**EMZİRMEYİ SONLANDIRMAYA HAZIR OLUŞLUK ÖLÇEĞİ**

Emzirmeyi Sonlandırmaya Hazır Oluşluk Ölçeği 5'li likert tipinde (1 = Kesinlikle Katılmıyorum, 2 = Katılmıyorum, 3 = Biraz Katılıyorum, 4 = Katılıyorum, 5 = Tamamen Katılıyorum) bir ölçektir. 18 ay ve üzeri bebeği olan tüm annelere uygulanabilir. Ölçekte 2, 5, 13, 15, ve 16. maddelerin ters kodlanması gerekmektedir. Ölçekten elde edilebilecek toplam puan 19-95 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puanlar yükseldikçe Emzirmeyi Sonlandırmaya Hazır Oluşluk düzeyinin arttığı şeklinde yorumlanmaktadır.

|  |  |
| --- | --- |
| **Boyutlar ve Ölçek Maddeleri** | |
| **F1: Sütten kesme niyeti** | |
| Item1 | Bebeğim emzirmeyi kesmek için doğru yaştadır. |
| Item 19 | Bebeğimle doyumlu bir emzirme süreci yaşadığımızı düşündüğüm için rahatlıkla emzirmeyi sonlandırabilirim. |
| Item 10 | Emzirmenin bebeğim için artık gerekli olmadığını düşünüyorum. |
| Item 18 | Bebeğimi yeterli süre emzirdiğimi düşünüyorum |
| Item 6 | Bebeğim emzirmeyi sonlandırdığımızı anlayıp, kabullenebilir. |
| Item 17 | Bebeğim çok ağlasa da emzirmeyi kesme konusunda kararlı davranabilirim |
| **F2: Bebeğin hazır olma durumu** | |
| Item 2 | Bebeğim emmek için geceleri çok sık uyanıyor. |
| Item 14 | Bebeğim gece emmek için çok sık uyanıyor, bu yüzden kendimi çok yorgun hissediyorum. |
| Item 4 | Bebeğim yemek yemek yerine emmeyi tercih ediyor. |
| Item 5 | Bebeğim emerek uyuyor, emzirmeyi kesersem uykuya dalamayacağı konusunda endişeliyim |
| Item 3 | Bebeğim karnı acıktığı için değil zevk aldığı için emiyor. |
| **F3: Sütten kesme tekniğine yönelik ifadeler** | |
| Item 12 | Emzirmeyi keserken memeye bir şey sürmek, yapıştırmak vs. gibi yapılan uygulamaların bebeğimde psikolojik travma yaratabileceğini düşünüyorum. |
| Item 11 | Bebeğimi kendimden uzaklaştırarak (birkaç gün ayrı kalarak) emzirmeyi kesmek doğru bir yöntem değil çünkü bebeğim kendini terk edilmiş hissedebilir. |
| Item 9 | Emzirmeyi aniden sonlandırmamın bebeğimde travma yaratacağını düşünüyorum. |
| Item 8 | Bebeğin diş çıkardığı, hastalık geçirdiği vb. sorunların görüldüğü dönem, emzirmeden kesmek için doğru bir zaman değildir. |
| Item 7 | Bebeğimle emzirme dışında (oyun oynama, resim yapma, etkinliklere katılma vb.) yeterince vakit geçirebiliyorum. |
| **F4: Annenin hazır olma durumu** | |
| Item 13 | Emzirme bebeğim ile aramızdaki en büyük bağ olduğu için emzirmeyi kesme fikri kendimi suçlu hissettiriyor. |
| Item 16 | Emzirmeyi kesersem bebeğimin benden uzaklaşacağını düşünüyorum. |
| Item 15 | Emzirmek bebeğim ile aramdaki çok güçlü bir bağ bu nedenle emzirmeyi kesmek istemiyorum |