

# ANNELİK DAVRANIŞINI ÖĞRENME SÜRECİ VE HEMŞİRELİK DESTEĞİ

## Process of Motherhood-Behavior Learning and Nursing Support

Hava Özkan<sup>1</sup>, Sevinç Polat<sup>2</sup>

### ÖZET

İnsan yaşamındaki en önemli kararlardan biri olan ebeveyn olma; eşlerin gebeliğe karar vermeleri ile başlayıp, yaşam boyu devam eden bir süreçtir. Annelik davranışını öğrenme, ebeveyn olmanın karışık sürecini kolaylaştırmaya yardım eder. Annelik davranışını öğrenme süreci, gebeliğin belirlenmesi ile başlar, gebelikte gelişir, doğum sonrası dönemde devam eder ve annelik kimliğinin gelişimi yani anne olma ile tamamlanır. Annelik kimliğinin gelişimi, beklentiler evresi, formal evre, informal evre ve kişisel evre olmak üzere dört evrede gerçekleşir. Annelik davranışının öğrenilmesi; anne-bebek bakımının niteliğinin artırılması aynı zamanda anne- bebek sağlığının korunması ve geliştirilmesine katkı sağlar. Bu nedenle ebe ve hemşireler tarafından primiparlar başta olmak üzere anne adaylarına, kendileri ve bebeklerinin bakımını içine alan ve annelik davranışını öğrenme sürecini kolaylaştıran eğitimlerin verilmesi oldukça önemlidir.

**Anahtar kelimeler:** *Anne Olma, Annelik Davranışını Öğrenme, Anne ve Bebek Bakımı, Hemşirelik Desteği*

### ABSTRACT

Being a parent, one of the most important decisions in human life, starts with decision to pregnancy and continues lifelong. The learning process of motherhood attitude starts with the pregnancy, develops during this period, continues after labor and is completed with the development of motherhood identification. The development of maternal identity includes four stages: the stage of expectation, formal stage, informal stage and individual stage. The learning of motherhood attitude contributes to increase the quality of mother and baby care as well as protecting and developing the baby's health. Therefore, it is important to give education to pregnant especially primiparas by midwiferies and nurses which involves the care of mother and baby, and this education facilitates the process of learning the motherhood attitude.

**Key words:** *Being a Mother, Learning Motherhood Behavior, Mother and Baby Care, Nurse Support.*

<sup>1</sup>Atatürk Üniversitesi  
Sağlık Bilimleri Fakültesi  
Ebelik Bölümü,  
Erzurum

<sup>2</sup>Bozok Üniversitesi Sağlık  
Yüksekokulu, Çocuk Sağlığı  
ve Hastalıkları Hemşireliği,  
YOZGAT

Hava Özkan, Yrd. Doç. Dr.  
Sevinç Polat, Yrd. Doç. Dr.

#### İletişim:

Yrd. Doç. Dr. Hava Özkan  
Atatürk Üniversitesi Sağlık  
Bilimleri Fakültesi Ebelik  
Bölümü,  
ERZURUM

Tel: 0442 2311431

e-mail:  
havaorhan67@hotmail.com

## GİRİŞ

İnsan yaşamındaki en önemli kararlardan biri olan ebeveyn olma; eşlerin gebeliğe karar vermeleri ile başlayıp, yaşam boyu devam eden bir süreçtir. Ancak ebeveyn olmaya karar verme her zaman planlı, bilinçli ve yalnızca bireylerin kendi isteğine bağlı olarak oluşmamaktadır. Eş, akran grubu ve aileden gelen baskılar eşlerin çocuk sahibi olma kararında etkileyici birer faktör olabilmektedir. Kadın istemese ve kendini hazır hissetmese bile başkalarını mutlu etmek için gebe kalmaya karar verebilmektedir (1,2,3). Çoğu zaman bireyler, bir çocuk doğurmaya yönelik kendilerini motive eden faktörlerin farkında değildirler. Böyle durumlarda gebelik ve ebeveynlik rolüne uyum daha güç olmaktadır (2). Her toplumda özellikle kadınlar için, gebe olma ve annelik rolünü üstlenme konusunda önemli bir baskı vardır. Anneliğe, birçok toplumda bir yetişkin olarak bireyin yerine getirmesi gereken bir görev olarak bakılmakta ve kadınlar sosyal olarak bu göreve yönelik hazırlanmaktadır (2,4,5).

Annelik kimlik gelişimi, bir kadının annelik davranışlarını öğrenme sürecidir. Annelik davranışını öğrenme süreci; gebeliğin belirlenmesi ile başlar, gebelikte gelişir, doğum sonrası dönemde devam eder ve annelik kimlik gelişiminin oluşumu, yani anne olma ile tamamlanır (6). Mercer, annenin kurulu düzenine annelik davranışlarını katmasını, annelik davranışını öğrenme ve rol kazanım süreci olarak tanımlamaktadır (7). Annelik, sosyal rollerle, gelişimsel olarak, davranış ve tavırların bileşimi olduğundan anne olma süreci, yoğun bir psikolojik, sosyal ve fiziksel çalışma gerektirir (8). Anne olma ve annelik davranışını öğrenme süreci; annenin yaşı, kişilik özellikleri, sahip olduğu yetenekleri ve deneyimi, eğitimi, çalışması, sosyoekonomik düzeyi, sağlık durumu, benlik kavramı, sağlığı algılaması ve sosyal destek alma durumu ile doğum sayısı ve bebeğin mizacı gibi çeşitli faktörler tarafından etkilenmektedir (1,2,6-9).

### Annelik Davranışını Öğrenme Süreci

Aile yaşam döngüsünde bir bebeğe sahip olma, anne ve baba için mutluluk verici bir olay

olmasının yanında yeni rol ve sorumluluk gerektiren bir değişim olması nedeniyle zor bir dönem olarak kabul edilmektedir (1). Annelik davranışını öğrenme, ebeveyn olmanın karışık sürecini kolaylaştırmaya yardım eder. Annelik davranışını öğrenme süreci; kadının, annelik rolüne uyum sağlayabilmesi, bebeğini kabullenmesi, eve gittiğinde de kendine ve bebeğine bakabilmesi için gerekli bilgi ve becerileri kazanması olarak tanımlanmaktadır (1,8,9).

Annelik davranışlarını öğrenme süreci; bir kadının, annelik kimliğinin şekillenmesi ve annelik rolünün kazanmasıyla tamamlanır (7,8,10-12).

### Annelik Rol Kazanımı Evreleri ve Özellikleri

Annelik rol kazanımı, anneler arasındaki farklılıklara bağlı olarak bir ay içerisinde başarılabildiği gibi birkaç ay kadar sürebilir, ortalama dört ayda oluşur (6,8). Annelik rol kazanımı ile ilgili olarak, ilk kez anne olan kadınların doğumdan sonra ortalama dördüncü aya doğru bebeklerine bakım verebilme becerisi geliştirdiklerini ve zamanla kendilerine güvenlerinin arttığını belirtmektedir (10). Annelik rol kazanımı, doğan her çocukla birlikte ortaya çıkar ve beklentiler evresi, formal evre, informal evre ve kişisel evre olmak üzere dört evrede gerçekleşir (1,2,6,8,11).

**1) Beklentiler Evresi:** Gebelik döneminde başlar ve gebeliğe uyumun psikolojik ve sosyal başlangıcını içine alır. Annelik rolüne adaptasyonun ilk adımı, gebelik düşüncesinin kabul edilmesi ve yaşam şeklinin içine gebeliğin yerleştirilmesidir (1,8).

### Beklentiler aşamasında anne adayı olarak gerçekleştirilmesi gereken gelişimsel görevler (8);

Gebeliği kabullenme,  
Anne rolünü tanımlama,  
Eş ve çevre ile ilişkilerini yeniden düzenleme,  
Karnındaki (doğmamış) bebekle ilişki kurma,  
Doğum için hazırlık yapma,  
Eş ve çevreden alınacak duygusal ve sosyal desteği belirlemedir.

Anne adayı, beklentiler evresinde; rahmindeki fetüs ile ilgili hayal kurarak ve kendi rolü hakkında fikirler üreterek rolünü oynamaya başlayabilir. Bebeğinin; boyunu, kilosunu, anne karnındaki duruşunu, kendisini duyup duymadığını, canının acıyıp acımadığını merak edebilir. Bebeğinin odasını ve eşyalarını hazırlamaya çalışır. Doğum zamanı yaklaştıkça bebeğini kucağına alma hayali ile ona bağlanmaya başlarken bebeğini emzirme hayalini kurar (8).

**2) Formal (Resmi) Evre:** Çocuğun doğumu ile başlar, annenin rolünü geliştirmesini ve öğrenmesini içerir. Anne, kendi annesi başta olmak üzere tanıdığı annelik rol modellerinin etkisi altında, çevrenin kendisinden beklediği gibi davranmaya ve rollerini gerçekleştirmeye çalışır. Doğumdan sonra annenin iyileşme sürecinin sağlıklı bir şekilde gerçekleşmesi, rol kazanımını kolaylaştırır. Formal evrede annenin, bebek bakımını gerçekleştirirken kendi bakımını da sağlaması önemlidir (1,6,8). Anne ve bebek sağlığının geliştirilmesi amacı ile prenatal dönemde başlayan ve postnatal dönem boyunca sürdürülen annenin ve bebeğin bakımına yönelik gereksinimlerinin belirlenmesi ve bu gereksinimler doğrultusunda bakım, eğitim ve danışmanlık hizmetlerinin verilmesi oldukça önemlidir (2,13,14).

**Anne, kendi bakımını gerçekleştirirken (1,8,9);**

El ve vücut temizliğine dikkat etmeli,  
Dinlenme ve uykusuna zaman ayırmalı,  
Yeterli ve dengeli beslenmeli,  
Perine ve meme bakımına önem vermeli,  
Doğum sonu egzersizlerini yapmalı,  
Kanama, ateş gibi istenmeyen riskli durumlarda sağlık kuruluşuna başvurmalıdır.

**Anne, bebeğinin bakımını gerçekleştirirken;**

Anne için, yenidoğan bebeğin bakımı ilk günlerde yorucu olabileceğinden eş ya da aile üyelerinden yardım isteyebilir. Bebeğin ismi ile çağırılması,

okşanması, kucaklanması, göz teması kurulması önemlidir. Yenidoğanın hayatında en önemli rolü anne üstlenir. İlk kez anne olacak kadınlara, yenidoğanın özellikleri ve bakımı hakkında bilgi verilmesi, annenin rolünü kazanmasına yardım etmesi bakımından önemlidir (15,16).

**3) İnfomal (Resmi Olmayan) Evre:** Kadın, anneliğe ilişkin formal evrede yaşadıkları ve ileriye yönelik hedefleri doğrultusunda, yeni rolünü uygular yani kendi seçeneklerini ya da kendi annelik stiliyi geliştirmeye başlar ve nasıl bir anne rolü sergileyeceğini gözden geçirir. Kadın, annelik rolünü gerçekleştirirken, ailedeki diğer rol ve sorumluluklarını da (eş rolü, v.s) unutmamalıdır (8).

**4) Kişisel Evre:** Bu evreye ulaşan kadın, anne olmanın rahatlığını yaşar ve kendi fikir ve davranışlarını gerçekleştirir. Anne-bebek ilişkisinin keyfini çıkartmayı öğrenmiştir. Beklentiler aşaması ile başlayan annelik rol kazanım evreleri, annenin uyum hissini duyduğu, rolünü nasıl gerçekleştirmesi gerektiği konusunda ustalık ve kendine güven kazandığı kişisel durum aşamasına gelmesi yani annelik davranışını öğrenme sürecinin başarılanması ile son noktasına ulaşır. Kazanılan rol, yaşamın sonuna kadar devam eder (1,6,8,11). Annelik rol evreleri, bebek büyüdükçe ve geliştikçe değişmektedir (1,8). Bu evrelerin her biri anne ve baba arasındaki ilişki, aile fonksiyonu, önemli kişiler, stres ve sosyal destek tarafından etkilenmektedir (1,2,8,11).

**Annelik Davranışını Öğrenme Süreci ve Hemşirelik Desteği**

Anne adaylarının başarılı annelik davranışı geliştirmelerini sağlamak için doğum öncesi dönemde, doğum ve ebeveynlik rollerine geçiş konusunda hazırlanmaları gerekir. Ailenin diğer üyelerinin de anne ve bebeğe nasıl yardım edecekleri konusunda bilgilendirilerek, annelik davranışını öğrenme sürecinde anneye yardımcı olmaları sağlanır.

Anne adayı ve ailesine gebelik, doğum ve doğum sonu dönemde anne ile bebeğin bakımı ve aile sürecinde meydana gelebilecek değişiklikler konusunda eğitim ve danışmanlık hizmetlerinin sağlanmasında ebe ve hemşireler etkin bir şekilde görev alırlar (1,2,8,11-14).

Hemşireler, özellikle ilk doğumunu yapan annelere doğumdan sonra bebeklerine nasıl bakacakları, gereksinimlerini nasıl karşılayacakları ve kendi yeterliliklerini geliştirme konusunda destek verirler (1,13,16). Öncelikle primiparlar olmak üzere anne adaylarının endişelerini dinleyerek, annelik davranışını destekleyerek, annenin bebeği hakkındaki önyargılarını yenmesine, kendini ve bebeğini pozitif olarak algılamasına yardım eder. Hemşire doğum sonu erken dönemde anne ve bebeği değerlendirerek bakım gereksinimlerini karşılar, anne ve bebek arasındaki etkileşimi başlatır, annenin bebeğine karşı koruyucu, güven verici ve uyarıcı davranışlar geliştirmesini destekler ve annenin özgüvenini artırarak, annelik davranışını öğrenme süreci kolaylaştırır (1,2,13,14,16-18). Primipar annelere verilen annelik kimlik gelişimi eğitiminin annelerde, annelik davranışını öğrenme sürecini kolaylaştırdığı ve hemşirelik desteğinin önemini vurguladığı görülmektedir (19). Ayrıca anne ve bebeğin aldığı bakımın niteliği değerlendirilerek, anne- bebek sağlığının korunması ve geliştirilmesine katkıda bulunulur.

## SONUÇ

Annelik, sosyal roller ile gelişimsel olarak, davranış ve tavırların bileşimidir. Hemşireler anne adaylarına ve ailesine gebelik, doğum ve doğum sonu dönemde, anne ve bebeğin bakımı ile aile sürecinde meydana gelebilecek değişiklikler konusunda kapsamlı eğitim vererek, anne ve babaları ebeveynlik rollerine hazırlar.

Aynı zamanda hemşireler, anne adaylarını kendileri ve bebeklerinin bakımı konusunda bilgilendirip, destekleyerek kadınların annelik davranışlarını öğrenme sürecinde etkin bir rol alır.

## KAYNAKLAR

1. Taşkın L. Doğum ve Kadın Sağlığı Hemşireliği. 6. Baskı, Sistem Ofset Matbaacılık. 2009; Ankara.
2. Beydağ KD. Doğum Sonu Dönemde Anneliğe Uyum ve Hemşirenin Rolü. TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni 2007; 6: 479-84.
3. Walker LO, Crain H, Thompson E. Mothering behavior and maternal role attainment during the postpartum period. Nursing Research 1996; 35:352-5.
4. Nelson A. Transition to motherhood, Journal of Obstetric and Gynecologic Nursing 2003; 32:465-77.
5. Russell CS. Transition to parenthood: problems and gratifications. Journal of Marriage and The Family 1994; 36: 294-301.
6. Meighan M, Ramona T Mercer. Maternal role attainment-becoming a mother. Tomey AM, & Alligood MR. Nursing theorists and their work. Sixth Edition, Mosby, 2006; 605-22.
7. Mercer RT. A theoretical framework for studying factors that impact on the maternal role. Nurs Res 1981; 30: 73-7.
8. Mercer R. Nursing support of the process of becoming a mother. JOGNN 2006; 35: 649-51.
9. Karaçam Z. Kadın Sağlığı. Normal postpartum dönemin fizyolojisi ve bakımı. Ed: Şirin A. Kenan Ofset Mat. Baskı Hiz. İstanbul, 2008; 708-55.

- 10.Mercer RT. The process of maternal role attainment over the first year. Nurs Res 1985; 34: 198–203.
- 11.Mercer RT. Becoming a mother versus maternal role attainment. J Nurs Scholarship 2004; 36: 226-32.
12. Zabielski MT. Recogniton of maternal identity in preterm and fullterm mothers. Maternal Child Nursing Journal1994; 22:2-36.
- 13.Arslan F, Uzun Ş. Hemşirenin postnatal eğitim ve danışmanlık hizmetlerinin incelenmesi. Türkiye Klinikleri J Med Sci 2008; 28: 736-42.
- 14.Başer M, Mucuk S, Korkmaz Z, Seviğ Ü. Postpartum dönemde anne ve babaların yenidoğan bakımına ilişkin gereksinimlerinin belirlenmesi. Sağlık Bilimleri Dergisi 2005; 14: 54-8.
- 15.Vatandaş NŞ. Bebek bakımında aileye öneriler. Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi (STED) 2004; 13.
- 16.Yıldız D. Doğum sonrası dönemde annelerin bebek bakımı konusunda danışmanlık gereksinimleri ve yaklaşımlar. Gülhane Tıp Dergisi 2008; 50: 294-8.
- 17.Çoban A, Saruhan A. Anne Bebek Etkileşimde Hemşirenin Rolü. Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi 2005; 21: 89-96.
- 18.Akdolun Baklaya N. Postpartum dönemde annelerin bakım gereksinimleri ve ebe-hemşirenin rolü. Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi 2002; 6:42-9.
- 19.Özkan H, Polat S. Maternal Identity Development Educationon Maternity Role Attainment and My Baby Perception of Primiparas. Asian Nursing Research 2011; 5: 2:108-17.