

Oyunlaştırma Temelli Emzirme Danışmanlığı ve Hemşirelik

Fatma Nur Yavuz¹

Sena Kaplan²

Özet

Emzirme, yenidoğanın sağlıklı gelişimi için en önemli beslenme yöntemi olup, Dünya Sağlık Örgütü ve UNICEF (United Nations Help Fund for Children, Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu) tarafından ilk altı ay yalnızca anne sütüyle beslenme önerilmektedir. Emzirme oranlarını artırmak için etkili destek ve eğitim süreçlerine ihtiyaç vardır. Hemşireler, annelere emzirme teknikleri, süt üretiminin devamlılığı ve karşılaşılabilecek sorunların yönetimi konusunda rehberlik ederek emzirme sürecinin daha bilinçli ve sürdürülebilir olmasını sağlarlar. Emzirme danışmanlığı verilirken hemşireler bu süreçte kritik bir rol oynamakta olup emzirme eğitiminin etkinliği için yenilikçi yöntemlerin kullanımı önemlidir.

Geleneksel eğitim yöntemleri bazen yetersiz kalırken, oyunlaştırma temelli yaklaşımlar ve oyunlaştırma teknikleri ebeveynlerin öğrenme süreçlerine aktif katılımını teşvik edebilir. Oyunlaştırma, eğitimde etkileşim ve motivasyonu artırarak, öğrenmeyi eğlenceli ve sürdürülebilir hale getiren bir stratejidir. Teknolojinin eğitim süreçlerine entegrasyonu, Sanal Öğrenme Ortamları ve mobil uygulamalar gibi araçlarla desteklenmektedir. Oyunlaştırılmış emzirme eğitim materyalleri ve videolar, ebeveynlerin bilgiye erişimini kolaylaştırmaktadır.

Sonuç olarak, oyunlaştırma ve teknoloji destekli eğitim yöntemleri hem sağlık çalışanlarının hem de ebeveynlerin emzirme sürecine daha etkin katılımını sağlamaktadır. Hemşirelerin emzirme danışmanlığı alanındaki etkinliği artırılmalı ve bu süreçte yenilikçi yöntemlerin kullanımı teşvik edilmelidir. Hemşirelerin bu yenilikçi yaklaşımları benimsemesi, emzirme oranlarını artırmada ve anne-bebek sağlığını desteklemede önemli bir adımdır.

- 1 Ankara Medipol Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Ankara, Türkiye yvz.fnur@gmail.com; 235341404@aybu.edu.tr ORCID: 0000-0001-5153-2638
- 2 Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye ataykaplan@yahoo.com; senakaplan@aybu.edu.tr, ORCID: 0000-0002-1677-5463

1. EMZİRMENİN ÖNEMİ

Emzirme, yenidoğanın sağlıklı bir şekilde hayata başlaması, sağlığının korunması ve gelişimi için en önemli besin kaynağı olan anne sütünün bebeğe ulaştırılmasını sağlayan en etkili yöntemdir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) (2017) ve Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF) (2017), bebeklerin doğumdan sonraki ilk altı ay yalnızca anne sütüyle beslenmesini ve altıncı aydan sonra uygun ek gıdalarla birlikte emzirmenin iki yaş ve sonrasına kadar devam etmesini önermektedir. Türkiye’de emzirme uygulamaları incelendiğinde, Türkiye Nüfus Sağlık Araştırması (TNSA) (2018) verilerine göre, yenidoğanların %71,3’ü doğumdan sonraki ilk bir saat içinde emzirilmekte; ancak aynı dönemde, yenidoğanların %41,7’sine anne sütü dışında sıvı veya katı gıdalar verilmektedir. Emzirme sonuçlarının iyileştirilmesi için, emzirmenin başarılı bir şekilde başlanması, sürdürülmesi ve desteklenmesi büyük önem taşımaktadır. Bu süreçte, doğum öncesi dönemde verilen eğitimlerin etkili olması ve doğum sonrasında karşılaşılan sorunların erken tespit edilip çözülmesi açısından hemşirelerin rolü kritik bir seviyededir. Emzirme dönemi, anne ve bebek sağlığı açısından kritik bir süreç olup, bu dönemde annelere yönelik danışmanlık büyük önem taşımaktadır (Fijačko, N. et al., 2020). Bu süreçte hemşireler emzirme danışmanlığı sunumunda annelerin ve bebeklerin emzirme ile ilgili ihtiyaçlarını karşılar, sorunları belirleyip çözer. Gebelikten itibaren annelere emzirme ve anne sütü hakkında verilen eğitim, bebeklerin ilk altı ay sadece anne sütüyle beslenmesini destekler (Ceylan, 2024). Teknolojinin gelişmesiyle birlikte emzirme danışmanlığında yüz yüze desteklerin yanı sıra tele-sağlık hizmetleri, sanal gerçeklik ya da artırılmış gerçeklik üzerine temellendirilmiş uygulamalar, mobil uygulamalar, çevrim içi eğitimler ve oyunlaştırma temelli yaklaşımlar gibi yenilikçi yöntemler yaygınlaşmıştır. Oyunlaştırılmış mobil uygulamalar, sanal simülasyonlar ve interaktif eğitim materyalleri sayesinde anneler, emzirme tekniklerini eğlenceli ve etkili bir şekilde öğrenerek sürece daha bilinçli katılım sağlayabilmektedir. Özellikle ulaşımı kısıtlı veya sosyal desteği yetersiz anneler için bu teknolojik destekler, emzirme sürecinde önemli bir avantaj sunmaktadır (Fijačko, N. et al., 2020, Ceylan, 2024).

2. OYUNLAŞTIRMA TEMELLİ EMZİRME DANIŞMANLIĞI

Oyunlaştırma temelli danışmanlık, eğitim ve danışmanlık eğitimlerini, mobil uygulamalar, sanal simülasyonlar ve interaktif materyaller aracılığıyla oyunlaştırarak, öğrenmeyi daha eğlenceli ve etkili hale getiren bir yaklaşımdır. Oyunlaştırma tekniğinde ödül sistemleri, liderlik tabloları, geri dönütler ve ilerleme öğeleri gibi teşvik edici araçların kullanılması erişkinlerde motivasyonu artırmaktadır. Bu yaklaşım bireyin bilgi edinme

motivasyonunu artırırken, aynı zamanda psikomotor becerilerin gelişimine de katkı sağlamaktadır (Grassley, J. S, et al., 2017). Oyunlaştırma temelli danışmanlık yaklaşımı son yıllarda emzirme danışmanlığı süreçlerinde de kullanılmaktadır. Emzirme danışmanlığında oyunlaştırma tekniklerinin kullanılması, annelerin daha eğlenceli ve etkileşimli bir ortamda doğru bilgiyi sunarak, onların öğrenme sürecini destekler. Oyunlaştırma yöntemi emzirme eğitim ve danışmanlığı alanında kullanıldığında; anneyi eğitimin merkezine yerleştirerek “anne merkezli danışmanlık” anlayışını benimser. Emzirme eğitimine yönelik öğrenme teorilerini iyi bilen bir sağlık profesyoneli, uygulamalı eğitimler, rol yapma teknikleri ve dijital simülasyonlar gibi yöntemleri kullanarak anneye daha etkili bir danışmanlık sunabilir (Lespiau, F., 2019).

Teknolojik araçlar, doğru bilgiye ulaşmayı kolaylaştırırken, aynı zamanda öğrenmeyi teşvik eden bir deneyim sunarak, emzirme başarısını artırabilir. Dünya yeni teknolojik ilerlemeler çağına girmiş olmasına rağmen, eğitim sistemi bu gelişmelerin gerisinde kalmaktadır. Bu durum, çağdaş yetişkin eğitiminde reform ve yenilik ihtiyacını ortaya koymaktadır (Balliu, V. et al, 2017). Yaklaşımların gelişimi, eğitimde teknolojik olarak desteklenen yeni yaklaşımların da gelişmesini sağlamıştır. Bu bağlamda, oyunlaştırma, yenilikçi ve ilgi çekici bir yaklaşım olarak öne çıkmaktadır. İnsan doğasında yeniliklere ilgi duyma, becerilerini geliştirme ve bilgi edinme eğilimi bulunur. Bu özellikler, bireyin verimliliğini, azmini ve yaşam boyu refahını destekler. Oyunlaştırma, hemşirelik gibi farklı alanlarda bireylerin bilişsel, sosyo-duygusal ve psikomotor becerilerini değerlendirmek için bir araç olarak kullanılabilir. Araştırmalar, oyunlaştırılmış eğitimin bireylerin içsel motivasyonunu dışsal motivasyona kıyasla daha güçlü bir şekilde geliştirdiğini göstermektedir (Moraes, V. C. D., et al., 2021).

Sağlık alanında Bilgi ve İletişim Teknolojilerinin (BİT) artan entegrasyonu, sağlık eğitiminde yeni yaklaşımların benimsenmesini ve sağlık profesyonellerinin dijital yetkinlikler kazanmasını zorunlu hale getirmiştir. Özellikle kadınların gebelik ve doğum sonu dönemlerinde anne adaylarına sunulan eğitimlerin teknoloji destekli yöntemlerle zenginleştirilmesi, bilgiye erişimi kolaylaştırarak daha bilinçli ve sağlıklı bir gebelik ve doğum sonu süreci geçirmelerine katkı sağlar. Bu bağlamda, sağlık profesyonellerinin BİT’i etkin bir şekilde kullanabilmesi hem gebelik eğitimlerinin etkililiğini artırmak hem de bireyselleştirilmiş danışmanlık hizmetleri sunmak açısından kritik bir öneme sahiptir. Ulusal Çekirdek Eğitim Programı (UÇEP), sağlık profesyonellerinin iletişim becerilerini geliştirirken, bu süreçte teknoloji destekli eğitim ve danışmanlık hizmetlerini etkin bir şekilde kullanmalarını önemli bir gereklilik olarak vurgulamaktadır. (Castro, T. C., 2018). Ancak

geleneksel öğretim yöntemlerinin sınırlılıkları, bu hedeflere ulaşmada zorluklar yaratmaktadır. Bu noktada, aktif öğrenme yöntemlerinin, özellikle oyunlaştırma unsurlarını içeren Sanal Öğrenme Ortamlarının, hemşirelik eğitiminde uygulanması, yenilikçi ve etkili bir çözüm sunmaktadır. Oyunlaştırma, oyun estetiği, mekanikleri ve dinamiklerini eğitim bağlamına entegre ederek, bireylerin motivasyonunu ve katılımını artırmayı amaçlar. Puanlar, rozetler, seviyeler ve geri bildirim gibi oyunlaştırma unsurları, öğrencilerin öğrenme süreçlerini daha etkileşimli ve ilgi çekici hale getirir (Martins RS, 2016). Araştırmalar, oyunlaştırma stratejilerinin hemşirelik eğitiminde kullanılmasının öğrencilerin bilişim becerilerini geliştirdiğini ve onları teknolojiye daha yatkın hale getirdiğini göstermektedir. Ayrıca, Sanal Öğrenme Ortamlarının, esnek zamanlama ve erişim kolaylığı sağlayarak öğrenme sürecine değer kattığı ifade edilmektedir. Bu nedenle, hemşirelikte oyunlaştırmanın uygulanması, geleceğin profesyonellerini daha donanımlı hale getirmek için yenilikçi bir yaklaşım olarak öne çıkmaktadır. Oyunlaştırma hem hemşireler hem de bakım verilen bireylerin öğrenme ortamlarını daha çekici hale getirerek dersleri bırakma oranlarını azaltmakta ve onları engelleri aşmaya ve kursları tamamlamaya teşvik etmektedir (Tenório, T., 2018).

Dünyada, kanıta dayalı emzirme önerilerine uygun şekilde emzirilen bebek sayısı azdır ve emziren aileleri desteklemek için evrensel bir yaklaşım henüz yoktur. Bu eksiklik, küresel emzirme oranlarını, kadın ve çocuk sağlığını korumak için gereken seviyenin altına çekmektedir. UNICEF (2018) ve DSÖ (2018), Baby Friendly Hospital Initiative (BFHI) kapsamında, emzirme destekleyen bir ortam yaratmak amacıyla “Başarılı Emzirme İçin On Adım”ı geliştirmiştir. Bu adımlar arasında personelin emzirmeyi desteklemek için yeterli bilgi ve beceriye sahip olması önerilmektedir. Ancak, bu eğitimlerin ne ölçüde uygulandığı belirsizdir. 2016 yılında yayımlanan Lancet emzirme serisi, emzirmenin korunması ve teşvik edilmesi için altı eylem noktası önermiştir. Bu eylemler, emzirme faydaları hakkında bilgi yayılımını artırmak ve emzirme becerilerini destekleyecek müdahalelerin uygulanmasını içerir. Sağlık profesyonelleri, emzirme desteği sağlamak için önemli bir rol oynasa da organizasyonel kısıtlamalar bu desteği sağlamalarını zorlaştırmaktadır (Mulcahy, H., 2020).

Gebelere sunulan çevrimiçi eğitim kaynakları, emzirme bilgisi ve desteğine erişimi artırarak genç ebeveynler arasında emzirme sonuçlarını iyileştirebilir. Doğum öncesi eğitim müdahaleleri, kadınların emzirme öz-yeterliliği ve niyetini etkileyebilir; ancak, kadınlar genellikle sağlık bilgisi için interneti kullandıkları için geleneksel derslere katılmayabilirler. Bilgisayar tabanlı müdahaleler, kadınların emzirme eğitimi ve bilgilerine ulaşmaları için etkili bir format sunabilir. İnternet, kadınların doğum öncesi eğitim müdahalelerine

erişimini artırma potansiyeline sahiptir ve bu da emzirmenin başlatılmasını, süresini ve sadece anne sütüyle beslenmeyi iyileştirebilir (Moraes, V. C. D. et al., 2021, Grassley, J. S. et al., 2017). Yapılan bir çalışmada 8144 doğum yapan kadınla bir anket yapılmış, çoğunun internete erişimi olduğu, bunu sıklıkla iletişim için kullandığı ve çevrimiçi sağlık bilgisi almakla ilgilendiği bulunmuştur. Mobil cihazlar kullanılarak emzirme eğitimi modüllerinin sunulması, kadınların emzirme konusundaki bilgilerini artırmada etkili olmuştur. Kadınlar, faydalı bilgiler öğrendiklerini ve emzirme kararlarında desteklendiklerini ifade etmişlerdir (Bensley, R. J., 2014).

Oyunlaştırma temelli yapılan randomize kontrollü bir çalışmada, 35. gebelik haftasından postpartum 2. haftaya kadar Oyunlaştırılmış Emzirme Danışmanlığı verilen kadınlarda kontrol grubundaki kadınlara göre emzirme öz yeterliliklerinin arttığı belirlenmiştir. Bu çalışmadan kullanılan oyunlaştırılmış uygulama görselleri Şekil-1'de belirtilmiştir (Bulut, 2024).



Şekil- 1. Oyunlaştırılmış emzirme danışmanlığı uygulamaları için örnek-1

Bulut, Ö. Ü. (2024). *Oyunlaştırılmış emzirme danışmanlığı programının emzirme öz yeterliliği, başarısı ve meme sorunlarına etkisi. Randomize kontrollü bir çalışma (Doktora tezi). Lokman Hekim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Anabilim Dalı. Tez Danışmanı: Prof. Dr. Zebra Gölbaşı.*

Oyunlaştırma temelli yapılan başka bir deneysel araştırmada, gebe kadınların emzirme öz yeterliliği, bilgisi ve başarısını artırmayı amaçlayan bir dördü kart oyunu geliştirilmiştir. Müdahale grubundaki gebelere, üç hafta boyunca sekiz eğitim oturumu süresince emzirme dördü kart oyunu

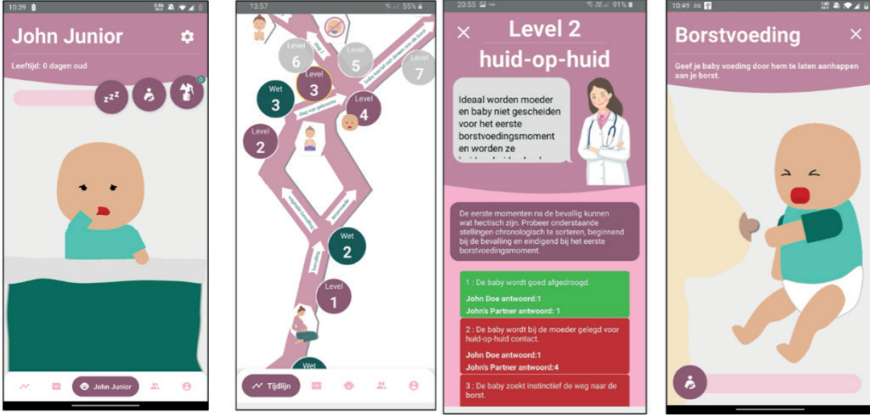
oyunlatılmıştır. Eğitim modeli, girişler, oyunlar ve değerlendirmeler içeren bu dörtlü kart medya kullanılarak oluşturulmuş ve emzirme sürecine odaklanmıştır. Kartlar, sekiz tema ve her tema için dört karttan oluşan toplam 32 karttan oluşmaktadır. Oyunlaştırma temelli bu eğitim sonucunda oyunlaştırılmış emzirme eğitimi verilen gebe kadınların kontrol grubu gebelere göre emzirme konusundaki bilgi düzeylerinin ve öz yeterliliklerinin arttığı ve emzirmeye yönelik olumlu tutum geliştirdikleri belirlenmiştir (Sihombing, J. S et al., 2022). Bu çalışmada kullanılan eğitim kartlarına ilişkin görsel Şekil-2'de verilmiştir.



Şekil- 2. Oyunlaştırılmış emzirme danışmanlığı uygulamaları için örnek-2

Sihombing, J. S., Santoso, B., Santjaka, A., Edi, I. S., Wijayanti, K., & Suwondo, A. (2022). Education model based on gamification through exclusive breastfeeding quartet card game to improve behavior and self-efficacy of breastfeeding mothers. *International Journal of Innovative Science and Research Technology*, 7(10), 2086. <https://www.ijisrt.com>

Tang ve arkadaşlarının (2023) yapmış olduğu bir çalışmada, **3, 2, 1 Start with Breastfeeding** adlı oyunlaştırılmış bir mobil uygulama tanıtılmaktadır. Kullanıcıların tek başına veya partnerleriyle birlikte sanal bir bebeğe bakım sağlamasını içeren bu uygulama, eğitimsel içeriklere erişimi kolaylaştırmak amacıyla mevcut bir emzirme müdahalesi temel alınarak tasarlanmıştır. Uygulama, ebeveynlerin ve partnerlerinin sürece katılımını teşvik etmektedir. On iki ebeveynle gerçekleştirilen değerlendirme, uygulamanın ebeveynleri ve partnerlerini sürece dahil ettiğini ve erken dönem emzirme deneyimini etkili bir şekilde aktardığını göstermektedir. Bu çalışmada kullanılan eğitim yöntemine ilişkin görseller Şekil-3'te verilmiştir.

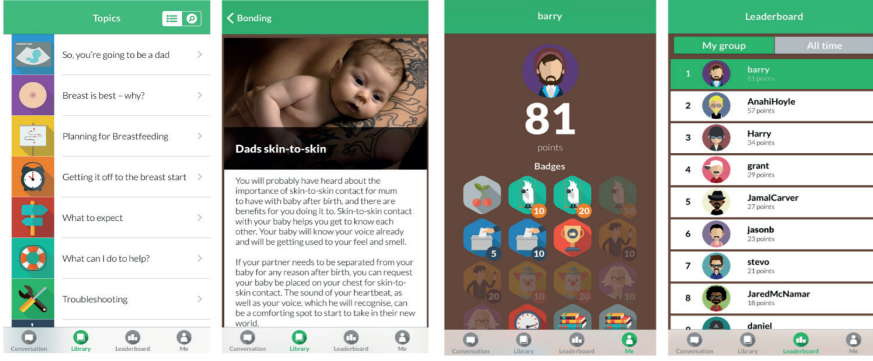


Şekil- 3. Oyunlaştırılmış emzirme danışmanlığı uygulamaları için örnek-3

Tang, K., Gerling, K., Lijnen, M., Geets, M., Geurts, L., Aufheimer, M., & Muyldermans, J. (2023). 3, 2, 1 Start with Breastfeeding: Supporting Partner Involvement in Breastfeeding Education Through a Gamified Mobile App. In *Proceedings of Mensch und Computer 2023* (pp. 186-196).

3. OYUNLAŞTIRMA TEMELLİ EMZİRMEDE BABA KATILIMI

Babaların desteği, emzirme başarısının en önemli faktörlerinden biridir ve babalara yönelik emzirme müdahaleleri, önceki araştırmalarda başarılı bir strateji olarak belirlenmiştir. Mobil teknoloji, sağlık okuryazarlığını ve sağlıklı davranışları artırmak için nüfuslara ulaşmak adına benzersiz fırsatlar sunmaktadır. Bir çalışmada gebe eşlerine destek olması için erkeklere, Milk Man uygulaması geliştirilmiştir. Bu uygulama sosyal bağlantılı bir bilgi ve destek kaynağı olarak geliştirilmiş ve uygulama, emzirme ve bebek beslenmesi üzerine odaklanmış olup, aynı zamanda erken ebeveynlik, destekleyici partner olma ve yerel hizmet sağlayıcıları gibi daha geniş konularda da bilgi sunmak üzere tasarlanmıştır. Bu uygulama; sosyal konuşmaya ve statik bilgi kütüphanesine katılımı teşvik etmek için liderlik tabloları, rozetler ve puanlar kullanmaktadır. Kullanıcılar, gönderilere yorum yaparak, konuşmalara katkıda bulunarak, anketlere oy vererek, diğer kullanıcılardan olumlu oy alarak ve kütüphane makalelerini okuyarak puan kazanırlar. Kullanıcılar, puanlarını ve liderlik tablosundaki sıralamalarını görebilirler. Çalışma sonucunda katılımcılar, mobil uygulamalarla ilgili deneyimlerinde farklılıklar göstermiş ve önerilen etkileşim stratejilerine karşı çeşitli yanıtlar vermiştir. Genel olarak, babalar, babalara yönelik böyle bir yaklaşımı desteklemişlerdir. Bu uygulamada kullanılan görseller Şekil-4'te gösterilmiştir (Burns, K. et.al., 2016).



Şekil- 4. Oyunlaştırılmış emzirme danışmanlığı uygulamaları için örnek-4

Burns, K., DipPhyHlthEd, M. P. H., Maycock, B. R., & Roslyn, C. Theory-Based Design and Development of a Socially Connected, Gamified Mobile App for Men About Breastfeeding (Milk Man), 2016.

4. SONUÇ

Emzirme eğitiminin başarıyla yürütülmesi, bireylerin bilgi, beceri ve motivasyon düzeylerini artırmayı hedefleyen etkili yaklaşımlarla mümkündür. Bu süreçte hemşirelerin rehberlik rolü kritik öneme sahiptir. Yenilikçi yaklaşımlardan biri olan oyunlaştırma, hemşirelik eğitiminde öğrenmeyi daha ilgi çekici, interaktif ve etkili hale getiren bir araç olarak ön plana çıkmaktadır. Oyun estetiği ve dinamiklerinin eğitim süreçlerine entegre edilmesi, emzirme eğitimi alan bireylerin motivasyonunu artırırken, öğrenme sürecini eğlenceli bir hale getirerek sürdürülebilir öğrenme sonuçları sağlamaktadır. Oyunlaştırma yöntemleri, hem sağlık çalışanlarının mesleki yetkinliklerini artırmada hem de ebeveynlere yönelik eğitim süreçlerinde verimliliği artırmada güçlü bir potansiyele sahiptir. Özellikle, teknoloji destekli araçlar ve oyunlaştırma temelli materyaller, bireylerin bilgiye erişimini kolaylaştırmakta ve onların öğrenme sürecine aktif katılımını teşvik etmektedir. Bu yaklaşımlar emzirme eğitiminin sadece annelerle sınırlı kalmayıp babaları ve diğer aile bireylerini de kapsayarak geniş bir destek sistemi oluşturmasını sağlamaktadır. Bu bağlamda, hemşirelerin liderliğinde uygulanan oyunlaştırılmış emzirme eğitimleri, sadece kısa vadeli öğrenme hedeflerini değil, aynı zamanda uzun vadeli sağlık sonuçlarını da iyileştirmeye yönelik önemli bir adım sunmaktadır. Emzirme oranlarını artırmak, ebeveynlerin bilinçli tercihler yapmasına katkıda bulunmak ve anne-bebek sağlığını desteklemek için hemşirelerin bu tür yenilikçi yaklaşımları kullanması ve geliştirmesi son derece önemlidir. Bu nedenle, hemşirelik eğitim programlarında oyunlaştırmanın daha geniş bir şekilde uygulanması, geleceğin sağlık profesyonellerini daha donanımlı hale getirecektir.

Kaynaklar

- Balliu, V., & Belshi, M. (2017). Modern teaching versus traditional teaching: Albanian teachers between challenges and choices. *European Journal of Multidisciplinary Studies*, 2(4), 20–26. <https://doi.org/10.26417/ejms.v4i4.p20-26>
- Bensley, R. J., Hovis, A., Horton, K. D., Loyo, J. J., Bensley, K. M., Phillips, D., & Desmangles, C. (2014). Accessibility and preferred use of online web applications among WIC participants with internet access. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 46(3), S87–S92.
- Bulut, Ö. Ü. (2024). Oyunlaştırılmış emzirme danışmanlığı programının emzirme öz yeterliliği, başarısı ve meme sorunlarına etkisi: Randomize kontrollü bir çalışma (Doktora tezi). Lokman Hekim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Anabilim Dalı.
- Burns, K., DipPhyHlthEd, M. P. H., Maycock, B. R., & Roslyn, C. (2016). Theory-based design and development of a socially connected, gamified mobile app for men about breastfeeding (Milk Man). <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/272943/9789241513807-eng.pdf>
- Castro, T. C., & Gonçalves, L. S. (2018). The use of gamification to teach in the nursing field. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 71, 1038–1045.
- Ceylan, S. (2024). Metaverse evreninde geliştirilen emzirme danışmanlığı eğitim modelinin hemşirelik öğrencilerinin danışmanlık becerisi, bilgi ve empati düzeylerine etkisinin değerlendirilmesi (Doktora tezi). Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Kadın Hastalıkları ve Doğum Hemşireliği Anabilim Dalı.
- Fijačko, N., Gosak, L., Debeljak, N., Skok, P., Štiglic, G., & Cilar, L. (2020). Gamification in nursing: A literature review. *Obzornik Zdravstvene Nege*, 54(2), 133–152.
- Grassley, J. S., Connor, K. C., & Bond, L. (2017). Game-based online antenatal breastfeeding education: A pilot. *Applied Nursing Research*, 33, 93–95.
- Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü. (2019). 2018 Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması: Ana rapor (Compressed version). Hacettepe Üniversitesi. https://fs.hacettepe.edu.tr/hips/dosyalar/Ara%C5%9Ft%C4%B1rmalar%20-%20raporlar/2018%20TNSA/TNSA2018_ana_Rapor_compressed.pdf
- Lespiau, F., & Tricot, A. (2019). Using primary knowledge: An efficient way to motivate students and promote the learning of formal reasoning. *Educational Psychology Review*, 31(4), 915–938. <https://doi.org/10.1007/s10648-019-09482>
- Martins, R. S., & Fernandes, K. T. (2016). Gamificação como fator motivacional para diminuição das taxas de evasão nos MOOC. In Nunes, I. D., & Maia, D. L. (Eds.), *Congresso Regional sobre Tecnologias na Educação (Ctrl+c 2016)* (pp. 200–209). Natal.

- Moraes, V. C. D., & Ferraz, L. (2021). Educational technology on expressing breast milk: Development and validation of a serious game. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, 21(03), 845–855.
- Mulcahy, H., Philpott, L. F., O'Driscoll, M., Bradley, R., & Leahy-Warren, P. (2022). Breastfeeding skills training for health care professionals: A systematic review. *Heliyon*, 8(11).
- Sihombing, J. S., Santoso, B., Santjaka, A., Edi, I. S., Wijayanti, K., & Suwondo, A. (2022). Education model based on gamification through exclusive breastfeeding quartet card game to improve behavior and self-efficacy of breastfeeding mothers. *International Journal of Innovative Science and Research Technology*, 7(10), 2086. <https://www.ijisrt.com>
- Tang, K., Gerling, K., Lijnen, M., Geets, M., Geurts, L., Aufheimer, M., & Muyldermans, J. (2023). 3, 2, 1 Start with Breastfeeding: Supporting partner involvement in breastfeeding education through a gamified mobile app. In *Proceedings of Mensch und Computer 2023* (pp. 186–196).
- Tenório, T., Silva, A. R., & Tenório, A. (2016). A influência da gamificação na Educação a Distância com base nas percepções de pesquisadores brasileiros. *Revista EDaPECI*, 16(2), 320–335.
- UNICEF, 2018. (2025, 15 Mart). Baby-friendly hospital initiative. <https://www.unicef.org/documents/baby-friendly-hospital-initiative>
- UNICEF Türkiye, 2018. (2025, 3 Mart). Emzirme desteğine eşit erişim. <https://www.unicefturk.org/yazi/emzirme-destegine-esit-erisim>