  $43,33 \pm 11,41$  olarak belirlenmiştir. Bülbül vd. (2016) yaptıkları araştırmada gebelerin yaşadığı doğum korkusu düzeyinin  $48.7 \pm 19.3$  olduğunu saptamışlardır. Gelaw vd. (2020) yaptıkları çalışmada Etiyopya'da yaşayan kadınların %10,3'ünün düşük, %25,3'ünün yüksek, %39,8'inin ise orta derecede doğum korkusu yaşadıklarını bildirmişlerdir. Kanbur ve Koç (2023) araştırmaya katılan gebelerden %2,6'sının düşük, %26,5'inin ağır, %43,7'sinin ise orta düzeyde doğum korkusu yaşadıklarını saptamışlardır. Literatüre benzer olarak çalışmamızda gebeleri yüksek düzeyde doğum korkusu yaşadıkları tespit edilmiştir.

Gebeler gebelik sürecine, doğum ve doğum sonrasındaki sürece kendilerini hazırladıklarından dolayı gebelik stresini düşük düzeyde yaşayabilmektedirler. Gezer-Tekdal (2022) yaptıkları araştırmada gebelerin gebelik stresi düzeyinin

50.49±28.09 ile orta olduğunu belirlemişlerdir. Solmaz'da (2021a) benzer şekilde gebelerin 73.20±20.52 ile orta düzeyde gebelik stresi yaşadıklarını saptamıştır. Mahaffey vd. (2022) Amerika Birleşik Devletlerinde yaptıkları araştırmada gebelerin yaşadığı gebelik stresinin yüksek düzeyde olduğunu belirlemişlerdir. Çalışmamızda daha önce yapılmış olan araştırmalardan düşük düzeyde gebelerin doğum korkusu yaşadıkları tespit edilmiştir.

Gebelerin yaşına göre sosyal medya bağımlılığı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Solmaz (2021b) ve Erkan (2022) gebelerin yaşı ile sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık olmadığını, Güneş-Öztürk vd. (2020) ise gebelerin yaşıyla sosyal medya bağımlılığı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu bildirmişlerdir. Araştırmada incelenen yaş grupları arasında da 25 ve altı yaş grubundaki gebelerin diğer yaş gruplarına göre daha fazla sosyal medya bağımlılığı olduğu söylenebilir. Bu da bu yaş grubunun Z kuşağı olarak adlandırılan yeni nesil gençlerin sosyal medyaya düşkünlüğünden kaynaklanabilmektedir.

Gebelerin eğitim durumuna göre SMBÖ alt boyutlarından sanal iletişim arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir. Kandemir (2022) ve Solmaz (2021b) gebelerin eğitim düzeyi ile sosyal medya bağımlılık düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını belirlerken, Erkan (2022), Bağrırcı Bozan ve Cangöl (2023) yaptıkları araştırmada gebelerin eğitim durumu ile sosyal medya bağımlılık düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu, saptamıştır. Araştırmada üniversite mezunu olan gebelerin sanal iletişim puanının ortaokul mezunu olan gebelere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu sonuca göre araştırmamıza katılan eğitim düzeyi üniversite olan gebelerin bilgiye ulaşmak için araştırma isteğiyle daha çok sosyal platformları tercih ettikleri söylenebilir.

Gebe kadınların çalışma durumuna göre SMBÖ alt boyutlarından sanal iletişim ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır. Kandemir (2022) araştırmasında gebelerin çalışma durumu ile sanal iletişim arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu belirlerken, Solmaz (2021b), Erkan (2022) gebelerin çalışma durumu ile sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Araştırmada

alışan gebelerin sanal iletişim ve sosyal medya bağımlılık ölçek toplam puanının çalışmayan gebelere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. alışan gebelerin sosyal medya bağımlılığının daha yüksek çıkması; çalışma ortamında sosyal medya araçlarına erişimlerinin kolay olması, iş dünyalarında sosyal medyayla olan ilişkileri ya da sosyal medyaya ihtiyaç duymalarından kaynaklanabilmektedir.

Gebe kadınların yaşadığı yere göre SMBÖ alt boyutlarından sanal iletişim arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Kandemir (2022) Erkan (2022) yaptıkları araştırmalarda gebelerin yaşadığı yer ile sosyal medya bağımlılık düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını tespit etmişlerdir. Araştırmada ilde yaşayan gebelerin ile ve köyde yaşayan gebelere göre sanal iletişim puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Günümüzde internet hizmetinin ülkenin her bölgesine erişiminin olması ve her bireyin iletişim araçlarına kolay bir şekilde sahip olması durumundan yaşanılan yerin sosyal medya kullanımı ve bağımlılığı üzerinde bir etkisi olmadığı şeklinde yorumlanabilir. Ancak ilde yaşayan gebelerin ile ve köyde yaşayan gebelere göre sanal iletişim bağımlılığının yüksek olmasının sebebi aile bireylerinden ya da sevdiklerinden uzak olmaları ve ya çalışma hayatlarının yoğunluğundan kaynaklanıyor olabilmektedir.

Gebelerin toplam gebelik sayısına göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır. Solmaz (2021b) ve Erkan (2022) gebelik sayısı ile sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını, Bağrı Bozan ve Cangl (2023) kadınların gebelik sayısı ile sosyal medya bağımlılık düzeyi arasındaki istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu bildirmişlerdir. Araştırmada gebelik sayısı bir olanların sosyal medya bağımlılık puanlarının gebelik sayısı fazla olanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Daha önce gebelik yaşamış olan kadınların bu gebeliklerinden olan çocuklarının sayısının artması kadınların yaşam koşullarının yoğunlaşmasına sebep olurken, sosyal medya kullanımına ayırdıkları zamanın azalmasından dolayı daha düşük düzeyde sosyal medya kullanımı görülebilir.

Gebelerin toplam doğum sayısına göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır. Solmaz (2021b) araştırmasında benzer şekilde gebelik sayısı ile sanal tolerans, Bağrı Bozan ve

Cangöl (2023) ise gebelik sayısına göre internet bağımlılığı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu saptamışlardır. Araştırmada daha önce doğum yapmamış olan kadınların doğum sayısı fazla olan kadınlara göre sosyal medya bağımlılık puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Doğum yapmamış olan kadınlar çocuk veya çocuklarının olmamasından dolayı bulunduğu zamana bağlı olarak sosyal medyada daha fazla zaman geçirerek sosyal medyaya olan bağımlılığı daha yüksek olabilmektedir.

Gebelerin doğum korkusu yaşama durumuna göre SMBÖ alt boyutlarından sanal tolerans ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır. Doğum korkusu yaşayan kadınların sosyal medya bağımlılık puanı doğum korkusu yaşamayanlara göre daha yüksektir. Araştırmamıza katılan gebelerin sosyal medya üzerinden yaptıkları araştırmalar sonucunda başka gebelerin yaşadığı kötü doğum tecrübelerine ve doğum videolarına erişimlerinin kolaylığı sonucunda doğum korkularının arttığı söylenebilir.

Gebelerin Facebook kullanma durumuna göre sosyal medya bağımlılığı ölçeği alt boyutları ve ölçek toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı, Instagram, X ve YouTube kullanmalarına göre sosyal medya bağımlılığı ölçeği alt boyutları ve ölçek toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Kandemir (2022) araştırmasında gebelerin Facebook, Instagram ve YouTube kullanmaları ile sosyal medya bağımlılık düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını, Bağrıacı Bozan ve Cangöl (2023) ve Erkan (2022) gebelerin sosyal paylaşım sitelerini kullanma durumu ile sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu saptamışlardır. Araştırmada sosyal medya platformlarını kullanan gebelerin sosyal medya bağımlılık puanlarının kullanmayanlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yalnızca facebook kullanımı ile sosyal medya bağımlılığı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Günümüzde facebook kullanım oranı düşmektedir. Yeni nesil gençlerin artık facebook uygulamasını tercih etmedikleri söylenebilir. Araştırmaya katılan gebelerin yaş ortalamasının 29,08 olması bu sonucu desteklemektedir. İnstagram uygulamasının Facebook uygulamasına göre daha popüler ve daha kullanışlı olması, insanların doğum tecrübelerini fotoğraf ve ya video olarak yüklemeleri ve bunlara

erişimin kolay olması Instagram kullanımı ile sosyal medya bağımlılığı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olmasına sebep olabilmektedir. Instagram uygulamasındakine benzer şekilde X ve Youtube uygulamalarının da popüler ve erişiminin kolay olmasından dolayı araştırmamıza katılan gebelerin diğer gebelerin gebelik tecrübelerine ve gebelikle ve ya doğumla ilgili bilgi içeren videolara istedikleri zaman ulaşabilmelerinden dolayı bu uygulamalara bağımlılıklarının istatistiksel olarak anlamlı çıkması normal karşılanabilir.

Gebe kadınların sosyal medyayı günlük kullanma süresine göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir. Kandemir (2022) araştırmasında gebelerin sosyal medyada geçirdikleri süreye göre sosyal medya bağımlılık düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını, Erkan (2022) ise gebelerin sosyal paylaşım sitelerini kullanma sıklığı ile sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu tespit etmişlerdir. Araştırmada günlük olarak 7 saat ve üzeri bir zaman sosyal medya kullanan gebelerin sosyal medya bağımlılık puanı 3 saate kadar sosyal medya kullanan gebelere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Araştırmaya katılan gebelerin bilgiye ulaşma ve araştırma isteği, sürekli olarak sosyal medya üzerinden gebelik ve doğumla ilgili bilgi alışverişi için sosyal medyayı tercih etmeleri bu sonucu doğurmuş olabilir.

Gebelerin paylaşımında bulunmak, gebelik ve annelik hakkında bilgi almak ve boş zamanlarını geçirmek amacıyla sosyal medya kullanımına göre sosyal medya bağımlılığı ölçeği alt boyutları ve ölçek toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunurken, gündemi takip etme amacıyla sosyal medya kullanımı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Kandemir (2022) araştırmasında gebelerin boş zamanlarını geçirme ve gebelik hakkında bilgi alma ile sosyal medya bağımlılığı, gündemi takip etme ile sanal iletişim, boş zamanlarını geçirmeme ile sanal tolerans ve sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşmıştır. Erkan (2022), gebelerin sosyal paylaşım sitelerini kullanma amacı ile sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını, Bağrııcı Bozan ve Cangöl (2023) gebelerin sosyal medya kullanım amacına göre sosyal medya bağımlılık düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu tespit etmişlerdir. Araştırmada farklı amaçlarla sosyal

medyayı kullanan gebelerin kullanmayanlara kıyasla sosyal medya bağımlılık puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmaya katılan gebelerin büyük bir çoğunluğu gündemi takip etme isteği sebebiyle sosyal medyada zamanını geçirdiği için asıl olan dışarıya yani kendinden başka insanlara ya da olaylara merak içinde olduklarından ve gündemden haberdar olma isteğinden dolayı paylaşımda bulunma istekleri ve kaygıları olmadığı şeklinde yorumlanabilir. Gebelerin çoğunluğu gebelik ve annelik hakkında bilgi almak amacıyla sosyal medyayı kullanmadıklarını belirtmiş bu da sosyal medyadan alacakları bilginin doğruluğuna güvenmediklerinden dolayı olarak düşünülebilir. Araştırmamıza katılan gebelerin büyük bir kısmı çalışmayan bireyler olmalarından kaynaklı boş zamanlarını sosyal medyada geçirme istekleri doğal karşılanabilir.

Gebe kadınların sosyal medyadan uzak kaldıklarında hissettiklerine göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Kandemir (2022) yaptığı araştırmada gebelerin sosyal medyadan uzak kalınca sosyal hayatta hissettiklerine göre sosyal medya bağımlılık düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu saptamıştır. Araştırmada uzun süre sosyal medyadan uzak kaldığında yalnız hisseden gebelerin sosyal medya bağımlılığı puanları diğer gebelere göre daha yüksek olarak bulunmuştur. Uzun süre sosyal medyada uzak kalması sebebiyle yalnızlık hisseden gebelerin sosyal medya platformları ile sosyalleşme imkanı bulmalarından dolayı sosyal medyaya olan bağımlılık düzeyleri yükselebilmektedir.

Gebe kadınların yaşına göre DKÖ alt boyutlarından fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır. Gürsoy (2023), Kaymaz (2023), Kavsa (2023) yaptıkları araştırmalarda kadınların yaşı ile doğum korkusu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını, Arslan (2023) yaş ile doğum korkusu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu saptamıştır. Araştırmada 31-35 yaş arası gebelerin doğum korkusu düzeyinin diğer yaş grubundaki gebelere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu yaş grubundaki gebelerin doğum korkusu düzeyi, daha önce yaşadıkları gebelik öyküleri, doğum tecrübeleri, sahip oldukları çocuk sayısı ya da ilk gebelikleri olması, sosyal çevreden

bekledikleri destek ihtiyaçları gibi değişkenlerin etkisi ile diğer yaş gruplarına göre yüksek olabilmektedir.

Gebe kadınların eğitim durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir. Erkaya vd. (2017), Birge (2023), Gürsoy (2023), Kaya (2023), Çubukçu (2024) yaptıkları araştırmalarda gebelerin eğitim durumuna göre doğum korkusu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunduğu, Arslan (2023), Başgöl ve Elmas (2023), Kavsa (2023) ise gebelerin eğitim durumuna göre doğum korkusu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Araştırmada lise mezunu gebelerin doğum korkusu düzeyinin diğer eğitim kademelerinden mezun olan gebelere göre daha yüksek düzeyde doğum korkusu yaşadıkları bulunmuştur. Lise mezunu gebelerin aldıkları lise eğitimi kapsamında doğum korkusu ile ilgili bir eğitim almamış olmaları, gebelik ve doğum konusunda bilgileri sosyal çevreden, halk arasında veya sosyal medyada yer alan eksik ve yanlış bilgilerden edinmeleri, gebelik sürecinde bu tür bilgileri nasıl değerlendireceklerini tam olarak bilememelerinden dolayı doğum korkusu düzeyleri yüksek olabilmektedir.

Gebe kadınların çalışma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Gürsoy (2023) gebelerin çalışma durumuna göre doğum korkusu düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bulunduğunu, Başgöl ve Elmas (2023), Kavsa (2023), Arslan (2023), Çubukçu (2024) ise yaptıkları araştırmalarda gebelerin çalışma durumu ile gebelik korkusu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadığını tespit etmişlerdir. Araştırmada çalışmayan gebelerin doğum korkusu düzeyinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sosyal çevrenin iş sahibi olmayan ev hanımı kadınların özellikle maddi desteğe ihtiyacı olmadığı ve eşine bağımlı olduğu şeklindeki algısı yaygındır. Çalışmayan kadınların aile gelirine katkı sağlayamaması ve eşinin gelirine bağlı olması gebelik ve doğum sürecinde maddi zorluklar yaşayabileceği düşüncesi gebelerin doğum korkusu düzeyinin daha yüksek olmasına sebep olabilmektedir.

Gebe kadınların ekonomik durumunu değerlendirme durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır. Çelik (2023), Arslan (2023) ve Gürsoy'un (2023) belirttiğine göre gebelerin gelir durumuna göre doğum korkusu düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamakta, Durdun (2019), Kavsa (2023) ve Kaya'ya (2023) göre gebelerin gelir durumuna göre doğum korkusu düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır. Araştırmada ekonomik durumu iyi ve orta olan gebelerin doğum korkusunun ekonomik durumu kötü olanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Gebelerin ekonomik durumun iyi olması, devlet ve ya özel hastanelerinde erişebilecekleri imkânların fazla olması ve tercih edebilecekleri seçeneklerinin fazla olmasına bağlı olarak gebelerin doğacak bebekleri için en iyisine ulaşma çabası gebelik, doğum ve annelik rolü kapsamında korkuyu arttıracakı düşünülebilir.

Gebe kadınların yaşadığı yere göre DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Çelik (2023), Kaya (2023), Başgöl ve Elmas (2023) gebelerin yaşadığı yere göre doğum korkusu düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmakta, Gürsoy'a (2023) göre ise gebelerin yaşadığı yere göre doğum korkusu düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Araştırmada köyde yaşayan kadınların gebelik ve doğum ile ilgili korku düzeyinin ilde yaşayanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Köyde yaşayan gebelerin ilde yaşayan gebelere göre daha fazla doğum korkusu yaşaması, gebelik süreçlerinde oluşabilecek sorunlarda ya da doğum başladığı anda hastaneye veya herhangi bir sağlık kuruluşuna zamanında ulaşamayacağı korkusunu doğuruyor olabilmektedir.

Gebe kadınların gebeliğin planlı olması durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır. Gelaw vd. (2020), Birge (2023) gebeliğin planlı olmasına göre doğum korkusu düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunduğunu, Soyhan (2022), Kavsa (2023), Gürsoy (2023), Çubukçu (2024) gebeliğin planlı olmasına göre doğum korkusu düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadığını tespit etmişlerdir. Araştırmada şu anki gebeliği planlı olanların annelik rolü, planlı olmayanların gebelik ve doğumda

sorun yaşama korkusu daha yüksektir. Gebeliği planlamış olan kadınlar yaşayacakları annelik rolünün kendilerine vereceği sorumluk duygusu ile birlikte doğum korkusu yaşarken, gebeliği planlı olmayan kadınlar doğumda yaşayabilecekleri fiziksel ve sosyal gereksinimlerinden kaynaklı sorunlar konusundaki kaygılarından dolayı doğum korkusu yaşayabilmektedirler.

Gebe kadınların bu gebeliği isteme durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir. Kaya (2023), Başgöl ve Elmas (2023) gebeliği isteme durumuna göre doğum korkusu düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunduğunu, Gürsoy (2023), Arslan (2023) gebeliği isteme durumuna göre doğum korkusu düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadığını saptamışlardır. Araştırmada bebeği isteyenlerin doğum korkusu düzeyinin istemeyenlere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Gebelerin gebeliklerinin planlı olmasıyla ve gebeliği istiyor olmaları sahip olacakları bebeğe iyi bir anne olabilecek miyim düşüncesi annelik rolü korkusunu arttırabilmektedir. Ayrıca planlanan gebeliklerde gebelik ve doğum konusunun çok fazla araştırmaları ve fazla bilgiye ulaşıyor olmaları doğum korkusunu arttırabilmektedir.

Gebe kadınların toplam gebelik sayısına göre DKÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Demir (2020), Kavsa (2023), Çubukçu (2024) yaptıkları araştırmalarda gebelerin gebelik sayısına göre gebelik korkusu düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını tespit edilmiştir. Araştırmada gebelik, doğum ve annelik rolü dışında gebelik sayısının artması ile birlikte gebelik korkusunun da çoğunlukla artmakta olduğu görülmüştür. Gebelerin üç ve daha fazla gebelik geçirmiş olmaları doğum korkusunu arttırmış, gebeliği sağlıklı şekilde sonuçlandırabilecek olup olmamak bu korkuyu doğurmuş olabilmektedir.

Gebe kadınların toplam doğum sayısına göre DKÖ alt boyutlarından fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır. Erkaya vd. (2017), Birge (2023) doğum sayısına göre doğum korkusu düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu, Kavsa (2023) doğum sayısına

göre doğum korkusu düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını tespit etmişlerdir. Araştırmada gebelik, doğum ve annelik rolü dışında doğum sayısı yüksek olan gebelerin doğum korkusunu daha yoğun yaşadıkları saptanmıştır. Üç doğum geçiren gebelerin iki ya da daha az doğum sayısı olan gebelere göre daha fazla korkuya sahip olmaları geçirdikleri doğumlarda yaşadıkları kötü tecrübelerden kaynaklanıyor olabilmektedir.

Gebe kadınların şu anki gebelik haftasına göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir. Başgöl ve Elmas (2023) gebelik haftasına göre gebelik korkusu düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını, Gürsoy (2023), Kaya (2023), Demir (2023) gebelik haftasına göre gebelik korkusu düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu belirtmişlerdir. Araştırmada gebeliği 13-27. haftada olan gebelerin gebelik, doğum ve annelik rolü korkusunun daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Araştırmadaki ikinci trimester da olan gebeler doğum zamanı yaklaştığı için doğum korkuları arttığı ya da zaman daraldığı için annelik ve doğum konusunda sahip oldukları bilginin yeterliliğinden emin olamayıp anksiyetelerinin artmasından dolayı korkularının arttığı düşünülebilir.

Gebe kadınların doğum şekli tercihinin göre DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Çubukçu (2024) gebelerin doğum şekli tercihinin göre gebelik korkusu düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu, Çelik (2020), Solhan (2022), Gürsoy (2023) doğum şekli tercihinin göre doğum korkusu düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını sonucuna ulaşmışlardır. Araştırmada doğum şekli tercihi sezaryen olan kadınların gebelik ve doğum sorunları korku düzeyinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Doğum şekli tercihi sezaryen olan gebelerin doğum korkusunun daha fazla olmasının sebebi, alacakları narkotik ilaçların yan etkisi, cerrahi operasyon olması, ameliyathanenin ortamı, bebek doğar doğmaz normal doğumdaki gibi hemen bebeğe ulaşamamak ve sezaryen sonrası uyanmada gecikip bebeği emzirememekten korkmak, sezaryenden sonra anne sütünün gecikmesinden korkmak gibi değişkenlerden dolayı olabilir.

Gebe kadınların doğum korkusu yaşama durumuna göre DKÖ alt boyutlarından fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır. Birge (2023) doğum korkusu yaşamaya göre doğum korkusu düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu, Boylu (2021), Gürsoy (2023), Kavsa (2023) doğum korkusu yaşamaya göre doğum korkusu düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını tespit etmişlerdir. Araştırmada doğum korkusu yaşamadığını belirten gebelerin doğum korkusu düzeyinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Araştırmamıza katılan gebelerin doğum korkusu yaşamaları, sosyal çevreden görecekları destekten emin olamamaları ve nasıl bir anne olacağına dair düşüncelere sahip olmaları ve başarılı bir doğum gerçekleştirebilme düşünceleri doğrudan bağlantılı olduğu düşünülebilir.

Gebelerin Facebook, Instagram, X ve YouTube kullanımı ile DKÖ alt boyutlarından bazıları arasında anlamlı farklılık bulunduğu belirlenmiştir. Sosyal medya uygulamalarını kullanan gebelerin gebelik ve doğum sorunları korkusu yüksek olması, sosyal medya platformlarını kullanırken bu konuda daha fazla bilgiye ulaşmalarından kaynaklanabilmektedir. Sosyal medya platformlarını kullanan gebeler uygulama üzerinden diğer gebelerin ve annelerin yaşantılarına açık erişim kolay bir şekilde ulaşabildikleri için onlarla kendilerini kıyaslama düşüncesinden ötürü annelik rolü ve doğum korkusunu daha fazla yaşadıkları söylenebilir.

Gebe kadınların günlük olarak sosyal medyayı kullanma süresine göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ve gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Sosyal medyada geçirilen sürede gebelerin doğum korkusu ile ilgili düşüncelerinden uzaklaşmalarına bağlı olarak doğum korkusu düzeyleri düşebilmektedir.

Gebelerden sosyal medyayı gündemi takip etmek, paylaşımda bulunmak gebelik ve annelik hakkında bilgi almak, boş zamanını geçirmek gibi nedenlerle kullanma ile DKÖ alt boyutlarından bazıları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Kavsa (2023), Arslan (2023) yaptıkları araştırmalarda gebelik ile ilgili bilgileri sosyal medyadan araştırmalarına göre doğum korkusu düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadığını bulmuşlardır.

Sosyal medyada paylaşımda bulunmak, gündemi takip etmek, boş zamanını geçirmek gibi nedenler gebelerin doğum korkusu düşüncesinden uzaklaşmasını sağlayabilirken, gebelik ve annelik ile ilgili bilgi almak amacıyla sosyal medya kullananlar buralardan elde edecekleri yanlış bilgiler sebebiyle doğum süreci ile ilgili bilinçlenemeyerek doğum korkusu artabilmektedirler.

Gebe kadınların uzun süre sosyal medyadan uzak kaldıklarında sosyal hayatta hissettiklerine göre DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Uzun süre sosyal medyadan uzak kalmanın kendisi için bir sorun olmayacağını belirten gebelerin doğum korkusu, sosyal medyadan uzak kalınca kötü hisseden ve sosyal medyadan uzak kalamayacağını belirtenlere göre daha yüksek olması gebelerin sosyal medya bağımlılığının düşük olduğu ve sosyal medyaya aşırı bir şekilde değer vermedikleri şeklinde yorumlanabilir.

Gebe kadınların yaşına göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır. Solmaz (2021a), Keramat vd. (2021) yaptıkları araştırmalarda gebelerin yaşına göre gebelik stresi alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu, Demir (2023) gebelerin yaşına göre gebelik stresi alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını bulmuşlardır. Araştırmada 25 ve altı yaşlarda olan gebelerin gebelik stresinin daha yüksek olduğu, yaşın ilerlemesi ile birlikte gebelik stres düzeyinin düştüğü görülmüştür. Yaşı küçük olan gebeler yaşı gereği yaşam tecrübesinden yoksun olmalarından dolayı gebelik stresini daha yoğun bir şekilde yaşayabilmektedirler.

Gebe kadınların eğitim düzeyine göre GSDÖ alt boyutlarından bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve GSDÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Kandemir (2022) gebelerin eğitim düzeyine göre sosyal destek arayışından kaynaklanan stres düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu, Salbacak (2021) gebelerin eğitim durumuna göre gebelik stresi düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu, Özbek (2021),

Tekdal (2022), Koca-Kandemir (2024) gebelerin eğitim durumu ile gebelik stresi düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını belirlemişlerdir. Araştırmada eğitim düzeyi yüksek gebelerin gebelik stresini daha yoğun yaşadıkları belirlenmiştir. Gebe kadınlar aldıkları eğitimin de katkısı ile gebelik, doğum ve sonrasındaki risk ve sorumluluklar konusunda daha bilinçli olabilirken buna bağlı olarak da gebelik stres düzeyleri yükselebilmektedir.

Gebe kadınların çalışma durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres, bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Kandemir (2022) gebelerin çalışma durumuna göre sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, Solmaz (2021a) gebelerin çalışma durumuna göre gebelik, bebek ve annelik alt boyutları ile gebelik stres düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu, Binici ve Tuncer (2020) çalışma durumu ile gebelik stresi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Araştırmada çalışan gebelerin gebelik stres düzeyinin çalışmayanlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Çalışmakta olan kadınlar iş yaşamının vermiş olduğu zorluktan dolayı gebeliğin zor olabileceğini düşünerek gebelik stresi yaşayabilmektedirler.

Gebe kadınların ekonomik durumunu değerlendirme durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Salbacak (2021) gebelerin gelir durumuna göre gebelik stresi düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu, Akın (2018), Birinci ve Tuncer (2020), Tekdal (2022) gebelerin gelir durumuna göre gebelik stresi düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını belirlemişlerdir. Araştırmada ekonomik durumunu iyi olarak tanımlayan gebelerin annelik rolü kaynaklı gebelik stres düzeyinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. En az sorunla, en sağlıklı şekilde bebeğini hayata getirmeyi amaçlayan gebeler maddi kaygısının olmamasından dolayı bu düşünceleri daha yoğun bir şekilde düşünerek gebelik stres düzeyinin yükselmesine sebep olabilmektedirler.

Gebe kadınların yaşadığı yere göre GSDÖ alt boyutlarından değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Solmaz (2021a) araştırmasında yaşanan yere göre gebelik stresi düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadığını belirlemiştir. Araştırmada ilde yaşayan gebelerin fiziksel görünümünün değişmesi kaynaklı stres algısının köy ve ilçede yaşayanlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. İlde yaşayan kadınlar daha geniş gurular ile sosyal ilişkiler içerisinde olabilirlerken, fiziksel görünüşün değişmesi kaynaklı gebelik stresini daha yüksek düzeyde hissedebilmektedirler.

Gebe kadınların gebeliğinin planlı olma durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve GSDÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır. Salbacak (2021), Solmaz (2023), Tekdal (2023) gebeliğin planlı olmasına göre gebelik stresi düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu, Binici ve Tuncer (2020) gebeliğin planlı olmasına göre gebelik stresi düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını tespit etmişlerdir. Yapılan araştırmada şu anki gebeliği planlı olan gebelerin gebelik stres düzeyinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Planlayarak gebelik yaşayan gebeler, gebelik ve doğum sürecinde yaşayacakları zorluk ve riskler konusunu da düşünerek gebelik stresi yaşayabilmektedirler.

Gebe kadınların bu gebeliği isteme durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Bebeği isteyen gebelerin gebelik stresi düzeyi istemeyenlere göre daha yüksektir. İsteyerek gebe kalan kadınlar yaşayabilecekleri risk ve zorluklar konusunda da kendilerini hazırlamakta ve bu düşünceleri sebebiyle gebelik stresi düzeyleri yükselebilmektedir.

Gebe kadınların toplam gebelik sayısına göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır. Özbek (2021), Solmaz (2021a) gebelik sayısına göre gebelik stresi düzeyi arasında istatistiksel

olarak anlamlı farklılık olduğunu belirlemişlerdir. Araştırmada gebelik stresi en yüksek olanların ilk gebeliğini yaşayan, en düşük olanların ise 4 ve üzeri defa gebelik yaşayanlar olduğu tespit edilmiştir. Gebelik sayısının artması ile birlikte edinilen tecrübe gebelerin daha düşük düzeyde gebelik stresi yaşamalarına sebep olabilmektedir.

Gebe kadınların toplam doğum sayısına göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir. Solmaz (2021a) doğum sayısı sayısı ile gebelik stresi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu belirlemiştir. Araştırmada doğum sayısı az olan gebelerin gebelik stresini daha yoğun yaşadıkları saptanmıştır. Doğum sayısının artması gebelerin bu konuda bilgi düzeylerinin artmasına ve daha az stres yaşamalarına sebep olabilmektedir.

Gebe kadınların şu anki gebelik haftasına göre GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres alt boyutu ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır. Özbek (2021) araştırmasının sonucunda gebelik ayı ile gebelik stresi düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu belirtmiştir. Araştırmada gebeliğinin ilk haftalarında olan gebelerin gebelik stres düzeyinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Gebeliğin ilk haftalarında gebeler sonraki haftalarda yaşayabilecekleri riskli durumları da göz önüne alarak gebelik stresi yaşayabilmektedirler.

Gebe kadınların gebelik şekli tercihinine göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Tekdal (2022), Koca-Kandemir (2024) doğum şekli tercihinine göre gebelik stresi düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığını saptamışlardır. Araştırmada doğum şekli tercihi normal doğum olan gebelerin gebelik stres düzeyinin daha yüksek olduğu görüşmüştür. Sezaryenle doğum daha kontrollü bir şekilde yapılıyor olmasından dolayı normal doğum sırasında yaşanabilecek risklerin bilincinde olan gebelerin gebelik stresi düzeyi daha yüksek olabilmektedir.

Gebe kadınların doğum korkusu yaşama durumuna göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Yapılan araştırmada Doğum korkusu yaşayan gebelerin gebelik stresi düzeyinin de yüksek

olduğu tespit edilmiştir. Doğum korkusu gebeler için önemli bir stres kaynağı olurken, doğum korkusuna bağlı olarak gebelik stresinin yaşanması da beklenen bir durum olarak öne çıkmaktadır.

Gebelerin Facebook, Instagram, X, YouTube gibi sosyal medya uygulamalarını kullanma ile gebelik stresi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Gebe kadınlar sosyal medya uygulamalarında yer alan yanlış bilgileri duydukça yersiz bir gebelik stresi içerisinde girebilmektedirler.

Gebe kadınların günlük sosyal medyayı kullanma durumuna göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Yapılan analizlerde günlük sosyal medya kullanan gebelerin gebelik stres düzeyinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Sosyal medyada geçirilen zamanın fazla olması buralardan gebelik ve doğum süreci ile ilgili yanlış ve yanıltıcı bilgiler edinmeleri sebebiyle gebelik stresini yükselici yönde etki edebilmektedir.

Gebelerin gündemi takip etmek, paylaşımda bulunmak, gebelik ve annelik hakkında bilgi almak ve boş zamanını geçirmek amacıyla sosyal medya kullanımı ile gebelik stresi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmaktadır. Paylaşım yapmak, boş zaman değerlendirmek, gündemi takip etmek gibi sebepler gebelerin sosyal medyada yanlış bilgiler ile karşılaşmalarına sebep olurken, özellikle gebelik ve annelik hakkında bilgi almayı amaçlayan gebelerin sosyal medyada yer alan bütün bilgilere kolayca ulaşarak bu konuda yoğun düşüncelerinden dolayı stres düzeyi daha yüksek olabilmektedir.

Gebe kadınların uzun süre sosyal medyadan uzak kalınca sosyal hayatta hissettiklerine göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Araştırmada uzun süre sosyal medyadan uzak kaldığında kendisini yalnız hisseden ve sosyal medyadan uzak kalamayanların gebelik stres düzeyinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Sosyal medya kullanımının bir alışkanlık haline gelmesi ile bu platformlarda bulunan bilgileri kabul ederek uygulamayı da beraberinde getirebilmekte, bu da gebelik stresinin yoğun hissedilmesine sebep olabilmektedir.

Bu çalışmada SMBÖ-YF ölçek toplam puanı arttıkça DKÖ ölçek toplam puanıda artmaktadır. SMBÖ-YF ölçek toplam puanı arttıkça GSDÖ ölçek toplam

puanında artmaktadır. Kandemir (2022) Sosyal medya bağımlılığı ölçeği ile gebelik stresi değerlendirme ölçeği alt boyutları arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Araştırmada sosyal medya bağımlılığı ile doğum korkusu ve gebelik stresi arasında pozitif yönlü bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir. Araştırmaya katılan gebelerde sosyal medya bağımlılığının yükselmesi doğum korkusunun ve gebelik stresinin de yükselmesine sebep olmaktadır. Sonuç olarak sosyal medyada çok zaman geçiren gebelerin sosyal medyadan edindikleri doğru ya da yanlış bilgilerin stres düzeylerini arttırabilmekte ve kendi gebelikleri ile kıyaslamalarına, kötü sonuçların kendilerinde de görülebileceğinden endişe duymalarına sebep olabilmektedir. Bununla birlikte sosyal medyada daha fazla zaman geçiren gebelerin doğumla ilgili sosyal medyadan ulaştıkları bilgi ve başka insanların tecrübeleri nedeniyle doğum korkularında da artma olduğu görülmektedir.

Araştırmada DKÖ ölçek toplam puanı arttıkça GSDÖ ölçek toplam puanı artmakta olduğu belirlenmiştir. Yapılan araştırmada doğum korkusu ile gebelik stresi arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür. Doğum korkusunun yükselmesi gebelik stresinde yükselmesine sebep olmaktadır. Bu da araştırmaya katılan gebelerin gebelikleri ilerledikçe mevcut gebelikleriyle ilgili yeterli bilgi ve tecrübe donanımına sahip olsalar bile gebelik stresinin azalmadığı, doğumun yaklaşmasıyla doğumda oluşabilecek komplikasyonlara ve yaşayacakları tecrübelerin bilinmezliğine olan korkunun arttığı şeklinde yorumlanabilir.

Araştırmada gebe kadınların sosyal medya bağımlılığı ve doğum korkusu arasında pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Sosyal medya bağımlılık düzeyinin yükselmesi doğum korkusu düzeyinin de yükselmesine sebep olmaktadır. Sosyal medya kullanımının oldukça arttığı günümüzde bireyler karşılaştıkları hemen her konuda bilgi almak için internet ve sosyal medya platformlarını kullanmaktadırlar. Ayrıca sosyal medya platformlarında yayınlanan videolarda birçok konu hakkında bilgiler yer almaktadır. İnternet sitelerinde veya sosyal medya platformlarında yer alan bilgi ve videoların yayınlanmasında herhangi bir kriter bulunmamakta, yetkisi veya bilgisi olsun olmasın herkes bu bilgileri internet ortamında yayımlayabilmektedir. Yetkisiz ve bilgisiz kişiler tarafından yayınlanan bu bilgiler yanlış veya eksik olabilmektedir. Değirmenciler ve arkadaşları (2022) yaptıkları araştırma sonucunda online ortamlardan alınan sağlık bilgileri çoğunlukla sağlık

profesyonellerince tartışılmamakta, doğru kabul edilmekte ve riskli durumun devam etmesine sebep olmaktadır. Gebe kadınlar da gebelik ve doğum sürecinde yaşadıkları sorunlar ile ilgili sağlık profesyonellerine başvurmakta internet ve sosyal medyadan cevap aramakta ve eksik veya yanlış bilgiler sebebiyle yaşadıkları sorunlar daha da derinleşebilmekte ve doğum korkusu düzeyleri yükselebilmektedir.

Benzer bir durum sosyal medya bağımlılığı ile gebelik stresi arasında görülmektedir. Araştırmaya katılan gebelerin sosyal medya bağımlılık düzeyi yükseldikçe gebelik stresi düzeyi de yükselmektedir. Benzer şekilde Kandemir'de (2022) yaptığı araştırmada bizim sonucumuza benzer şekilde sosyal medya bağımlılığı ile gebelik stresi arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Gebelik süreci hakkında bilgi edinmek isteyen kadınlar kim tarafından yayınlandığı belli olmayan bilgilerin doğruluğuna inanarak sürece hakim olup süreci yönetebilecekleri düşünmektedirler. Polat ve Karasu (2022) yaptıkları araştırmada 20 ve daha altı yaşlarda gebe kadınların internet yoluyla karar alma düzeyinin yüksek olduğunu belirlemişlerdir. İnternet ve sosyal medyada yer alan eksik veya yanlış bilgilerle yaşadıkları sorunları çözmek yerine daha da yoğunlaşmasına sebep olması nedeniyle gebelik stresi düzeyleri yükselebilmektedir.

Araştırmada gebe kadınların doğum korkusu ile gebelik stresi arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Geldi'de (2020) araştırmasında benzer şekilde doğum korkusu ile gebelik stresi arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu belirlemiştir. Gebelik öncesinde ve gebelik sürecinde yaşanan doğum korkusu sağlık profesyonelleri tarafından yapılacak müdahale ile azaltılabilecek bir kaygı durumuyken, kadınların böylesi bir yardıma başvurmamaları ve çözümü kendilerince bulmaya çalışmaları doğum korkusu düzeyinin düşmesi yerine daha da artmasına ve buna bağlı olarak da gebelik stresi yaşamalarına sebep olabilmektedir.

## 6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER

### 6.1. Sonuçlar

Araştırmadan SMBÖ-YF, DKÖ ve GSDÖ alt boyutlarının puan ortalamaları ile ilgili analizler sonucunda;

- Gebelerin SMBÖ alt boyutlarından sanal tolerans alt boyutu ortalaması  $30,30 \pm 11,95$  olurken, sanal iletişim alt boyutunun  $18,58 \pm 8,93$ , ölçek toplamının  $48,88 \pm 19,71$  olduğu **(Tablo 6)**,

- DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu alt boyutu ortalaması  $15,25 \pm 6,23$  olurken, fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusunun  $12,25 \pm 5,83$ , gebelik ve doğum sorunları korkusunun  $15,84 \pm 6,03$ , ölçek toplam puanının  $43,33 \pm 11,41$  olduğu **(Tablo 6)**,

- GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan strese  $16,68 \pm 8,99$ , bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan strese  $12,62 \pm 8,07$ , annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan strese  $11,18 \pm 8,61$ , sosyal destek arayışından kaynaklanan strese  $3,77 \pm 4,00$ , değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan strese  $12,12 \pm 8,02$ , ölçek toplamında  $57,36 \pm 30,19$  olduğu **(Tablo 6)** sonucuna ulaşılmıştır.

Gebelerin sosyodemografik özellikleri ile sosyal medya bağımlılığı puan ortalamalarının karşılaştırılmasında;

- Gebelerin yaşına göre SBMÖ ölçeği alt boyutlarından sanal tolerans, sanal iletişim ve ölçek toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunduğu **(Tablo 7)**,

- Gebelerin eğitim durumuna göre SMBÖ alt boyutlarından sanal iletişim arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 7)**,

- Gebe kadınların çalışma durumuna göre SMBÖ alt boyutlarından sanal iletişim ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 7)**,

- Gebe kadınların sosyal güvencesi olma durumuna göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 7)**,

- Gebe kadınların yaşadığı yere göre SMBÖ alt boyutlarından sanal iletişim arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 7)** saptanmıştır.

Gebelerin obstetrik özellikleri ile SMBÖ puan ortalamalarının karşılaştırılmasında;

- Gebelerin toplam gebelik sayısına göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 8)**,

- Gebelerin toplam doğum sayısına göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 8)**,

- Gebelerin doğum korkusu yaşama durumuna göre SMBÖ alt boyutlarından sanal tolerans ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 8)** belirlenmiştir.

Gebelerin sosyal medya kullanımı ile SMBÖ puan ortalamalarının karşılaştırılmasında;

- Gebelerin Instagram kullanma göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 9)**,

- Gebelerin X kullanma göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 9)**,

- Gebelerin YouTube kullanma göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 9)**,

- Gebe kadınların sosyal medyayı günlük kullanma süresine göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 9)**,

- Gebe kadınların paylaşmada bulunmak amacıyla sosyal medyayı kullanmalarına göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 9)**,

- Gebe kadınların gebelik ve annelik hakkında bilgi almak amacıyla sosyal medyayı kullanmalarına göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 9)**,

- Gebe kadınların boş zamanlarını geçirmek amacıyla sosyal medyayı kullanmalarına göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 9)**,

- Gebe kadınların yatmadan önce sosyal medya hesabını kontrol etmelerine göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 9)**,

- Gebe kadınların sosyal medyadan uzak kaldıklarında hissettiklerine göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 9)**,

- Gebe kadınların eşi ile iletişim durumuna göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 9)**,

- Gebe kadınların sosyal medyada geçirdikleri süre sebebiyle eşi ile problem yaşama durumuna göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 9)**,

- Gebe kadınların eşinin sosyal medya hesabının olma durumuna göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 9)**,

- Gebe kadınların evinse sınırsız internet kullanma durumuna göre SMBÖ alt boyutları ve SMBÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 9)** sonucuna ulaşılmıştır.

Gebelerin sosyodemografik özellikleri ile DKÖ puan ortalamalarının karşılaştırılmasında;

- Gebe kadınların yaşına göre DKÖ alt boyutlarından fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 10)**,

- Gebe kadınların eğitim durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 10)**,

- Gebe kadınların çalışma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 10)**,

- Gebe kadınların sosyal güvencesi olma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 10)**,

- Gebe kadınların ekonomik durumunu değerlendirme durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu (**Tablo 10**),

- Gebe kadınların yaşadığı yere göre DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu (**Tablo 10**) belirlenmiştir.

Gebelerin obstetrik özellikleri ile DKÖ puan ortalamalarının karşılaştırılmasında;

- Gebe kadınların gebeliğin planlı olması durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu (**Tablo 11**),

- Gebe kadınların bu gebeliği isteme durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu (**Tablo 11**),

- Gebe kadınların toplam gebelik sayısına göre DKÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu (**Tablo 11**),

- Gebe kadınların toplam doğum sayısına göre DKÖ alt boyutlarından fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu (**Tablo 11**),

- Gebe kadınların şu anki gebelik haftasına göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu (**Tablo 11**),

- Gebe kadınların doğum şekli tercihinin göre DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu (**Tablo 11**),

- Gebe kadınların doğum korkusu yaşama durumuna göre DKÖ alt boyutlarından fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu (**Tablo 11**) sonucuna ulaşılmıştır.

Gebelerin sosyal medya kullanımı ile DKÖ puan ortalamalarının karşılaştırılmasında;

- Gebe kadınların Facebook kullanma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu (**Tablo 12**),
- Gebe kadınların Instagram kullanma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından doğum ve annelik rolü korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu (**Tablo 12**),
- Gebe kadınların X kullanma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu (**Tablo 12**),
- Gebe kadınların YouTube kullanma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu (**Tablo 12**),
- Gebe kadınların günlük olarak sosyal medyayı kullanma süresine göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ve gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu (**Tablo 12**),
- Gebe kadınların gündemi takip etmek amacıyla sosyal medyayı kullanma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu, fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu (**Tablo 12**),
- Gebe kadınların paylaşımda bulunmak amacıyla sosyal medyayı kullanma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu (**Tablo 12**),
- Gebe kadınların gebelik ve annelik hakkında bilgi almak amacıyla sosyal medya kullanma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu, fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu (**Tablo 12**),
- Gebe kadınların sosyal medyayı boş zamanlarını geçirmek amacıyla kullanma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu (**Tablo 12**),

- Gebe kadınların yatmadan önce sosyal medya hesabını kontrol etme durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 12)**,

- Gebe kadınların uzun süre sosyal medyadan uzak kaldıklarında sosyal hayatta hissettiklerine göre DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 12)**,

- Gebe kadınların eşi ile iletişimine göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 12)**,

- Gebe kadınların sosyal medyada geçirdikleri zamandan dolayı eşiyle problem yaşama durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu, fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu ve DKÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 12)**,

- Gebe kadınların eşinin sosyal medya hesabının olma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik ve doğum sorunları korkusu alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 12)**,

- Gebe kadınların evinde sınırsız internet kullanma durumuna göre DKÖ alt boyutlarından gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu, fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 12)** belirlenmiştir.

Gebelerin sosyodemografik özellikleri ile gebelik stresi değerlendirme ölçeği puan ortalamalarının karşılaştırılmasında;

- Gebe kadınların yaşına göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 13)**,

- Gebe kadınların eğitim düzeyine göre GSDÖ alt boyutlarından bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve GSDÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 13)**,

- Gebe kadınların çalışma durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından

kaynaklanan stres, bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 13)**,

- Gebe kadınların sosyal güvencesi olma durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve GSDÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 13)**,

- Gebe kadınların ekonomik durumunu değerlendirme durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 13)**,

- Gebe kadınların yaşadığı yere göre GSDÖ alt boyutlarından değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 13)** sonucuna ulaşılmıştır.

Gebelerin obstetrik özellikleri ile GSDÖ puan ortalamalarının karşılaştırılmasında;

- Gebe kadınların gebeliğinin planlı olma durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve GSDÖ toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 14)**,

- Gebe kadınların bu gebeliği isteme durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 14)**,

- Gebe kadınların toplam gebelik sayısına göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 14)**,

- Gebe kadınların toplam doğum sayısına göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 14)**,

- Gebe kadınların şu anki gebelik haftasına göre GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç

arayışından kaynaklanan stres alt boyutu ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 14)**,

- Gebe kadınların doğum şekli tercihinin göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 14)**,

- Gebe kadınların doğum korkusu yaşama durumuna göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 14)** sonucu elde edilmiştir.

Gebelerin sosyal medya kullanımı ile GSDÖ puan ortalamalarının karşılaştırılmasında;

- Gebe kadınların Facebook kullanma durumuna göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 15)**,

- Gebelerin Instagram kullanımı ile bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, Değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı **(Tablo 15)**,

- Gebe kadınların X kullanma durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 15)**,

- Gebe kadınların YouTube kullanma durumuna göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 15)**,

- Gebe kadınların günlük sosyal medyayı kullanma durumuna göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 15)**,

- Gebe kadınların gündemi takip etmek amacıyla sosyal medya kullanım durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres ve sosyal destek arayışından kaynaklanan stres arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 15)**,

- Gebe kadınların sosyal medyayı paylaşmada bulunmak amacıyla kullanma durumuna göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 15)**,

- Gebe kadınların sosyal medyayı gebelik ve annelik hakkında bilgi almak amacıyla kullanma durumuna göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 15)**, .

- Gebe kadınların sosyal medyayı boş zamanını geçirmek amacıyla kullanma durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 15)**,

- Gebe kadınların yatmadan önce sosyal medya hesabını kontrol etme durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres, bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 15)**,

- Gebe kadınların uzun süre sosyal medyadan uzak kalınca sosyal hayatta hissettiklerine göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 15)**,

- Gebe kadınların eşi ile iletişimine göre GSDÖ alt boyutlarından annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 15)**,

- Gebe kadınların eşinin sosyal medya hesabı olma durumuna göre GSDÖ alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 15)**,

- Gebe kadınların evde sınırsız internet kullanma durumuna göre GSDÖ alt boyutlarından gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres, bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres alt boyutları ve ölçek toplamı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu **(Tablo 15)** sonucu elde edilmiştir.

Sosyal medya kullanımı, gebelik stresi ve doğum korkusu arasındaki ilişkide;

- Sanal tolerans ile sanal iletişim ve sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönlü ve güçlü bir ilişki bulunduğu **(Tablo 16)**,

- Sanal tolerans ile gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu arasında negatif yönlü, zayıf; fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu ve ölçek toplamı arasında pozitif yönlü, zayıf; gebelik ve doğum sorunları korkusu arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki bulunduğu **(Tablo 16)**,

- Sanal tolerans ile gebelik stresi değerlendirme ölçeği alt boyutları ve ölçek toplamı arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunduğu **(Tablo 16)**,

- Sanal tolerans ile gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres ve sosyal destek arayışından kaynaklanan stres arasında düşük, bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres arasında orta, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve gebelik stresini değerlendirme ölçek toplamı arasında orta düzeyde bir ilişki bulunduğu **(Tablo 16)**,

- Sanal iletişim ile sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönlü ve güçlü, gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu arasında negatif yönlü, zayıf; fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu, gebelik ve doğum sorunları korkusu ve doğum korkusu ölçek toplamı arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişki bulunduğu **(Tablo 16)**,

- Sanal iletişim ile gebelik stresi değerlendirme ölçeği alt boyutları ve ölçek toplamı arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Sanal iletişim ile gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres arasında düşük, bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres arasında orta, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres ve değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres arasında düşük; gebelik stresini değerlendirme ölçek toplamı arasında orta düzeyde bir ilişki bulunduğu **(Tablo 16)**,

- Sosyal medya bağımlılığı ile gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu arasında negatif yönde, zayıf, fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu arasında pozitif yönlü zayıf; gebelik ve doğum sorunları korkusu arasında

pozitif yönlü, orta; doğum korkusu ölçek toplamı arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişki bulunduğu **(Tablo 16)**,

- Sosyal medya bağımlılığı ile gebelik stresi değerlendirme ölçeği alt boyutları ve ölçek toplamı arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Sosyal medya bağımlılığı ile gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres arasında düşük, bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres arasında orta, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres ve sosyal destek arayışından kaynaklanan stres arasında düşük, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve gebelik stresini değerlendirme ölçek toplamı arasında orta düzeyde bir ilişki bulunduğu **(Tablo 16)**,

- Gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ile fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu arasında pozitif yönlü düşük, gebelik ve doğum sorunları korkusu arasında negatif yönlü düşük, doğum korkusu ölçek toplamı arasında pozitif yönlü, orta bir ilişki bulunduğu **(Tablo 16)**,

- Gebelik, doğum ve annelik rolü korkusu ile gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres pozitif yönlü düşük, bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve gebelik stresini değerlendirme ölçek toplamı arasında negatif yönlü düşük düzeyde bir ilişki bulunduğu **(Tablo 16)**,

- Fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu ile gebelik ve doğum sorunları korkusu arasında pozitif yönlü düşük, doğum korkusu ölçek toplamı arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde bir ilişki bulunduğu **(Tablo 16)**,

- Fiziksel ve sosyal gereksinimlerin karşılanamaması korkusu ile gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres pozitif yönlü düşük, bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve gebelik stresini değerlendirme ölçek toplamı arasında pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki olduğu **(Tablo 16)**,

- Gebelik ve doğum sorunları korkusu ile doğum korkusu ölçek toplamı arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki olduğu **(Tablo 16),**

- Gebelik ve doğum sorunları korkusu ile gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres, bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve gebelik stresini değerlendirme ölçek toplamı arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki olduğu **(Tablo 16),**

- Doğum korkusu ölçek toplamı ile gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres arasında orta düzeyde, pozitif; bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ve gebelik stresini değerlendirme ölçek toplamı arasında pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki olduğu **(Tablo 16),**

- Gebelik, doğum eylemi süreci ve doğumda, anne ve bebek açısından güvenli süreç arayışından kaynaklanan stres ile bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres, annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres, sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres arasında pozitif yönlü orta; gebelik stresini değerlendirme ölçek toplamı arasında pozitif yönlü güçlü düzeyde bir ilişki olduğu **(Tablo 16),**

- Bebek bakımı ve değişen aile ilişkilerinden kaynaklanan stres ile annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres arasında pozitif yönlü yüksek; sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres arasında pozitif yönlü orta; gebelik stresini değerlendirme ölçek toplamı arasında pozitif yönlü güçlü düzeyde bir ilişki bulunduğu **(Tablo 16),**

- Annelik rolünün tanımlanmasından kaynaklanan stres ile sosyal destek arayışından kaynaklanan stres, değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres arasında pozitif yönlü orta; gebelik stresini değerlendirme ölçek toplamı arasında pozitif yönlü güçlü düzeyde bir ilişki bulunduğu **(Tablo 16),**

- Sosyal destek arayışından kaynaklanan stres ile değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres arasında pozitif yönlü orta; gebelik stresini değerlendirme ölçek toplamı arasında pozitif yönlü güçlü düzeyde bir ilişki bulunduğu (**Tablo 16**),

- Değişen fiziksel görünüm ve fonksiyondan kaynaklanan stres ile gebelik stresini değerlendirme ölçek toplamı arasında pozitif yönlü güçlü düzeyde bir ilişki bulunduğu (Tablo 16) sonucuna ulaşılmıştır.

## 6.2. Öneriler

Gebelikte sosyal medya bağımlılığı ile gebelik stresi ve doğum korkusu arasındaki ilişkisinin incelendiği çalışmamızda ulaşılan sonuçlar neticesinde aşağıdaki öneriler sunulmaktadır.

- Sosyal medyanın doğru bir şekilde kullanılması konusunda toplumdaki her bireyle birlikte gebelerinde bilinçlenmesi açısından merkezi ve yerel yönetim ile birlikte sivil toplum kuruluşları tarafından bilgilendirme çalışmalarının yapılmalıdır.

- Sosyal medya platformlarında yer alan bilgilerin kaynağının ne olduğunun bilinmediği, itibar edilmemesi gerektiği ve özellikle gebelik döneminde karşılaşılan durumlar ile ilgili sağlık profesyonelleri ile görüşülmesi gerektiği konusunda gebeler bilinçlendirilmelidir.

- Gebelik süreci boyunca gebe kadınlarla iletişime geçen tüm sağlık profesyonellerinin işbirliği içinde olup bütüncül bir yaklaşımla sosyal medya bağımlılığı konusunda gebelik eğitimi konularına dahil edilebilir.

- Sosyal medya bağımlılığı, doğum korkusu ve gebelik stresi ile ilgili ayrı ayrı çalışmalar bulunmakla birlikte bu üç değişkenin birlikte incelendiği araştırmaların yetersiz olduğu görülmektedir. Yeni yapılacak araştırmalarda bu üç değişkenin farklı sosyodemografik özellikteki gebe kadınlar üzerinden araştırılması, bu alanda veri çeşitliliğinin oluşması ve politikalar geliştirmesi açısından yararlı olabilecektir.

## KAYNAKLAR

- Ahmed Abd-Elhamed, M., Shaaban Mohammed, T. ve Hanafy Saber, E. (2022). Influence of Social Media on Pregnant Women's Stress, Attitude and Fear toward Choice of Delivery Mode. *Egyptian Journal of Health Care*, 13(4): 1824-1837.
- Aichner, T., Grünfelder, M., Maurer, O. ve Jegeni, D. (2021). Twenty-five Years of Social Media: A Review of Social Media Applications and Definitions From 1994 to 2019. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 24(4): 215-222.
- Akın Ö. ve Erbil N. (2022). Turkish Validity and Reliability Study of The Pregnancy Stress Rating Scale. *Middle Black Sea Journal of Health Science*, 8(2), 208-222.
- Akın, Ö. (2018). Gebelik stresini değerlendirme ölçeği'nin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması. Yüksek Lisans Tezi. Ordu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ordu.
- Aksoy, A., Yılmaz, D. V. ve Yılmaz, M. (2019). Gebelikte Cinsel Yaşantıyı Neler Etkiler?. *Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 3(1): 45-53.
- Al Ghadeer, H. A., Al Kishi, N. A., Almubarak, D. M., Almurayhil, Z., Alhafith, F., Al Makainah, B. A., ... Alamer, M. (2021). Pregnancy-Related Anxiety and Impact of Social Media Among Pregnant Women Attending Primary Health Care. *Cureus*, 13(12): e20081.
- Alakuş, S. (2019). Sosyal medyanın gençlerin marka tercihlerine etkisi: özel okul öğrencileri üzerine bir araştırma. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Al-Mutawtah, M., Campbell, E., Kubis, H. P. ve Erjavec, M. (2023). Women's Experiences of Social Support During Pregnancy: A Qualitative Systematic Review. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 23(1): 782, 1-19.

- Altunışık, R., Coşkun, R., Bayraktaroğlu, S. ve Yıldırım, E. (2010). Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri SPSS Uygulamalı, Sakarya: Sakarya Yayıncılık.
- Andrawus, M., Sharvit, L. ve Atzmon, G. (2022). Epigenetics and Pregnancy: Conditional Snapshot or Rolling Event. *International Journal of Molecular Sciences*, 23(20): 12698, 1-25.
- Arslan, S. (2023). Gebelerde maneviyatın doğum korkusu ve mutluluğa etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Gaziantep.
- Arvanitidou, O., Kosmas, I., Michalopoulos, C. K., Doumanidou, M., Ierodiakonou-Benou, I., Athanasiadis, A. ve Daniilidis, A. (2023). The Impact of Stress and Depression on the Outcome of Human Gestation. *Cureus*, 15(11): e48700, 1-9.
- Atak, C. (2023). 18 – 65 yaş arası erişkin bireylerde sosyal medya kullanım alışkanlıklarının ve sosyal medya bağımlılığının sosyal anksiyeteye ilişkin ilişkisinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Atasever, İ. ve Çelik, A. S. (2018). Prenatal Stresin Ana-Çocuk Sağlığı Üzerine Etkisi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 21(1): 60-68.
- Bağrııcı Bozan, M. ve Cangöl, E. (2023). Prevalence and Causes of Social Media Usage and Addiction Status of Pregnant Women. *BMC Women's Health*, 23(1): 655, 1-8.
- Baker, B. ve Yang, I. (2018). Social Media as social support in Pregnancy and the Postpartum. *Sex Reprod Healthc*, 17: 31-34.
- Bakır, N., Demir, C. ve Şener, N. (2021). Gebelerin Yaşadığı Stres ve Gebelik Semptomları Arasındaki İlişki. *Karya Journal of Health Science*, 2(3): 71-76.
- Balcı, Ş., Bekiroğlu, O. ve Karaman, S. Y. (2019). Sosyal Medya Bağımlılığının Bir Belirleyicisi Olarak Öz Saygı: Konya Örneğinde Bir Araştırma. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, (48): 35-64.

- Baran, G. K., Şahin, S., Öztaş, D., Demir, P. ve Desticioğlu, R. (2020). Gebelerin Algılanan Stres Düzeylerinin ve Stres Nedenlerinin Değerlendirilmesi. *Cukurova Medical Journal*, 45(1), 170-180.
- Başbayram, R. (2021). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı üzerine bir araştırma: Sakarya üniversitesi örneği. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, İşletme Enstitüsü, Sakarya.
- Başgöl, Ş. ve Elmas, S. (2023). Gebelikte Doğum Korkusu ile Doğuma Hazır Oluşluk Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Tanımlayıcı Bir Çalışma. *Türkiye Klinikleri Journal Of Health Sciences/Türkiye Klinikleri Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(3): 429-435.
- Baz, F. (2018). Sosyal Medya Bağımlılığı: Üniversite Öğrencileri Üzerine Çalışma. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(16): 276-295.
- Benagiano, M., Mancuso, S., Brosens, J. J. ve Benagiano, G. (2021). Long-Term Consequences of Placental Vascular Pathology On The Maternal and Offspring Cardiovascular Systems. *Biomolecules*, 11(11): 1625, 1-23.
- Beşbudak, M., Nazlı, A. K. ve Taş, N. Ö. (2022). Kişisel Gelişim Aracı Olarak Sosyal Medya: Türkçe Tedx Konuşmaları Üzerine Betimsel Analiz. *Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, (37): 273-296.
- Bilge, Ç., Dönmez, S., Olgaç, Z. ve Pirinççi, F. (2022). Gebelikte Doğum Korkusu ve Etkileyen Faktörler. *Sağlık Bilimlerinde Değer*, 12(2), 330-335.
- Binici, D. K. ve Köse, S. (2020). Primipar ve Multipar Gebelerde Algılanan Stres ve Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi. *Ebelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3(3): 189-202.
- Birge, H. (2023). Gebelerde doğum korkusunun depresyon üzerindeki etkisinde anksiyetenin aracılık rolü. Yüksek Lisans Tezi, Kafkas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kars.
- Birinci, C. M. ve Terkan, R. (2023). İletişim Aracı Olan Sosyal Medya'nın Sosyal Değişime Kazandırdığı Boyut. *Journal of Management Theory and Practices Research*, 4(2): 180-195.

- Bjelica, A., Cetkovic, N., Trninic-Pjevic, A. ve Mladenovic-Segedi, L. (2018). The Phenomenon of Pregnancy-A Psychological View. *Ginekologia polska*, 89(2): 102-106.
- Blount, A. J., Adams, C. R., Anderson-Berry, A. L., Hanson, C., Schneider, K. ve Pendyala, G. (2021). Biopsychosocial Factors During The Perinatal Period: Risks, Preventative Factors, and Implications for Healthcare Professionals. *International journal of environmental research and public health*, 18(15): 8206, 1-12.
- Boylu, İ. (2021). Gebelere dinletilen müziğin ve doğuma hazırlık eğitiminin doğum korkusu ve öz-yeterlilik düzeyine etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Britannica. Facebook summary.
- Bülbül, T., Özen, B., Çopur, A. ve Kayacık, F. (2016). Gebelerin Doğum Korkusu ve Doğum Şekline Karar Verme Durumlarının İncelenmesi. *Sağlık Bilimleri Dergisi*, 25(3): 126-130.
- Büyükgebiz-Koca, E. ve Tunca, M. Z. (2019). İnternet ve Sosyal Medya Bağımlılığının Öğrencilerin Performanslarına Etkileri Üzerine Bir Yazın Taraması. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 24(1), 33-53.
- Chen, C. H. (2015). Revision and Validation of a Scale to Assess Pregnancy Stress. *Journal of Nursing Research*. 23(1): 25-32.
- Crossland, A. E., Munns, L., Kirk, E. ve Preston, C. E. J. (2023). Comparing Body Image Dissatisfaction Between Pregnant Women And Non-Pregnant Women: A Systematic Review and Meta-Analysis. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 23(1): 709, 1-19.
- Çakır-Koçak, Y. ve Sevil, Ü. (2021). Pre-Perinatal Dönemde Uygulanan ‘Gebe Masajı’na Bir Bakış. *Ebelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(1): 66-76.
- Çakmak, E. (2018). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanım düzeyleri ile sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişkinin farklı değişkenler açısından

- değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çayır, Y. ve Tanrıverdi, E. Ç. (2022). Kadın Sağlığı ve Hastalıklarında Akupunktur. Dicle Tıp Dergisi, 49(1): 256-263.
- Çelenk, E. (2020). Sosyal medya kullanımı ile yaşam doyumu arasındaki ilişki: Sakarya Üniversitesi örneği. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Çelik, A. S. ve Atasever, İ. (2020). Gebelerde Algılanan Stres Düzeylerinin ve Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi. Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 23(2): 267-276.
- Çelik, H. (2023). Yardımcı üreme teknikleri ile gebe kalan kadınlarda doğum korkusu ve etkileyen faktörler. Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Çilli, B., Ateş, N. A. ve Küğcömen, G. (2019). Gebelikte Fiziksel ve Ruhsal Şiddet Durumunda Ebelik Yaklaşımı. Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 2(2): 1-14.
- Çömləkçi, M. F. ve Başol, O. (2019). Gençlerin Sosyal Medya Kullanım Amaçları ile Sosyal Medya Bağımlılığı İlişkisinin İncelenmesi. Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 17(4): 173-188.
- Çubukçu, B. (2024). Gebelerin doğum inançlarının doğum korkusu üzerine etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Dağlar, G., Nur, N., Bilgiç, D. ve Kadioğlu, M. (2016). Gebelikte Duygulanım Bozukluğu. Kadın Sağlığı Hemşireliği Dergisi, 2(1): 27-40.
- Daryani, F. E., Mohammadi, A. ve Mirghafourvand, M. (2023). Childbirth Self-Efficacy and Fear of Childbirth and Their Predictors in Adolescent and Adult Pregnant Women Referring to Health Centres of Urmia-Iran: A Cross-Sectional Study. BMJ open, 13(10): e077043, 1-10.

- Datareportal. Digital 2023: Global Overview Report. Erişim adresi: <https://datareportal.com/reports/digital-2023-global-overview-report> (Erişim tarihi: 21 şubat 2024).
- Davis, E. P. ve Narayan, A. J. (2020). Pregnancy as a Period of Risk, Adaptation, and Resilience for Mothers And Infants. *Development and psychopathology*, 32(5): 1625-1639.
- Değirmenciler, B., Sercekus, P. ve Özkan, S. (2022). İnternet ve Sosyal Medya Kullanımı Gebe Kadınları Nasıl Etkiler?. *Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi*, 5(3), 453-458.
- Demir, G. (2020). Göç eden ve göç etmeyen kadınların doğum korkusu düzeylerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Demir, G. (2023). Riskli gebelerde gebelik stresi ile prenatal bağlanma arasındaki ilişki ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *Bilim Uzmanlığı Tezi*, Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kocaeli.
- Demirbağ, C. ve Aluş-Tokat, M. (2023). Doğum Korkusuna Felsefik Bir Yaklaşım: Hypnobirthing. *Kadın Sağlığı Hemşireliği Dergisi*, 9(Özel Sayı-1): 73-75.
- Dencker, A., Nilsson, C., Begley, C., Jangsten, E., Mollberg, M., Patel, H., ... Sparud-Lundin, C. (2019). Causes and Outcomes in Studies of Fear of Childbirth: a Systematic Review. *Women and Birth*, 32(2): 99-111.
- Devvanshi, H., Kachhwaha, R., Manhswita, A., Bhatnagar, S. ve Kshetrapal, P. (2022). Immunological Changes in Pregnancy and Prospects of Therapeutic Pla-xosomes in Adverse Pregnancy Outcomes. *Frontiers in Pharmacology*, 13: 895254, 1-27.
- Dong, J., Xiao, T., Xu, Q., Liang, F., Gu, S., Wang, F. ve Huang, J. H. (2022). Anxious Personality Traits: Perspectives From Basic Emotions and Neurotransmitters. *Brain Sciences*, 12(9): 1141, 1-16.
- Ducsay, C. A., Goyal, R., Pearce, W. J., Wilson, S., Hu, X. Q. ve Zhang, L. (2018). Gestational Hypoxia and Developmental Plasticity. *Physiological reviews*, 98(3): 1241-1334.

- Durdun, D. (2019). Gebelerde evlilik uyumunun doğum korkusuna etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Ordu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ordu.
- Durmuş, K. ve Övür, A. (2021). Medya Etkileri Bağlamında Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Yeni Medya Kullanımının Analizi. Yeni Medya Elektronik Dergisi, 5(2): 136-155.
- Erkan, N. (2022). Gebelerde sosyal medya kullanımı ve sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık, Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Erkaya, R., Karabulutlu, Ö. ve Çalık, K. Y. (2017). Defining Childbirth Fear and Anxiety Levels in Pregnant Women. Procedia-Social And Behavioral Sciences, 237: 1045-1052.
- Esan, D. T., Thomas, O. C., Adedeji, O. A., Ogunkorode, A. ve Owoeye, I. D. (2021). Tocophobia Experience and Its Impact on Birth Choices Among Nigerian Women: a Qualitative Exploratory Study. Pan African Medical Journal, 39(1): 1-10.
- Escañuela Sánchez, T., Matvienko-Sikar, K., Meaney, S. ve O'Donoghue, K. (2023). Exploring First-Time Mothers' Experiences and Knowledge About Behavioural Risk Factors for Stillbirth. Health Expectations, 26(1): 329-342.
- Evli, M. ve Albayrak, E. (2020). Madde Bağımlılığında Hemşirelik. Erciyes üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 7(2): 10-14.
- Fernández-Carrasco, F. J., Batugg-Chaves, C., Ruger-Navarrete, A., Riesco-González, F. J., Palomo-Gómez, R., Gómez-Salgado, J., ... Vázquez-Lara, J. M. (2024). Influence of Pregnancy on Sexual Desire in Pregnant Women and Their Partners: Systematic Review. Public Health Reviews, 44: 1606308, 1-11.
- Fiat, F., Merghes, P. E., Scurtu, A. D., Almajan Guta, B., Dehelean, C. A., Varan, N. ve Bernad, E. (2022). The Main Changes in Pregnancy-Therapeutic Approach to Musculoskeletal Pain. Medicina, 58(8): 1115, 1-21.

- Gambiolli, R., Forte, G., Buzzaccarini, G., Unfer, V. ve Laganà, A. S. (2021). Myoinositol as a Key Supporter of Fertility and Physiological Gestation. *Pharmaceuticals*, 14(6): 1-19.
- Geçeli, M. (2022). Travayda uygulanan nefes egzersizlerinin gebenin memnuniyetine ve doğum sürecine etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Biruni Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Gedik, Y. (2020). Pazarlamada Yeni Bir Çerçeve: Sosyal Medya ve Web 2.0. *Uluslararası Yönetim Akademisi Dergisi*, 3(1): 252-269.
- Gelaw, T., Ketema, T. G., Beyene, K., Gurara, M. K. ve Ukke, G. G. (2020). Fear of Childbirth Among Pregnant Women Attending Antenatal Care in Arba Minch Town, Southern Ethiopia: a Cross-Sectional Study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 20: 1-7.
- Geldi, B. N. (2020). Gebe kadınlarda stres ve doğum korkusu ilişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Ordu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ordu.
- Gezer-Tekdal, A. (2022). Latent fazdaki primipar gebelerde psikolojik esneklik düzeyi ve gebelik stresinin travmatik doğum algısı ve emzirme başarısına etkisi. Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Ginter, N., Takács, L., Boon, M. J., Verhoeven, C. J., Dahlen, H. G. ve Peters, L. L. (2022). The Impact of Mode of Birth on Childbirth-Related Post Traumatic Stress Symptoms Beyond 6 Months Postpartum: An Integrative Review. *International journal of environmental research and public health*, 19(14): 8830, 1-26.
- Glover, V. (2011). The Effects of Prenatal Stress On Child Behavioural And Cognitive Outcomes Start At The Beginning. Institute of Reproductive and Developmental Biology, Imperial College London, United Kingdom.
- Glujovsky, D., Retamar, A. M. Q., Sedo, C. R. A., Ciapponi, A., Cornelisse, S. ve Blake, D. (2022). Cleavage-Stage Versus Blastocyst-Stage Embryo Transfer in Assisted Reproductive Technology. *Cochrane database of systematic reviews*, (5): 1-126.

- Gökçek, A. İ. (2022). Önemli Bir Sorun: Doğum Korkusu ve Ebelik Bakımı. KTO Karatay Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 3(1): 93-104.
- Gözütok, Ç. K. (2019). Son trimester gebelerde anksiyete depresyon ve doğum korkusunun doğum sonuçlarına etkisi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Medipol Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Greenhow, C. ve Lewin, C. (2019). Social media and education: reconceptualizing the boundaries of formal and informal learning, Learning, Media and Technology, 41:1, 6-30,
- Gültepe, R. ve Çalım, S. İ. (2021). Obstetride Kullanılan Solunum ve Gevşeme Egzersizleri: Lisansüstü Tezlere Yönelik Sistemik Bir Derleme. Sağlık Akademisyenleri Dergisi, 8(3): 233-244.
- Gün, E. Ö. (2018). Primipar ve multipar gebelerde doğum korkusu ve ilişkili faktörler: karşılaştırmalı bir çalışma. Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Gürsoy, B. (2023). Primipar gebelerde doğum korkusunun prenatal bağlanma ve doğum öz yeterlilik algısı ile ilişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Balıkesir.
- Güzel, C. (2020). Sosyal Medyanın Neliği, Gelişimi ve Kullanım Alanları Üzerine Kuramsal Bir İnceleme. Sosyolojik Düşün, 5(2): 93-112.
- Han, L., Bai, H., Lun, B., Li, Y., Wang, Y. ve Ni, Q. (2022). The Prevalence of Fear of Childbirth and its Association With İntolerance of Uncertainty and Coping Styles Among Pregnant Chinese Women During The COVID-19 Pandemic. Frontiers in Psychiatry, 13: 935760, 1-12.
- Herd, P., Higgins, J., Sicinski, K. ve Merkurieva, I. (2016). The Implications of Unintended Pregnancies for Mental Health in Later Life. American journal of public health, 106(3): 421-429.
- Hildingsson, I., Nilsson, J., Merio, E. ve Larsson, B. (2021). Anxiety and Depressive Symptoms in Women With Fear of Birth: A Longitudinal Cohort Study. European Journal of Midwifery, 5: 1-9.

Holah, B. McLaughlin, E. Definition Instagram.

Hosseini-Moghaddam, V., Nazarzadeh, M. ve Jahanfar, S. (2018). Interventions for Reducing Fear Of Childbirth: A Systematic Review And Meta-Analysis of Clinical Trials. *Women and Birth* 31(4): 254-262.

Househ, M., Grainger, R., Petersen, C., Bamidis, P. ve Merolli M. (2018). Balancing Between Privacy and Patient Needs for Health Information in The Age of Participatory Health and Social Media: A Scoping Review. *Yearbook of Medical Informatics*, 27(1): 29-36.

Howard, L. M. ve Khalifeh, H. (2020). Perinatal Mental Health: A Review of Progress and Challenges. *World Psychiatry*, 19(3): 313-327.

Huang, E. ve Huang, J. (2023). Music Therapy: A Noninvasive Treatment to Reduce Anxiety and Pain of Colorectal Cancer Patients-A Systemic Literature Review. *Medicina*, 59(3): 482, 1-11.

Hutmacher, F. (2021). Putting Stress İn Historical Context: Why it is Important That Being Stressed Out Was Not A Way to Be A Person 2,000 Years Ago. *Frontiers in Psychology*, 12: 539799, 1-9.

Ilska, M., Brandt-Salmeri, A., Kołodziej-Zaleska, A., Banaś, E., Gelner, H. ve Cnota, W. (2021). Factors Associated With Fear of Childbirth Among Polish Pregnant Women. *Scientific Reports*, 11(1): 4397, 1-8.

Javanmardi, M., Noroozi, M., Mostafavi, F. ve Ashrafi-Rizi, H. (2018). Internet Usage Among Pregnant Women for Seeking Health İnformation: A Review Article. *Iranian journal of nursing and midwifery research*, 23(2): 79-86.

Kaba, İ. (2019). Stres, Ruh Sağlığı ve Stres Yönetimi: Güncel Bir Gözden Geçirme. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi*, (73): 63-81.

Kanbur, A. ve Koç, Ö. (2023). Gebelerde Doğum Korkusu Düzeyi ve İlişkili Değişkenlerin İncelenmesi. *Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Lokman Hekim Tıp Tarihi ve Folklorik Tıp Dergisi*, 13(1): 188-195.

- Kandemir, T. (2022). Gebelik stresi ve sosyal medya bağımlılığı ilişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Ordu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ordu.
- Kanellopoulos, D. ve Gourounti, K. (2022). Tocophobia and Women's Desire for a Caesarean Section: A Systematic Review. *Maedica*, 17(1): 186-193.
- Karakoyunlu Ö. (2018). Doğum eyleminde yaşanan ağrı, stres ve kortizolün emzirme başarısına etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Karataş-Çelik, A. (2020). Benlik sunumu bağlamında sosyal ağ platformları: Instagram örneği. Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Kavsa, G. (2023). Gebelikte internet, sosyal medya ve sosyal çevrenin bilgi kaynağı olarak kullanılmasının doğum korkusuna etkisinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Biruni Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Kaya, A. (2020). Gebelerde doğum korkusu ve prenatal bağlanma arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Kaya, M. (2023). Son trimesterdeki primigravida kadınlarda uyku kalitesi ve uyku kalitesinin doğum korkusu ile ilişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Lokman Hekim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kaymaz, S. S. (2023). Gençlerde gebelik öncesi doğum korkusu ve etkileyen risk faktörlerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çankırı.
- Kember, A. J. Elangainesan, P., Ferraro, Z. M. Jones, C.ve Hobson, S. R. (2023). Common Sleep Disorders in Pregnancy: A Review. *Front Med (Lausanne)*. 10: 1235252, 1-20.
- Keramat, A., Malary, M., Moosazadeh, M., Bagherian, N. ve Rajabi-Shakib, M. R. (2021). Factors Influencing Stress, Anxiety, And Depression Among Iranian Pregnant Women: The Role of Sexual Distress And Genital Self-İmage. *Bmc Pregnancy And Childbirth*, 21: 1-12.

- Kılıç, A. ve Gürkan, O. C. (2021). Gebelik, Doğum ve Doğum Sonrası Dönemde Müzik Terapinin Kanıt Temelli Kullanımı. KTO Karatay Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 2(1): 47-60.
- Kıran, S. Yılmaz, C. ve Emre, İ. E. (2019). Instagram'daki Influencer'ların Takipçiler Üzerindeki Etkisi. Uluslararası Yönetim Bilişim Sistemleri ve Bilgisayar Bilimleri Dergisi, 3(2): 100-111.
- Kıran, S., Küçükboğancı, H. ve Emre, İ. E. (2020). Sosyal Medya Kullanımının Kişiler Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi. Bilişim Teknolojileri Dergisi, 13(4): 435-441.
- Kızılay, F. ve Ünver, H. (2022). Gebelerde Fiziksel Aktivite, Kinezyofobi ve Stres; Kilo Alımı Ve Bel Ağrısının Etkileri. İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 9(3): 25-35.
- Kızılkaya Beji N. (2019). Kadın Sağlığı ve Hastalıkları. 3. Baskı, İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri.
- Koca-Kandemir, N. (2024). Gebelik stresinin bebek doğum tartısı, maternal kilo alımı ve doğum şekliyle ilişkisi. Tıpta Uzmanlık Tezi, T.C. Sağlık Bakanlığı İstanbul Prof. Dr. Cemil Taşcıoğlu Şehir Hastanesi Aile Hekimliği Kliniği, İstanbul.
- Košec, T., Došler, A. J., Kusterle, M. ve Mivšek, A. P. (2019). Sex Life During Pregnancy: Survey Among Women. Obzornik zdravstvene nege, 53(4): 280-287.
- Kranenburg, L., Lambregtse-van den Berg, M. ve Stramrood, C. (2023). Traumatic Childbirth Experience And Childbirth-Related Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD): a contemporary overview. International journal of environmental research and public health, 20(4): 2775, 1-8.
- Latif, M. Z., Hussain, I., Saeed, R., Qureshi, M. A. ve Maqsood, U. (2019). Use of Smart Phones And Social Media in Medical Education: Trends, Advantages, Challenges and Barriers. Acta informatica medica, 27(2): 133-138.
- Lebni, J. Y., Farahani, F. K., Solhi, M. ve Azar, F. E. F. (2021). Causes and Grounds of Childbirth Fear and Coping Strategies Used By Kurdish Adolescent

- Pregnant Women in Iran: A Qualitative Study. *Journal of Reproduction & Infertility*, 22(1): 47-56.
- Leutenegger, V., Grylka-Baeschlin, S., Wieber, F., Daly, D. ve Pehlke-Milde, J. (2022). The Effectiveness of Skilled Breathing and Relaxation Techniques During Antenatal Education on Maternal and Neonatal Outcomes: A Systematic Review. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 22(1): 856, 1-19.
- Lima, S. A. M., El Dib, R. P., Rodrigues, M. R. K., Ferraz, G. A. R., Molina, A. C., Neto, C. A. P., ... Rudge, M. V. C. (2018). Is The Risk Of Low Birth Weight or Preterm Labor Greater When Maternal Stress is Experienced During Pregnancy? A Systematic Review And Meta-Analysis of Cohort Studies. *PloS one*, 13(7): e0200594, 1-15.
- Mahaffey, B. L., Tilley, J. L., Molina, L. K., Gonzalez, A., Park, E. ve Lobel, M. (2022). “How am I Going To Make it Through Pregnancy?” A Qualitative Examination of Prenatal Maternal Stress. *Birth*, 49(2): 253-260.
- McCarthy, M., Houghton, C. ve Matvienko-Sikar, K. (2021). Women’s Experiences and Perceptions of Anxiety and Stress During The Perinatal Period: A Systematic Review and Qualitative Evidence Synthesis. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 21(1): 1-12.
- Mirzaee, F., Hasanpoor-Azghady, S. B. ve Amiri-Farahani, L. (2022). Correlation Between Religious Coping, Demographic and Fertility Factors, and Pregnancy Anxiety of Iranian Primiparous Women: A Cross-Sectional Study. *Bmc Psychiatry*, 22(1): 298, 1-9.
- Modak, A., Ronghe, V., Gomase, K. P., Mahakalkar, M. G. ve Taksande, V. (2023). A Comprehensive Review of Motherhood and Mental Health: Postpartum Mood Disorders in Focus. *Cureus*, 15(9): e46209, 1-11.
- Muhammed T, S. ve Mathew, S. K. (2022). The Disaster of Misinformation: A Review of Research in Social Media. *International journal of data science and analytics*, 13(4): 271-285.

- Muskens, L., Boekhorst, M. G., Pop, V. J. ve van den Heuvel, M. I. (2024). Browsing Throughout Pregnancy: The Longitudinal Course of Social Media Use During Pregnancy. *Midwifery*, 129: 103905, 1-8.
- Nadholt, P., Kumar, K., Saha, P. K., Suri, V., Singh, A. ve Anand, A. (2023). Mind-Body Practice as A Primer To Maintain Psychological Health Among Pregnant Women–YOGESTA–A Randomized Controlled Trial. *Frontiers in Public Health*, 11: 1201371, 1-11.
- Nagle, U. ve Farrelly, M. (2018). Women's Views and Experiences of Having Their Mental Health Needs Considered in The Perinatal Period. *Midwifery*, 66: 79-87.
- Nasr, E., Alshehri, N., Almutairi, M. ve Abdelmenim, F. (2020). Fear From Childbirth Among Pregnant Women. *OALib*, 7: 1–13.
- Nelson-Becker, H. ve Sangster, K. (2019). Recapturing The Power of Ritual To Enhance Community in Aging. *Journal of Religion, Spirituality & Aging*, 31(2): 153-167.
- Nilsson, C., Hessman, E., Sjöblom, H., Dencker, A., Jangsten, E., Mollberg, M., ... Begley, C. (2018). Definitions, Measurements and Prevalence of Fear of Childbirth: A Systematic Review. *BMC pregnancy and childbirth*, 18(28): 1-15.
- Nuraliyeva Z. ve Kaya N. (2022). Development of the Childbirth Fear Scale. *Archives of Health Science and Research*, 9(3): 161-168.
- O'Connell, M. A., Leahy-Warren, P., Kenny, L. C., O'Neill, S. M. ve Khashan, A. S. (2019). The Prevalence and Risk Factors of Fear of Childbirth Among Pregnant Women: A Cross-Sectional Study in Ireland. *Acta obstetrica et gynecologica Scandinavica*, 98(8): 1014-1023.
- Olicker, A. L., Raffay, T. M. ve Ryan, R. M. (2021). Neonatal Respiratory Distress Secondary to Meconium Aspiration Syndrome. *Children*, 8(3): 1-9.
- Olsen, B., Forgaard, A., Nordsletta, A. H. S., Sommerseth, E. ve Røseth, I. (2022). “I Shut It Out”: Expectant Mothers’ Fear of Childbirth After A Traumatic Birth-

- A Phenomenological Study. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 17(1): 2101209, 1-11.
- Özbek, Z. (2021). Yüksek riskli gebelerde eş desteği ve gebelik stresi arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Okan Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Özel, F. S., Söylevi, S., Yılmaz, Ş. ve Akman, G. (2021). Toplumsal Cinsiyetin Gebelik, Doğum ve Doğum Sonu Dönemde Kadın Sağlığına Etkisi. *Samsun Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(1): 51-60.
- Özen, N. ve Topbaş, M. (2023). İnternet Ortamında ve Sosyal Medyada Doğru ve Güvenilir Sağlık Bilgisi Edinebilme. *Farabi Tıp Dergisi*, 2(2): 27-32.
- Öznas, S. (2019). Gebelerde doğum korkusunu etkileyen bilişsel faktörlerin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Özşahin, Z. (2020). The Effects of Adverse Childhood Experiences on Pregnancy-Related Anxiety and Acceptance of Motherhood Role. *African Health Sciences*, 20(3): 1217-1228.
- Öztürk, G. (2020). Doğum korkusuyla baş etme rehberi geliştirme ve etkinliğini değerlendirme. Doktora Tezi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Öztürk, G.G., Ünlü, N., Uzunkaya, E.N. ve Karaçam, Z. (2020). Gebelerin Bilgi Kaynağı Olarak İnternet ve Sosyal Medya Kullanım Durumları. *Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 4(3): 210-220.
- Polat, F. ve Karasu, F. (2022). Gebelerde İnternet Kullanımının Kendisi ve Bebeğinin Sağlığı Hakkındaki Düşünceleriyle İlişkisi. *Bağımlılık Dergisi*, 23(4): 483-491.
- Preis, H., Mahaffey, B., Pati, S., Heiselman, C. ve Lobel, M. (2021). Adverse Perinatal Outcomes Predicted By Prenatal Maternal Stress Among US Women At The COVID-19 Pandemic Onset. *Annals of Behavioral Medicine*, 55(3): 179-191.

- Purnama, Y. ve Asdlori, A. (2023). The Role of Social Media in Students' Social Perception and Interaction: Implications for Learning and Education. *Technology and Society Perspectives (TACIT)*, 1(2): 45-55.
- Puşuroğlu, M. ve Hocaoglu, Ç. (2021). Tokofobi. *Aksaray Üniversitesi Tıp Bilimleri Dergisi ASUJMS*, 2(3): 34-38.
- Richens, Y., Smith, D.M. ve Lavender, D.T. (2018). Fear of Birth in Clinical Practice: A Structured Review of Current Measurement Tools. *Sexual & Reproductive Healthcare* 16: 98-112.
- Riquelme-Gallego, B., Martinez-Vazquez, S., Amezcua-Prieto, C., Martínez-Galiano, J. M., Romero-Gonzalez, B., Peralta-Ramírez, M. I., ... Caparros-Gonzalez, R. A. (2023). Differences in Psychological Symptoms in Pregnancy and Postpartum before and during COVID-19: A Cross-sectional Study. *Clínica y Salud*, 34(2): 85-90.
- Rodríguez-Almagro, J., Hernández-Martínez, A., Rodríguez-Almagro, D., Quirós-García, J. M., Martínez-Galiano, J. M. ve Gómez-Salgado, J. (2019). Women's Perceptions of living A Traumatic Childbirth Experience and Factors Related to A Birth Experience. *International journal of environmental research and public health*, 16(9): 1654, 1-13.
- Rublein, L. ve Muschalla, B. (2022). Childbirth Fear, Birth-Related Mindset and Knowledge in Non-Pregnant Women Without Birth Experience. *BMC pregnancy and childbirth*, 22(1): 249, 1-10.
- Rúger-Navarrete, A., Vázquez-Lara, J. M., Antúnez-Calvente, I., Rodríguez-Díaz, L., Riesco-González, F. J., Palomo-Gómez, R., ... Fernández-Carrasco, F. J. (2023). Antenatal Fear of Childbirth As A Risk Factor for A Bad Childbirth Experience. *In Healthcare*, 11(3): 297, 1-13.
- Saisto, T., Salmela-Aro, K., Nurmi, J. ve Halmesma, E. (2001). Psychosocial Characteristics of Women and Their Partners Fearing Vaginal Childbirth. *Br J Obstet Gynaecol*, 108(5): 492-498.
- Salbacak, B. (2021). Gebelik stresinin uyku kalitesine etkisi. *Yüksek Lisans Tezi, Ordu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ordu*.

- Sebastiani, G., Borrás-Novell, C., Alsina Casanova, M., Pascual Tutusa, M., Ferrero Martínez, S., Gómez Roig, M. D. ve García-Algar, O. (2018). The Effects of Alcohol and Drugs of Abuse on Maternal Nutritional Profile During Pregnancy. *Nutrients*, 10(8): 1008, 1-17.
- Seçmen, H. İ. (2022). Gelişen İletişim Teknolojileri Kapsamında Halkla İlişkiler Faaliyetlerine Genel Bir Bakış. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(124): 401-416.
- Serçekuş, P., Değirmenciler, B. ve Özkan, S. (2021). Internet Use by Pregnant Women Seeking Childbirth Information. *Journal of Gynecology Obstetrics and Human Reproduction*, 50(8): 102144.
- Shroder, M., Anders, S.H., Dorst, M.ve Jackson, G.P. (2018), Communication Technology Use and Preferences for Pregnant Women and Their Caregivers. *AMIA ... Annual Symposium proceedings. AMIA Symposium*, 5: 1515-1523.
- Solmaz, E. (2021a). Gebelerin sağlık uygulamaları ile gebelik stresi ilişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Ordu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ordu.
- Solmaz, Y. Ç. (2021b). Gebelerde internet ve sosyal medya kullanımının psikososyal sağlık ile ilişkisi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Soltani, F., Eskandari, Z., Khodakarami, B., Parsa, P. ve Roshanaei, G. (2017). Factors Contributing to Fear of Childbirth Among Pregnant Women in Hamadan (Iran) in 2016. *Electronic physician*, 9(7): 4725-4731.
- Soyhan, F. (2022). Gebelerde sağlık okuryazarlığı, anksiyete ve doğum korkusu arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Suvay-Eker, H. (2022). Sosyal Ağlar Büyük Veriden Nasıl Yararlanır: Facebook ve Twitter. *Bilgi Yönetimi*, 5(1): 118-130.
- Şahin C. ve Yağcı M. (2017). Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu: Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 18(1): 523-538.

- Şener, S. ve Yiğit, B. N. (2021). Sosyal Medyanın Gençlerin Düşünce ve Değerlerine Etkisi. *Apjir*, 5(3): 529-553.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics*. 6th ed. Boston, MA: Pearson
- Takegata, M., Usui, Y., Sohda, S., Takeda, S., Takeda, J., Saito, T., ve Kitamura, T. (2023). Tokophobia: Case Reports and Narratives of Ten Japanese Women. *Healthcare* 11(5): 696, 1-13.
- Tang, Z. R., Xu, X. L., Deng, S. L., Lian, Z. X. ve Yu, K. (2020). Oestrogenic Endocrine Disruptors in The Placenta and The Fetus. *International journal of molecular sciences*, 21(4): 1519, 1-16.
- Tekdal, A. G. (2022). Latent fazdaki primipar gebelerde psikolojik esneklik düzeyi ve gebelik stresinin travmatik doğum algısı ve emzirme başarısına etkisi. Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Ünlü, F. (2018). Orta Yaş Üstü Bireylerde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Sosyal İzolasyon. *PESA Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(1): 161-172.
- Vardarlier, P. ve Öztürk, C. (2020). Sağlık İletişiminde Sosyal Medya Kullanımının Rolü. *Sosyolojik Düşün*, 5(1): 1-18.
- Vural, P. I. ve Körpe, G. (2021). Postpartum Dönemdeki Kadınların Doğuma Yönelik Duyguları ve Baş Etme Biçimleri: Nitel Bir Çalışma. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (15): 513-522.
- Warland, J., Dorrian, J., Morrison, J. L. ve O'Brien, L. M. (2018). Maternal Sleep During Pregnancy And Poor Fetal Outcomes: A Scoping Review of The Literature With Meta-Analysis. *Sleep medicine reviews*, 41: 197-219.
- We are Social. DIGITAL 2023 Your ultimate guide to the evolving digital World. Erişim adresi: <https://wearesocial.com/uk/blog/2023/01/digital-2023/> (Erişim tarihi: 12 Nisan 2024).
- Wigert, H., Nilsson, C., Dencker, A., Begley, C., Jangsten, E., Sparud-Lundin, C., ve Patel, H. (2020). Women's Experiences of Fear of Childbirth: A

- Metasynthesis of Qualitative Studies. International journal of qualitative studies on health and well-being, 15(1): 1704484, 1-17.
- Wilsterman, K., Gotlieb, N., Kriegsfeld, L. J. ve Bentley, G. E. (2018). Pregnancy Stage Determines The Effect of Chronic Stress on Ovarian Progesterone Synthesis. American Journal of Physiology-Endocrinology and Metabolism, 315(5): E987-E994.
- Yalçınsoy, H. (2019). Gebelerin doğuma ilişkin korkuları ve korkularıyla baş etme yöntemleri. Yüksek Lisans Tezi, Kırklareli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.
- Yang, X., Hu, R., Shi, M., Wang, L., Yan, J., Gong, J., ve Wu, S. (2023). Placental Malfunction, Fetal Survival and Development Caused by Sow Metabolic Disorder: The Impact of Maternal Oxidative Stress. Antioxidants, 12(2): 1-12.
- Yanık, D. ve Özcanarslan, F. (2019). Riskli Gebelerde Algılanan Sosyal Destek İle Stresle Başetme Düzeyleri Arasındaki İlişki. Ebelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 2(3): 96-104.
- Yar, D. ve Yılmaz, M. (2021). Gebelik ve Postpartum Dönemde Kadın Ruh Sağlığı: Derleme Çalışması. Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 5(1): 93-100.
- Yaylaoğlu, Ö. (2022). Gebelerde doğum korkusu ve spiritüel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yelen-Akpınar, Y. ve Aşti, N. (2021). Maneviyat, Manevi Bakım ve Manevi Bakımın Hemşirelikte Önemi. YOBÜ Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 2(3): 127-140.
- Yücekök, A. (2019). Türkiye’de Z kuşağının sosyal medya kullanım alışkanlıkları bağlamında kültürel yabancılaşma olgusunun rolü. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yüksel, A., Dabanlı, Z. ve Yılmaz, B. (2020). Gebelerde Bilinçli Farkındalık ile Depresyon, Anksiyete ve Stres Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi. JAREN, 6(2): 195-202.

- Yüksel, H., Cayir, Y., Kosan, Z. ve Tastan, K. (2017). Effectiveness of Breathing Exercises During The Second Stage of Labor on Labor Pain and Duration: A Randomized Controlled Trial. *Journal of integrative medicine*, 15(6): 456-461.
- Žebeljan, I., Lučovnik, M., Dinevski, D., Lackner, H. K., Moertl, M. G., Vesenjajk Dinevski, I., ve Mujezinović, F. (2022). Effect of Prenatal Yoga on Heart Rate Variability and Cardio-Respiratory Synchronization: A Prospective Cohort Study. *Journal of Clinical Medicine*, 11(19): 5777, 1-10.
- Zeybek-Yılmaz, S. ve Turan, Z. (2022). Doğum Korkusunda Ebelik ve Hemşirelik Yaklaşımları. *Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hemşirelik Dergisi*, 4(1): 33-38.
- Zhou, X., Liu, H., Li, X. ve Zhang, S. (2021). Fear of Childbirth and Associated Risk Factors in Healthy Pregnant Women in Northwest of China: a Cross-Sectional Study. *Psychology Research and Behavior Management*, 9: 731-741.
- Zietlow, A. L., Nonnenmacher, N., Reck, C., Ditzen, B. ve Müller, M. (2019). Emotional Stress During Pregnancy—Associations With Maternal Anxiety Disorders, Infant Cortisol Reactivity, and Mother–Child Interaction At Pre-School Age. *Frontiers in Psychology*, 10: 2179, 1-15.

## EKLER

### Ek-1. Kişisel Bilgi Formu

Değerli katılımcı

Bu anket formu “Gebelikte Sosyal Medya Bağımlılık Düzeyi ile Gebelik Stresi ve Doğum Korkusu Arasındaki İlişki” başlıklı yüksek lisans tez çalışması için hazırlanmıştır ve elde edilecek veriler tamamen ilgili çalışmada kullanılacaktır. Değerli katkılarınız için şimdiden teşekkürler

Uygulayan:

Cansu KARABULUT

1. Yaşınız nedir? .....
2. Eğitim düzeyiniz nedir? a) İlkokul b) Ortaokul c) Lise  
d) Üniversite
3. Çalışma durumunuz nedir? a) Çalışıyor b) Çalışmıyor
4. Sosyal güvenceniz var mı? a) Evet b) Hayır
5. Ekonomik durumunuzu nasıl değerlendirirsiniz? a) İyi b) Orta  
c) Kötü
6. Yaşadığınız yer neresidir? a) Köy b) İlçe c) İl
7. Şuan ki gebeliğiniz planlanmış bir gebelik midir? a) Evet b) Hayır
8. Bu gebeliği isteme durumunuz nedir? a) İstiyorum b) İstemiyorum
9. Toplam gebelik sayınız nedir? .....
10. Doğum sayınız nedir? .....
11. Şuan ki gebelik haftanız nedir? a) 4-12 hafta arası b) 13-27 hafta arası  
c) 28-40 hafta arası
12. Doğum şekli tercihiniz nedir? a) Normal Doğum b) Sezaryen Doğum
13. Doğum korkusu yaşıyor musunuz? a) Evet b) Hayır
14. Sosyal medya hesabı (Facebook, Instagram, Twitter, Youtube vb.) kullanıyor musunuz?  
(Birden fazla seçenek işaretlenebilir)  
a) Facebook b) Instagram c) X (Twitter) d) Youtube e) Hayır

15. Sosyal medyaya nereden ulaşıyorsunuz? a) Telefon b) Bilgisayar c) Tablet
16. Gününüzün ortalama kaç saati sosyal medyada geçiyor? a) 1 saatten az  
b) 1-3 saat arası c) 4-6 saat arası d) 7 saat ve üzeri
17. Sosyal medyayı hangi amaçla kullanıyorsunuz? (Birden fazla seçenek işaretlenebilir)  
a) Gündemi takip etmek b) Paylaşımında bulunmak  
c) Gebelik ve annelik hakkında bilgi almak (Araştırdığınız konular nelerdir yazınız).....  
d) Boş zamanlarımı geçirmek e) Diğer (yazınız).....
18. Yatmadan önce sosyal medya hesabınızı kontrol eder misiniz? a) Evet b) Hayır
19. Uzun süre sosyal medyadan ayrı kalsanız sosyal hayatınızda kendinizi nasıl hissedersiniz?  
a) Sosyal medyadan ayrı kalamam b) Kötü hissedirim c) Yalnız hissedirim  
d) Benim için sorun olmaz
20. Eşinizle iletişiminiz nasıldır? a) iyi b) Orta c) Kötü
21. Sosyal medyada geçirdiğiniz zaman konusunda eşinizle problem yaşıyor musunuz?  
a) Evet b) Hayır
22. Eşinizin sosyal medya hesabı var mı? a) Evet b) Hayır
23. Evde sınırsız internet (kablosuz ağ) kullanıyor musunuz? a) Evet b) Hayır

## Ek-2. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu (SMBÖ-YF)

AÇIKLAMA: Aşağıda internette sosyal medya kullanımıyla ilgili çeşitli durumlar verilmiştir. Sizden, her ifadeyi dikkatlice okumanız ve kendiniz için en doğru olan ifadenin üzerine X işaretini koymanız istenmektedir.

- (1) Bana Hiç Uygun Değil      (2) Bana Uygun Değil      (3) Kararsızım  
(4) Bana Uygun      (5) Bana Çok Uygun

|     |                                                                                                              | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 1   | Sosyal medyayı gerçek dünyadan bir kaçış olarak görüyorum                                                    |   |   |   |   |   |
| 2.  | Sosyal medyada planladığımdan daha uzun süre kalırım                                                         |   |   |   |   |   |
| 3.  | Kendimi mutsuz hissettiğim zamanlarda sosyal medyada olmak beni rahatlatır                                   |   |   |   |   |   |
| 4.  | Sosyal medyada çok zaman geçirdiğimden işlerimi aksatıyorum                                                  |   |   |   |   |   |
| 5.  | Sosyal medyaya gerekmedikçe girmem                                                                           |   |   |   |   |   |
| 6.  | Sosyal medya yüzünden verimliliğimin azaldığını fark ediyorum                                                |   |   |   |   |   |
| 7.  | Sosyal medyada çok zaman geçirdiğim için çevremdekiler beni eleştirirler.                                    |   |   |   |   |   |
| 8.  | Sosyal medyayı kullanırken biri beni rahatsız ettiğinde sinirleniyorum                                       |   |   |   |   |   |
| 9.  | Sosyal medyada iken kendimi özgür hissediyorum                                                               |   |   |   |   |   |
| 10. | Sabah uyandığımda ilk işim sosyal medyaya girmek olur                                                        |   |   |   |   |   |
| 11. | Sosyal medya kullanmayı sevmiyorum                                                                           |   |   |   |   |   |
| 12. | Güncel olaylardan haberdar olmak için sosyal medyadan ayrılamıyorum                                          |   |   |   |   |   |
| 13. | Çevremde birileri varken bile, sosyal medyada olmayı tercih ederim                                           |   |   |   |   |   |
| 14. | Özel bazı duyuruları görebilmek ya da paylaşabilmek için sosyal medyada daha çok zaman geçiriyorum           |   |   |   |   |   |
| 15. | Sosyal medyadan dolayı aile üyelerini ihmal ettiğim olur                                                     |   |   |   |   |   |
| 16. | İnsani amaçlı sosyal projelerde yer almak için sosyal medyayı kullanmaktan kendimi alamıyorum                |   |   |   |   |   |
| 17. | Sosyal medyada bağlantı kurduğum insanlara kendimi daha iyi anlatıyorum                                      |   |   |   |   |   |
| 18. | Sosyal medyadaki arkadaşlıkları gerçek yaşamdaki arkadaşlıklara tercih ederim                                |   |   |   |   |   |
| 19. | Sosyal medya gruplarıyla iletişim halinde olabilmem için sosyal medyayı daha uzun süre kullanırım            |   |   |   |   |   |
| 20. | Çeşitli sosyal duyarlılıklar konusunda çabuk haberdar olma isteği beni daha çok sosyal medyada olmaya itiyor |   |   |   |   |   |

### Ek-3. Doğum Korkusu Ölçeği (DKÖ)

| Açıklama: Korku olumsuz olaylarla ilgili düşünce biçimidir. Aşağıda çocuk doğurma korkularınız ile ilgili ifadeler bulunmaktadır. Lütfen aşağıdaki her bir ifadenin, sizin korku yaşadığınız durumları genel olarak ne kadar doğru anlattığını, bu ifadeleri okuduktan sonra her sorunun karşısında bulunan; Kesinlikle Katılmıyorum (1) Katılmıyorum (2) Kararsızım (3) Katılıyorum (4) ve Kesinlikle katılıyorum (5) anlamına gelen rakamları yuvarlak işaretleyiniz. |                                                                                                 | (1) Kesinlikle Katılmıyorum | (2) Katılmıyorum | (3) Kararsızım | (4) Katılıyorum | (5) Kesinlikle katılıyorum |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------|----------------|-----------------|----------------------------|
| 1.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Doğum ağrısıyla baş edemeyeceğimi düşünüyorum.                                                  |                             |                  |                |                 |                            |
| 2.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Doğum stresinin benim baş edebileceğimden çok daha fazla olacağını düşünüyorum                  |                             |                  |                |                 |                            |
| 3.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Doğumda oluşabilecek sorunlar hakkında endişelerim var                                          |                             |                  |                |                 |                            |
| 4.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Eşim/partnerimle doğacak bebeğimiz hakkında konuşabilirim                                       |                             |                  |                |                 |                            |
| 5.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Eşimin/partnerimin gebeliğim süresince beni eleştireceğine inanıyorum                           |                             |                  |                |                 |                            |
| 6.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Eşimin/partnerimin, bebek doğduktan sonra ev işlerinde yardım etmeyeceğinden korkuyorum         |                             |                  |                |                 |                            |
| 7.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Gebe olmaktan mutlu olacağımı düşünüyorum                                                       |                             |                  |                |                 |                            |
| 8.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Gebeliğim nedeniyle meydana gelecek değişikliklere alışmakta zorlanacağıma inanıyorum           |                             |                  |                |                 |                            |
| 9.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Gebeliğim süresince ortaya çıkabilecek rahatsızlıkların üstesinden gelebilirim                  |                             |                  |                |                 |                            |
| 10.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Gebeliğin benim için bir hayal kırıklığı olacağına inanıyorum                                   |                             |                  |                |                 |                            |
| 11.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Gebeliğin benim için doyum verici olacağına inanıyorum                                          |                             |                  |                |                 |                            |
| 12.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Gebelik süresince cinsel gereksinimler konusunda eşimle/partnerimle konuşamayacağıma inanıyorum |                             |                  |                |                 |                            |
| 13.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | İçimde bir çocuk büyütmenin bir ödül olduğunu düşünüyorum                                       |                             |                  |                |                 |                            |
| 14.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Kötü bir anne olarak algılanmaktan korkuyorum                                                   |                             |                  |                |                 |                            |
| 15.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Sık sık bebekte olabilecek sorunları düşünüyorum                                                |                             |                  |                |                 |                            |
| 16.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Yakınlarımin (anne, hala, teyze, komşu) doğacak bebeğimle ilgileneneğini düşünüyorum            |                             |                  |                |                 |                            |
| 17.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Bebeğe yeterli özeni gösterememekten korkuyorum                                                 |                             |                  |                |                 |                            |
| 18.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | İyi bir anne olacağıma inanıyorum                                                               |                             |                  |                |                 |                            |
| 19.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Anne-babaları, çocukları ile birlikteyken izlemek hoşuma gidiyor                                |                             |                  |                |                 |                            |
| 20.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Doğum sonrası işime dönemeyeceğimden korkuyorum                                                 |                             |                  |                |                 |                            |

**Ek-4. Gebelik Stresini Değerlendirme Ölçeği (GSDÖ)**

| Yönerge:<br>Aşağıda listelenen durumlar gebeliğe bağlı stres etkenlerini tanımlamaktadır. Sizden ŞU ANDAKI endişelerinizin, sıkıntılarınızın ve/veya kaygılarınızın derecesini "kesinlikle hayır", "hafif", "orta", "ciddi" veya "çok ciddi" şeklinde uygun sütuna belirtmek için değerlendirilmeniz istenmektedir. | Kesinlikle Hayır | Hafif | Orta | Ciddi | Çok ciddi |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------|------|-------|-----------|
| 1. Anormal veya zor doğum                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                  |       |      |       |           |
| 2. Benim için güvenli doğum eylemi süreci ve doğum                                                                                                                                                                                                                                                                  |                  |       |      |       |           |
| 3. Bebeğim için güvenli doğum                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                  |       |      |       |           |
| 4. Doktorun doğuma yetişememesi ihtimali                                                                                                                                                                                                                                                                            |                  |       |      |       |           |
| 5. Erken doğum                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                  |       |      |       |           |
| 6. Doğum eylemi süreci ve doğum esnasında doktorun tutumu                                                                                                                                                                                                                                                           |                  |       |      |       |           |
| 7. Doğum eylemi süreci ve doğum esnasında ebe ya da hemşirenin tutumu                                                                                                                                                                                                                                               |                  |       |      |       |           |
| 8. Doğum eylemi süreci ve doğum anında eşin olmaması                                                                                                                                                                                                                                                                |                  |       |      |       |           |
| 9. Dayanılmaz doğum ağrısı                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                  |       |      |       |           |
| 10. Bebeğimi emzirme ya da biberonla besleme                                                                                                                                                                                                                                                                        |                  |       |      |       |           |
| 11. Başarılı bir şekilde emzirebilme                                                                                                                                                                                                                                                                                |                  |       |      |       |           |
| 12. Bebeğimi başarılı bir şekilde büyütebilme                                                                                                                                                                                                                                                                       |                  |       |      |       |           |
| 13. Bebeğime isim verme                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                  |       |      |       |           |
| 14. Gebelikte cinsel ilişki                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                  |       |      |       |           |
| 15. Doğum sonrası boş zamanın kalmaması                                                                                                                                                                                                                                                                             |                  |       |      |       |           |
| 16. Diğer önemli kişilerce çocuğun kabul edilmesi (Anneanne, babaanne, dede vd.)                                                                                                                                                                                                                                    |                  |       |      |       |           |
| 17. Bebeğin ihtiyaçları nedeniyle ekonomik yükün artması                                                                                                                                                                                                                                                            |                  |       |      |       |           |
| 18. Eş ya da aile üyelerinden destek                                                                                                                                                                                                                                                                                |                  |       |      |       |           |
| 19. Bebeğin görünümü                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                  |       |      |       |           |
| 20. Bebeğin doğum kilosu                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                  |       |      |       |           |
| 21. Bebeğin cinsiyeti                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                  |       |      |       |           |
| 22. Bebeğin sağlığı                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                  |       |      |       |           |
| 23. Bebeğin hareketi hakkında endişe                                                                                                                                                                                                                                                                                |                  |       |      |       |           |
| 24. Geleneksel gebelik adetlerine bağlı kalma                                                                                                                                                                                                                                                                       |                  |       |      |       |           |
| 25. Bebeği etkileyen anne davranışları                                                                                                                                                                                                                                                                              |                  |       |      |       |           |
| 26. Bebek için yenidoğan giysileri ve malzemelerini hazırlama                                                                                                                                                                                                                                                       |                  |       |      |       |           |
| 27. Nitelikli bir bebek bakıcısı bulma                                                                                                                                                                                                                                                                              |                  |       |      |       |           |

|                                                                                |  |  |  |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 28. Bebeğin bakımına kimin yardım edeceğine karar verme                        |  |  |  |  |  |
| 29. Doğum sonrası ilk ayda kalmak için yer seçimi                              |  |  |  |  |  |
| 30. Doğum sürecinde ev işleriyle ilgilenecek birinin ayarlama                  |  |  |  |  |  |
| 31. Gebelik sürecinde beden şeklindeki değişim                                 |  |  |  |  |  |
| 32. Gebelik süresince kilo kontrolü                                            |  |  |  |  |  |
| 33. Değişen vücut şeklinden kaynaklanan hareket zorlukları                     |  |  |  |  |  |
| 34. Doğum sonrası dönemde, gebelik öncesi vücut şekli ve ağırlığına geri dönme |  |  |  |  |  |
| 35. Cilt üzerinde koyu kahverengi alanlar                                      |  |  |  |  |  |
| 36. Uyku kalitesi                                                              |  |  |  |  |  |

