

## Doğum Tutum Ölçeği

Aşağıdaki maddeler, gebe kadınların geçmişte yaşadıkları bazı yaygın korkuları ifade etmektedir. Bunların tümünün bir bireyde olması beklenmez. Bazı kadınlarda bunların hiçbiri olmayabilir. Lütfen, başka birine danışmadan, dürüstçe yanıt verin.

Eğer korkunun yoğunluğunu nasıl dereceleyeceğinizden emin değilseniz, dert etmeyin, sadece hızlı bir şekilde karar verin ve hangisi size doğru gibi görünüyorsa onu işaretleyin.

Her bir maddeyi aşağıdaki ölçeğe göre dereceleyin:

1= Hiç kaygı yok; korkunun hiç olmaması

2= Düşük kaygı; korku denecek kadar yeterli değil

3= Orta kaygı; size sıkıntı veren, ama iyi olma hissinizi etkileyecek kadar olan

4= Yüksek kaygı; size çok endişe veren ve iyi olma hissinizi etkileyen

	Hiç kaygı	Düşük	Orta
<b>Yüksek</b>			
<b>kaygı</b>	<b>yok</b>	<b>kaygı</b>	<b>kaygı</b>

1. Doğumda kontrolümü kaybedeceğimden korkuyorum

1 2 3 4

2. Doğum yapmaktan gerçekten korkuyorum

1 2 3 4

3. Doğum ile ilgili kâbuslar görüyorum.

1 2 3 4

4. Doğumda çok fazla kanamam olmasından korkuyorum.

1 2 3 4

5. Doğum yaparken yeterli çabayı gösteremeyeceğimden korkuyorum.

1 2 3 4

6. Bebekle ilgili bir şeylerin kötü gitmesinden korkuyorum. 1 2 3 4

7. Doğumda yapılacak iğnelerin ağrılı olmasından korkuyorum. 1 2 3 4

8. Doğum sancılarım olduğunda yalnız kalmaktan korkuyorum.

1 2 3 4

9. Sezaryen olmak zorunda kalmaktan korkuyorum.

1 2 3 4

10. Bebeğin doğumu sırasında yırtığım olmasından korkuyorum. 1 2 3 4

11. Doğum sırasında bebeğin yaralanmasından korkuyorum.

1 2 3 4

12. Doğum sancılarının dayanılmaz olmasından korkuyorum.

1 2 3 4

13. Yaklaşan doğumu düşündüğüm zaman kendimi rahatlatmakta zorlanıyorum. 1 2 3 4

14. Hastane ortamından korkuyorum.

1 2 3 4

15. Doğum sırasında istediğim bakımı alamamaktan korkuyorum.

1 2 3 4

16. Genel olarak, doğumla ilgili kaygımı 1(Kaygı yok), 2 (Düşük kaygı),

1 2 3 4

3 (Orta derecede kaygı), 4(yüksek kaygı) olarak değerlendirmek isterim.

