



Doğum Korkusu Yönetiminde Psikoeğitimin Yeri

Place of Psychoeducation in the Management of Childbirth Fear

Mehtap AKGÜN[®], İlkay BOZ[®]

Akdeniz Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Antalya, Türkiye

ÖZ

Doğum korkusu, doğumdan önce, sırasında ve sonrasında kadını ve tüm süreçleri olumsuz etkilemektedir. Bu derlemenin amacı, doğum korkusu üzerine psikoeğitimin etkisini inceleyen çalışmaları bir araya getirerek sağlık bakım profesyonellerinde farkındalık oluşturmaktır. Konuya ilişkin literatür taraması CINAHL, PubMed, Science Direct, Ovid, Medline, Science Citation Index (Web of Science), and Cochrane Central Register of Controlled Trials, ULAKBIM ve YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanları üzerinden gerçekleştirilmiştir. Doğum korkusunun yönetiminde psikoeğitim üzerine 2006-2018 yılları arasında, Avustralya, Finlandiya, İsveç ve İran'da 12 deneysel çalışmanın yapıldığı belirlenmiştir. Psikoeğitimin doğum korkusu üzerine etkisini inceleyen dokuz çalışmanın yedisinde, doğum korkusunu azaltmada psikoeğitimin istatistiksel olarak anlamlı biçimde etkili olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte, doğum şekli üzerine psikoeğitimin etkisini inceleyen yedi çalışmanın altısında, psikoeğitimin sezaryen oranını istatistiksel olarak anlamlı biçimde azalttığı belirlenmiştir. Sonuç olarak, psikoeğitim, kadınların doğum korkusu ve sezaryen oranını azaltırken vajinal doğum şekli tercihini artırmaktadır. Bununla birlikte, psikoeğitim, kadınların postpartum depresyon düzeyini azaltmakta ve maternal uyumu desteklemektedir. Doğum korkusu üzerine psikoeğitimin hemşirelik bakım uygulamalarına entegre edilmesi sonucunda bakım kalitesine katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Doğum, doğum hemşireliği, eğitsel psikoloji, korku

ABSTRACT

Childbirth fear negatively affects women and all processes before, during and after birth. The aim of this review is to raise awareness in health care professionals by bringing together studies that examine the effects of psychoeducation on childbirth fear. Literature search for this subject was realized by reviewing CINAHL, PubMed, Science Direct, Ovid, Medline, Science Citation Index (Web of Science), and Cochrane Central Register of Controlled Trials, ULAKBIM and YÖK National Thesis Center databases. Twelve experimental studies related to the effect of psychoeducation in the management of childbirth fear were conducted between 2006, and 2018 in Australia, Finland, Sweden and Iran. Psychoeducation was found to be statistically effective in reducing the childbirth fear in seven of nine studies examining the effect of psychoeducation on the childbirth fear. However, it was found that psychoeducation significantly reduced the cesarean rate in six of the seven studies examining the effect of psychoeducation on the type of birth. Finally psychoeducation increases the preference for vaginal birth while decreasing the rates of childbirth fear and cesarean section. Psychoeducation, however, reduces the level of postpartum depression in women and supports maternal adaptation. It has been thought that integrating psychoeducation on childbirth fear into nursing care practices, will contribute to the quality of health care.

Keywords: Birth, maternity nursing, educational psychology, fear

Yazışma adresi: Doç. Dr. İlkay Boz,
Akdeniz Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Kampüsü,
07058 Antalya - Türkiye
e-posta: ilkayarslan@akdeniz.edu.tr

ORCID

M.A. 0000-0002-2723-7708
İ.B. 0000-0002-3529-9351



© Telif hakkı G.O.P Taksim Eğitim ve Araştırma Hastanesi. Logos Tıp Yayıncılık tarafından yayınlanmaktadır.
Bu dergide yayımlanan bütün makaleler Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır.
© Copyright Association of Publication of the G.O.P. Taksim Training and Research Hospital.
This journal published by Logos Medical Publishing.
Licensed by Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0)

Atıf vermek için: Akgün M, Boz I. Doğum korkusu yönetiminde psikoeğitimin yeri. Jaren. 2019;5(2):163-8.

Alındığı tarih: 18.09.2018
Kabul tarihi: 29.03.2019

GİRİŞ

Doğum korkusu; doğumdan önce, doğum sırasında ve doğum sonrasında yaşanan korku olarak tanımlanmaktadır⁽¹⁾. Doğum korkusunun kaynakları; bebeğin/annenin zarar görmesi veya ölümü, personele güvenmeme, doğum anında kontrol kaybı olarak sıralanabilir⁽²⁻⁴⁾. Bununla birlikte parite, önceki doğum şekli, depresyon, karar çatışması, düşük sosyal destek ve bilgi düzeyinin doğum korkusu ile ilişkili olduğu bulunmuştur⁽⁵⁻⁷⁾. Doğum korkusunun yönetiminde amaç, kadının doğumu ile ilişkili belirsizlikleri kabul etmesine, anksiyete ile başa çıkmasına, doğum eylemine yönelik olumlu duygulara sahip olmasına, bu süreçte özdenetimini sağlaması ve sürdürmesine yardım etmektir⁽⁸⁾. Doğum korkusunun yönetiminde yönelim daha çok doğum ağrısına yöneliktir. Ancak, yapılan çalışmalarla doğum korkusunun yalnızca doğum ağrısı ile ilişkili olmadığı fark edilmiş, bu korkuyu tetikleyen diğer unsurların da ele alınması gerektiği vurgulanmıştır⁽⁹⁾. Doğum korkusunu yönetmeye yönelik çalışmaların kapsamında doğuma hazırlık sınıfları, nefes alma teknikleri, hidroterapi, hipnoz, doula, bütüncül ebelik bakımı ve desteği, bilişsel ve davranışsal terapiler ve psikoeğitim gibi birçok yaklaşımın kullanıldığı bilinmektedir⁽¹⁰⁻¹³⁾. Bu derlemenin amacı, doğum korkusu üzerine psikoeğitimin etkisini incelemektir.

Doğum Korkusunun Yönetiminde Psikoeğitim

Doğum korkusunu azaltmaya yönelik yaklaşımlardan birisi psikoeğitimidir. Korkunun azaltılmasında psikoeğitimin farklı çeşitlerinden yararlanılabilir ve basit ya da spesifik bir eğitimle kombine edilebilir. Psikoeğitim, istendik davranış değişikliği oluşturmada sistematik ve psikososyal tekniklerle eğitim yöntemi ve tekniklerinin kullanıldığı, bireyin sorunu farklı şekilde görmesi (bireysel yansıtma) ve soruna ilişkin algı ve davranışını değiştirmesi amaçlanan bir program olarak tanımlanmaktadır⁽¹⁴⁾. Psikoeğitim programları, durumun yalnızca didaktik bir anlatımını değil, aynı zamanda bilişsel ve davranışsal stratejileri kapsamaktadır^(14,15). Psikoeğitim programları, yalnızca bilgi verici değil, bireylerin duygu ve düşüncelerini dile getirebilecekleri güvenli bir ortam sağla-

ma, kendilerini tanımaları için stratejiler geliştirme ve mevcut durumla baş edebileceklerine dair umut aşılama gibi olanakları içermektedir. Psikoeğitim programlarında, bireylerde bilgi, beceri ve davranış geliştirilmede didaktik anlatımın beraberinde, soru-yanıt, grup çalışması, canlandırma, tartışma gibi interaktif yöntemler tercih edilmektedir^(16,17). Bilişsel yaklaşıma temellendirilmiş psikoeğitim programları, öncelikle bireylerin problem odağını (mevcut durumu) anlaması ve kabullenmesini hedeflemektedir. Bununla birlikte, psikoeğitim bireylerde, mevcut durumun fiziksel, ruhsal, sosyal ve çevresel olmak üzere sağlığın tüm boyutları üzerine etkisine yönelik farkındalık geliştirmektedir. Psikoeğitim, mevcut duruma yönelik bireylerin olumsuz algısını değiştirerek, baş etme stratejilerini öğrenmesi ve kullanmasını desteklemektedir. Bireylerde sorun çözme becerilerinin geliştirilmesinde, psikoeğitim programları bireyselliği göz önünde bulundurmada ve bireylerin sürece aktif katılımını desteklemektedir. Psikoeğitim programları, bilişsel stratejilerin beraberinde davranışsal stratejileri de içermektedir. Davranışsal stratejiler, eğitim-öğretim tekniklerinin sistematik bir şekilde kullanılarak, bireylerde istendik davranışların geliştirilmesini hedeflemektedir. Mevcut duruma yönelik, bireylerin gerçekçi hedefler belirlemesini ve hedeflere yönelik davranış değişikliğini oluşturmada eylem planlamasını içermektedir⁽¹⁴⁻¹⁷⁾.

Literatür incelemesinde, 2006-2018 yılları arasında doğum korkusunun yönetiminde psikoeğitimin etkisini inceleyen toplam 12 deneysel çalışmanın yapıldığı belirlenmiştir. Bu çalışmaların 10'unda istatistiksel olarak anlamlı şekilde psikoeğitimin doğum korkusunu azalttığı saptanmıştır (Tablo 1). Doğum korkusunun yönetiminde psikoeğitimin etkisini inceleyen altı çalışma hemşireler tarafından yürütülmüştür⁽¹⁸⁻²³⁾. Üç çalışmada, Rouhe ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş yedi adımlı bir psikoeğitim programının kullanıldığı belirlenmiştir⁽¹⁸⁾. Rouhe ve ark.⁽¹⁸⁾ tarafından doğum korkusu yüksek olan 371 kadın ile yürütülen randomize kontrollü çalışmada (RKÇ), psikoeğitim alan kadınların rutin hemşirelik bakımı alan kadınlara göre daha yüksek oranda vajinal doğumu tercih ettikleri ve daha olumlu doğum deneyimi yaşadıkları saptanmıştır. Diğer RKÇ'da, hemşireler

Tablo 1. Doğum Korkusu Yönetiminde Kullanılan Psikoeğitim Programlarının Özellikleri.

Yazar, Yıl/Ülke	Yöntem	Örneklem	Girişim	Ölçüm Aracı
1. Saisto ve ark. (2006) ⁽²⁴⁾ Finlandiya	Deneysel	Girişim: Gevşeme egzersizleri ile birlikte yüz yüze grup psikoeğitimi (n=102), Kontrol: Rutin bakım (n=85)	Ebe ve psikologlar tarafından yürütülen 31. gestasyonel haftadan başlayarak iki saatlik, beş oturum	Doğum şekli
2. Hutton ve Hall (2013) ⁽²⁰⁾ Finlandiya	RKÇ*	Girişim: Yüz yüze grup psikoeğitimi (n=131) Kontrol: Rutin bakım (n=240)	Hemşireler tarafından yürütülen altı oturum	Doğum şekli
3. Rouhe ve ark. (2013) ⁽¹⁸⁾ Finlandiya	RKÇ*	Girişim: Yüz yüze grup psikoeğitimi (n=131), Kontrol: Rutin bakım (n=240)	Hemşire ve psikologlar tarafından yürütülen 28. gestasyonel haftadan başlayarak, iki saatlik altı oturum	W-DEQ** Doğum şekli
4. Taheri ve ark. (2013) ⁽²³⁾ İran	Deneysel	Girişim: Gevşeme egzersizleriyle birlikte yüz yüze grup psikoeğitimi (n=65), Kontrol: Rutin bakım (n=65)	Hemşireler tarafından yürütülen 24. gestasyonel haftadan başlayarak, 60-90 dk.'lık üç oturum	W-DEQ** Doğum şekli
5. Tohill ve ark. (2014) ⁽²⁹⁾ Avustralya	RKÇ*	Girişim: Telefon yoluyla bireysel psikoeğitim (n=170), Kontrol: Rutin bakım (n=169)	Ebeler tarafından yürütülen 24. gestasyonel haftadan başlayarak, 90 dk.'lık dört oturum	W-DEQ**
6. Rouhe ve ark. (2015) ⁽¹⁹⁾ Finlandiya	RKÇ*	Girişim: Gevşeme egzersizleri ile birlikte yüz yüze grup psikoeğitimi (n=131), Kontrol: Rutin bakım (n=240)	Hemşire ve psikologlar tarafından yürütülen 28. gestasyonel haftadan başlayarak, iki saatlik altı oturum	W-DEQ**
7. Rouhe ve ark. (2015) ⁽²²⁾ Finlandiya	RKÇ*	Girişim: Yüz yüze grup psikoeğitimi (n=131), Kontrol: Rutin bakım (n=240)	Hemşire ve psikologlar tarafından yürütülen 28. gestasyonel haftadan başlayarak, iki saatlik altı oturum	Doğum şekli
8. Klabbers ve ark. (2017) ⁽²⁶⁾ Hollanda	RKÇ*	Girişim 1: İnternet yoluyla psikoeğitim (n=39), Girişim 2: Haptoterapi (n=51), Kontrol: Rutin bakım (n=44)	Ebe tarafından yürütülen 20. gestasyonel haftadan başlayarak, 120 dk.'lık sekiz oturum	W-DEQ**
9. Kordi ve ark. (2017) ⁽²⁵⁾ İran	RKÇ*	Girişim: İnternet yoluyla psikoeğitim (n=60), Kontrol: Rutin bakım (n=62)	Ebe ve psikologlar tarafından yürütülen 20. gestasyonel haftadan başlayarak, her biri 90 dk.'lık üç oturum	W-DEQ**
10. Larsson ve ark. (2017) ⁽²¹⁾ İsveç	RKÇ*	Girişim: İnternet yoluyla psikoeğitim (n=127), Kontrol: Rutin bakım (n=131)	Hemşire ve psikologlar tarafından yürütülen 20. gestasyonel haftadan başlayarak, sekiz oturum	FOB*** Doğum şekli
11. Tohill ve ark. (2017) ⁽³⁰⁾ Avustralya	RKÇ*	Girişim: Yüz yüze bireysel psikoeğitim (n=170), Kontrol: Rutin bakım (n=169)	Ebeler tarafından yürütülen 24. gestasyonel haftadan başlayarak, 90 dk.'lık dört oturum	W-DEQ**
12. Fenwick ve ark. (2018) ⁽²⁸⁾ Avustralya	RKÇ*	Girişim: Yüz yüze bireysel psikoeğitim (n=98), Kontrol: Rutin bakım (n=98)	Ebeler tarafından yürütülen 24. gestasyonel haftadan başlayarak 90 dk.'lık dört oturum	Doğum şekli FOB***

*RKÇ: Randomize kontrollü çalışma, **Wijma Doğum Beklentisi/Deneyimi Ölçeği, *** Doğum Korkusu Ölçeği

tarafından uygulanan, gevşeme egzersizleri eklenmiş psikoeğitim programının kadınların doğum korkusu ile postpartum depresyon düzeyini azalttığı ve maternal uyum düzeyini arttırdığı bulunmuştur⁽¹⁹⁾.

Hutton ve Hall'ün⁽²⁰⁾ yaptığı RKÇ'da, hemşireler tarafından psikoeğitim verilen kadınların sezaryen doğum oranının istatistiksel olarak anlamlı şekilde azaldığı saptanmıştır. Bu çalışmada, altı oturumdan

oluşan bir psikoeğitim programı uygulanmış ancak programın içeriği ve temellendirildiği kurama ilişkin herhangi bir bilgi verilmemiştir. Larsson ve ark.⁽²¹⁾, hemşire ve psikologlar tarafından internet yoluyla uygulanan, psikososyal bakım yaklaşımına temelli, sekiz eğitim modülünden oluşan psikoeğitim programının kadınların doğum korkusunu azaltmada etkisiz olduğunu bulurken sezaryen tercihinin azaldığını saptamıştır. İran ve Finlandiya'da, hemşireler tarafın-

dan yüz yüze görüşme yöntemiyle psikoeğitim verilen kadınların istatistiksel olarak anlamlı biçimde vajinal doğum oranının arttığı, sezaryen oranının azaldığı belirlenmiştir ^(23,24).

Bu alanda yapılan diğer altı çalışma, ebeler tarafından yürütülmüştür ^(24-26,28-30). Saisto ve ark. ⁽²⁴⁾ yaptığı deneysel çalışmada psikoeğitim alan kadınların sezaryen tercih oranının azaldığı saptanmıştır. Çalışmaya katılan gebeler doğum korkusunda “duygu paylaşımının” ve “bilgi verilmesinin” daha yararlı olduğunu belirtmişlerdir. İran’da ebeler tarafından yürütülen psikoeğitimin, kadınların doğum korkusu düzeyini istatistiksel olarak anlamlı düzeyde azalttığı saptanmıştır ⁽²⁵⁾. Bunun yanında, Kladders ve ark.’nın ⁽²⁶⁾ Hollanda’da yürüttüğü RKÇ’da, psikoeğitim programının kadınların doğum korkusu üzerine istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olmadığı belirlenmiştir. Diğer üç çalışmada ise PRIME (Annelerin Duygularındaki İyileşmenin Arttırılması) modeline temelli dokuz adımlı psikoeğitim programının kullanıldığı görülmüştür ^(27,28).

Avusturalya’da doğum korkusu yüksek olan kadınlara telefon görüşmeleri yoluyla PRIME stratejilerine uyumlu verilen psikoeğitim programının kadınların doğum korkusunun azalttığı saptanmıştır ⁽²⁹⁾. Toohill ve ark. ⁽³⁰⁾, ebeler tarafından yürütülen psikoeğitim programının kadınların doğum korkusunu azaltmada istatistiksel olarak anlamlı biçimde maliyet etkili olduğunu belirlemiştir.

Ülkemizde doğum korkusunu azaltmaya yönelik eğitim temelli uygulamaların etkilerini inceleyen iki çalışmaya ulaşılmıştır. Bu çalışmalardan ilkinde, doğum korkusu yüksek primipar gebelere verilen doğum öncesi eğitimin, son trimestırda korkunun azaltılmasına yardımcı olduğu bulunmuştur ⁽³¹⁾. Bir RKÇ’da ise nullipar gebelere verilen eğitim ve danışmanlığın doğum korkusunu azaltmada etkili olduğu belirlenmiştir ⁽³²⁾. Ancak yapılan iki çalışmada da doğum korkusuna yönelik verilen eğitimlerin psikoeğitim olup olmadığı açıkça belirtilmemiştir.

SONUÇ

Yapılan çalışmalarda, doğum korkusu yüksek olan kadınlara verilecek olan psikoeğitimin doğum korkusu, sezaryen oranını ve postpartum depresyon düzeyini azalttığı bulunurken, vajinal doğum oranını ve maternal uyumu desteklediği saptanmıştır. Doğum korkusu üzerine psikoeğitimin rutin sağlık bakım uygulamalarına entegre edilmesi sonucunda bakım kalitesine katkıda bulunacağı düşünülmektedir. Geliştirilecek uygulama modellerinin kurama temelli olarak tasarlanması teori-uygulama arasında boşluğun kapatılması açısından önerilebilir. Ülkemizde doğum korkusu üzerine psikoeğitimin etkisini inceleyen araştırmaların yapılması önerilmektedir. Ayrıca doğum korkusu üzerine psikoeğitim ile diğer yöntemler arasında fark olup olmadığını inceleyen deneysel çalışmalar yapılabilir. Sonuç olarak, doğum korkusu üzerine psikoeğitimin sezaryen oranına ve maliyet üzerine etkilerinin araştırılması yeni bir araştırma düşüncesi olarak önerilebilir.

Çıkar Çatışması: Araştırmada çıkar çatışması yoktur.

Finansal Destek: Araştırmada finansal destek alınmamıştır.

Conflict of Interest: There is no conflict of interest in research.

Funding: No financial support was received.

KAYNAKLAR

1. Wijma K, Wijma B, Zar M. Psychometric aspects of the W-DEQ: a new questionnaire for the measurement of fear of childbirth. *Journal of Psychosomatic Obstetric Gynecology*. 1998;19(2):84-97. [\[CrossRef\]](#)
2. Serçekuş P. Nullipar kadınlarda normal spontan doğuma ilişkin korkular ve nedenlerinin incelenmesi. Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi. 2005.
3. Fisher C, Hauck Y, Fenwick J. How social context impacts on women’s fears of childbirth: a Western Australian example. *Social Science & Medicine*. 2006;63(1):64-75. [\[CrossRef\]](#)
4. Şahin N, Dinç H, Dişsiz M. Gebelerin doğuma ilişkin korkuları ve etkileyen faktörler. *Zeynep Kamil Tıp Bülteni*. 2009;40(2):57-62.

5. Rouhe H, Salmela-Aro K, Halmesmaki E, Saisto T. Fear of childbirth according to parity: gestational age and obstetric history. *An International Journal of Obstetrics and Gynaecology*. 2009;116(1):67-73. [\[CrossRef\]](#)
6. Zar M, Wijma K, Wijma B. Pre- and postpartum fear of childbirth in nulliparous and parous women. *Scandinavian Journal of Behaviour Therapy*. 2001;30(2):75-84. [\[CrossRef\]](#)
7. Toohill J, Creedy DK, Gamble J, Fenwick J. A cross-sectional study to determine utility of childbirth fear screening in maternity practice-an Australian perspective. *Women and Birth*. 2015;28(4):310-6. [\[CrossRef\]](#)
8. Meyer S. Control in childbirth: a concept analysis and synthesis, *Journal of Advanced Nursing*. 2013;69(1):218-28. [\[CrossRef\]](#)
9. Shakeri M. Effect of physiologic labor on pain intensity during active phase of labor. *Researcher*. 2014;6(6):10-3.
10. Mete S, Çiçek Ö, Aluş-Tokat M, Çamlıbel M, Uludağ E. Doğuma hazırlık sınıflarının doğum korkusu, doğum tercihi ve doğuma hazır oluşuğa etkisi. *Türkiye Klinikleri Journal of Nursing Sciences*. 2017;9(3):201-6. [\[CrossRef\]](#)
11. Coşar F, Demirci N. Lamaze felsefesine dayalı Doğuma hazırlık eğitiminin Doğum algısı ve doğuma uyum sürecine etkisi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2012;3(1):18-30.
12. Waisblat V, Langholz B, Bernard FJ, Arnaould M, Benassi A, Ginsbourger F, et al. Impact of a hypnotically-based intervention on pain and fear in women undergoing labor. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*. 2017;65(1):64-85. [\[CrossRef\]](#)
13. Uçar T. Gebelere uygulanan bilişsel davranışçı tekniklere dayalı Doğum korkusuyla başetme eğitim programının doğum korkusu ve doğum sürecine etkisi. Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı Doktora Tezi. 2014.
14. Üstün B. Psikoeğitim. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatric Nursing-Special Topics*. 2016;2(3):100-6.
15. Matsuda M, Kono A. Development and Evaluation of a Psychoeducation Practitioner Training Program (PPTP). *Archives of Psychiatric Nursing*. 2015;29(4):217-22. [\[CrossRef\]](#)
16. Brown N. Psychoeducational groups: process and practice. 3rd Edition. New York: Taylor & Francis Group; 2011. p.189-241. [\[CrossRef\]](#)
17. Stuart GW. Principles and practice of psychiatric nursing. St Louis: Mosby; 2012. s. 44-155.
18. Rouhe H, Salmela-Aro K, Toivanen R, Tokola M, Halmesmaki E, Saisto T. Obstetric outcome after intervention for severe fear of childbirth in nulliparous women-randomised trial. *An International Journal of Obstetrics and Gynaecology*. 2013;120(1):75-84. [\[CrossRef\]](#)
19. Rouhe H, Salmela-Aro K, Toivanen K, Tokola M, Halmesmaki E, Ryding EL, et al. Group psychoeducation with relaxation for severe fear of childbirth improves maternal adjustment and childbirth experience-a randomised controlled trial. *Journal of Psychosomatic Obstetrics and Gynecology*. 2015; 36(1):1-9. [\[CrossRef\]](#)
20. Hutton EK, Hall W. Psychoeducation for pregnant women with fear of childbirth increases rates of spontaneous vaginal delivery, reduces caesarean rates and improves delivery experience. *Evidence Based Nursing*. 2013;17(4):105. [\[CrossRef\]](#)
21. Larsson B, Karlstrom A, Rubertsson C, Ternström E, Ekdahl J, Segeblad B, et al. Birth preference in women undergoing treatment for childbirth fear: a randomised controlled trial. *Women and Birth*. 2017;30(4):460-7. [\[CrossRef\]](#)
22. Rouhe H, Salmela-Aro K, Toivanen R, Tokola M, Halmesmaki E, Saisto T. Life satisfaction, general well-being and costs of treatment for severe fear of childbirth in nulliparous women by psychoeducative group or conventional care attendance. *Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica*. 2015;94(5):527-33. [\[CrossRef\]](#)
23. Taheri Z, Mazaheri MA, Khorsandi M, Hassanzadeh A, Amiri M. Effect of Educational Intervention on Self-efficacy for Choosing Delivery Method among Pregnant Women in 2013. *International journal of preventive medicine*. 2014;5(10):1247-54.
24. Saisto T, Toivanen R, Salmela-Aro K, Halmesmaki E. Therapeutic group psychoeducation and relaxation in treating fear of childbirth. *Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica*. 2006; 85(11):1315-9. [\[CrossRef\]](#)
25. Kordi M, Bakhshi M, Masoudi S, Esmaily H. Effect of a childbirth psychoeducation program on the level of fear of childbirth in primigravid women. *Evidence Based Care Journal*. 2017;7(3):26-34.
26. Klabbers GA, Wijma K, Paarlberg KM, Emons WH, Vingerhoets AJ. Haptotherapy as a new intervention for treating fear of childbirth: a randomized controlled trial. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*. 2017:1-10. [\[CrossRef\]](#)
27. Fenwick J, Toohill J, Gamble J, Creedy DK, Buist A, Turkstra E, et al. Study protocol for reducing childbirth fear: a midwife-led psycho-education intervention. *Pregnancy and Childbirth*. 2013;13:190-9. [\[CrossRef\]](#)



28. Fenwick J, Toohill J, Slavin V, Creedy DK, Gamble J. Improving psychoeducation for women fearful of childbirth: Evaluation of a research translation project. *Women and Birth*. 2018;31(1):1-9. [\[CrossRef\]](#)
29. Toohill J, Fenwick J, Gamble J, Creedy DK, Buist A, Turkstra E. et al. A randomized controlled trial of a psychoeducation intervention by midwives in reducing childbirth fear in pregnant women. *Birth*. 2014;41(4):384-94. [\[CrossRef\]](#)
30. Toohill J, Callander E, Gamble J, Creedy DK, Fenwick J. A cost effectiveness analysis of midwife psycho-education for fearful pregnant women - A health system perspective for the antenatal period. *BMC Pregnancy and Childbirth*. 2017;17:217. [\[CrossRef\]](#)
31. Subaşı B, Özcan H, Pekçetin S, Göker B, Tunç S, Budak B. Doğum eğitiminin doğum kaygısı ve korkusu üzerine etkisi. *Selçuk Tıp Dergisi*. 2013;29(4):165-7.
32. Bektaş-Pardes B. Nullipar gebelere verilen eğitim ve danışmanlığın doğum korkusuna ve doğuma yönelik tutuma etkisinin belirlenmesi. Sağlık Bilimleri Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kadın Hastalıkları ve Doğum Hemşireliği Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi. 2017.