

**Emzirme Öz-yeterlilik Kuramı Çerçevesinden Prematüre Bebeği Olan Anneyi İncelemek:
Olgu Sunumu****Ayşen KARATAŞ*¹, Merlinda ALUŞ TOKAT², Dilek BİLGİÇ², Hande YAĞCAN²**¹Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği Bölümü, 35340, İzmir, Türkiye²Dokuz Eylül Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği Bölümü, 35340, İzmir, TürkiyeAyşen Karataş, ORCID No: 0000-0002-2287-8143, Merlinda Aluş Tokat, ORCID No: 0000-0002-5899-0524
Dilek Bilgiç, ORCID No: 0000-0001-9569-8875, Hande Yağcan, ORCID No: 0000-0001-9658-0449**MAKALE BİLGİSİ ÖZ**Geliş: 19.04.2024
Kabul: 04.06.2024**Anahtar Kelimeler**Emzirme
Öz-yeterlilik
Kuram
Prematüre
Hemşirelik*** Sorumlu Yazar**

aysenkaratas97@gmail.com

Günümüzde bakım uygulamalarında kuram kullanımı yaygınlaşmaktadır. Emzirme, hemşirenin oldukça etkin olduğu ve hemşirelik girişimlerinin kuramla desteklenmesi gereken önemli olan bir alandır. Anne sütü alımındaki engeller incelendiğinde annenin "yetersiz süt" konusundaki olumsuz algısı emzirmeyi erken noktalamaya veya ek besinlerle destekleme konusunda en önemli nedenlerden biridir. Bu düşünce annenin öz-yeterlilik algısıyla ilişkilidir. Emzirme öz-yeterlilik algısı annenin emzirme hakkında kendine olan güvenidir ve emzirmeyi gerçekleştirme konusunda hissettiği inançtır. Bu algı emzirmeye devam edip etmeyeceğini gösterir. Cindy Lee Dennis tarafından geliştirilen Emzirme Öz-Yeterlilik Kuramı, emzirme öz-yeterlilik algısını şekillendiren bilgi kaynakları, öz-yeterlilik algısı, kişisel yanıtlar ve sonuçlardan oluşmaktadır. Bu olgu sunumunun amacı, erken doğum ve ilk emzirmede olumsuz emzirme deneyimi yaşayan Y.K.'nin Dennis'in Emzirme Öz-Yeterlilik Kuramına göre incelenmesi ve kuram kullanımına yönelik örnek bir hemşirelik girişim planı oluşturmaktır.

Seeing a Mother with a Premature Baby through the Framework of Breastfeeding Self-Efficacy Theory: Case Report**ARTICLE
INFO**Received : 19.04.2024
Accepted : 04.06.2024**Keywords**Breastfeeding
Self-efficacy
Theory
Prematurity
Nursing*** Corresponding Author**

aysenkaratas97@gmail.com

ABSTRACT

Today, the use of theory in care practices is becoming widespread. Breastfeeding is an area where nurses are very effective and it is important to support it with theory. When the barriers to breastfeeding are examined, the mother's negative perception of "insufficient milk" is one of the most important reasons for early termination of breastfeeding or supplementation with additional nutrients. This idea is related to the mother's perception of self-efficacy. Breastfeeding self-efficacy perception is the mother's confidence about breastfeeding and her belief in her ability to perform breastfeeding. This perception indicates whether or not she will continue breastfeeding. The Breastfeeding Self-Efficacy Theory, developed by Cindy Lee Dennis, identifies sources of information, perceptions of self-efficacy, personal responses and outcomes that shape breastfeeding self-efficacy perception. The aim of this case report is to examine Mrs. Y.K., who had a preterm birth and negative breastfeeding experience in her first breastfeeding attempt, according to Dennis' Breastfeeding Self-Efficacy Theory and to create a sample nursing intervention plan for the use of the theory.

GİRİŞ

Günümüzde sağlık uygulamalarında araştırmalar ilerledikçe bakım uygulamalarında kuram kullanımı yaygınlaşan bir görüş olmaktadır. Bununla doğru orantılı olarak emzirmede de kuram kullanımı oldukça yaygın bir durum haline gelmiştir. Kuramlar araştırmacının karşısındaki bireyi ve davranışlarını anlayabilmesi için oluşturulmuştur ve genel olarak kavramsal sistemler ve önermelerin doğrulanmış şeklidir. Mesleklerin profesyonelleşmesi için meslekteki araştırmaların kuramlara dayandırılması oldukça önemli bir adımdır. Diğer önemli nokta ise araştırmalarda kullanılan kuramların mesleki uygulamalara aktarılabilmesidir. Emzirme uygulamaları için de sağlık profesyonelleri tarafından kuram kullanımı yaygınlaştırılmalıdır. Emzirmenin istenilen düzeyde güçlenmesi için sağlık profesyonellerinin verdiği emzirme eğitimlerinin kanıta dayalı uygulamalarla zenginleştirilmesi ve kuramlara dayalı bakım uygulamasının eklenmesi gerekmektedir (1,2).

Ebeveynler gebelik süresince sağlıklı bir bebek hayali kurarken, doğumda prematüre bebeğe sahip olduklarında hayal kırıklığı yaşayabilmektedirler. Preterm bebeklerin yenidoğan yoğun bakımda yatmaları, emme zayıflığı yaşamaları, annelerin bebeğini kucaklamada zorlanmaları ve emzirmeye engel olabilecek bir sorun yaşamaları gibi nedenlerle emzirmeleri olumsuz etkilenebilmektedir. Bebeğin erken doğması ve anneden ayrılarak yenidoğan yoğun bakıma alınması annede majör stres kaynağı olmaktadır. Bu durumda da annenin emzirme öz-yeterlilik algısı olumsuz etkilenebilmektedir (3,4).

Preterm bebeği olan annelerin maternal bağlanma, emzirme öz-yeterliliği ve bakıma katılım düzeylerinin ve aralarındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla yapılan bir çalışmada 289 preterm bebek annesi ile çalışılmıştır ve %73,4'ünün yenidoğan yoğun bakım ünitesinde yattığı belirtilmiştir. Çalışmada her gün bebeği hakkında bilgi alabilen annelerin maternal bağlanma ve emzirme öz-yeterlilik düzeyi daha yüksek bulunmuştur. Çalışmayan annelerde maternal bağlanma daha yüksek tespit edilmiştir. Çalışmada bakıma katılan annelerin maternal bağlanmasının yüksek olduğu ve maternal bağlanma düzeyi yüksek olduğunda emzirme öz-yeterlilik düzeyinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır (3). Kanada'da bir hastanede bebekleri 3. seviye yenidoğan yoğun bakım ünitesinde yatan 132 anne-bebek çifti ile yapılan bir çalışmada, erken dönem aile merkezli bakımın kalitesinin ve emzirme öz-yeterliliğinin yüksek olmasının erken doğan bebeklerinin yenidoğan yoğun bakım ünitesinden hızlı taburcu edilmesiyle ilişkili olduğu bulunmuştur (5). İran'da preterm bebeği olan 65 kadın ile sürekli destekleyici telefon danışmanlığının emzirme öz-yeterliliği üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla yapılan bir çalışmada taburcu olduktan sonra 14 günlük sürekli destekleyici telefon danışmanlığı alan müdahale grubunda ortalama emzirme öz-yeterliliğinin 33,18'den 53,48'e yükseldiği, kontrol grubunda 31,17'den 28,56'ya düştüğü tespit edilmiş ve sürekli destekleyici telefon danışmanlığının emzirme öz-yeterliliğini etkili bir şekilde artırabileceği belirtilmiştir (6).

Bu olgu sunumunun amacı yenidoğan yoğun bakımda prematüre bebeği olan bir anneyi emzirme öz-yeterlilik kuramı çerçevesiyle incelemek ve kuram kullanıma yönelik örnek bir hemşirelik girişim planı oluşturmaktır.

Emzirme Öz-yeterlilik Kuramı

Öz-yeterlilik kavramı ilk olarak bir sosyal bilimci olan Albert Bandura tarafından tanımlanmıştır. Bireylerin bir zorlukla karşılaştıklarında kararlarını ve nasıl hissettiklerini açıklayan öz-yeterlilik algısı, Bandura tarafından "bireyin bir davranışı gerçekleştirebilmesi için kendisine olan inancı ve motivasyonudur" şeklinde tanımlanmıştır (7). Bandura 1986 yılında öğrenmede bilişsel sürecin önemini kavrayarak sosyal öğrenme kuramını oluşturmuştur. Bandura insanların başkasının davranışlarını gözleyerek ve bunlardan bir sonuç çıkararak öğrenebileceğini belirtmiştir ve kuramlarını da bunun üzerine şekillendirmiştir (8). Cindy Lee

Dennis, Bandura'nın öz-yeterlilik kavramından etkilenmiştir ve Bandura'nın geliştirdiği Sosyal Bilişsel Kuramı'na dayandırarak emzirme öz-yeterlilik kavramını tanımlamıştır. Daha sonra 1999 yılında Emzirme Öz-yeterlilik Kuramı'nı geliştirmiştir. Kuramda emzirme öz-yeterlilik algılarının, annelerin emzirmeye devam edip etmeyeceğini belirlemede önemli bir etmen olduğu belirtilmiştir. Aynı zamanda kuramda annelerin kendilerine güvenince ve özgüvenleri yüksek olunca emzirmeyi başlatma ve sürdürmede daha başarılı olacakları da belirtilmiştir (9,10,1).

Emzirme öz-yeterliliği annenin emzirme durumunu, emzirme için göstereceği çabayı, emzirme düşüncelerini ve emzirme sürecindeki duygusal zorluklarla baş etmesini gösterir (3,11). Annenin öz-yeterliliği yüksek ise karşılaştıkları zorluklarla daha kolay baş edebilirler. Kendilerini cesaretlendirirler ve olumlularla sorunu çözmeye yatkındırlar. Öz-yeterliliği yüksek anneler emzirme konusunda daha cesur davranmaktadır (12). Literatürde de emzirme öz-yeterliliği yüksek annelerin emzirme süreci, başarısı ve süresinin olumlu yönde etkilendiği belirtilmektedir (12, 13).

Emzirme öz-yeterliliği dört bilgi kaynağından etkilenmektedir (Şekil 1). Bilgi kaynaklarından annenin emzirme deneyimleri; annenin önceki bebeklerini emzirme durumunu ve annenin çevresinden gördüğü emzirme örneklerini; annenin başka bir anneyi emzirirken gözlemlemesini ya da deneyimlerini dinlemesini, emzirme konusunda çevre desteği; annenin ailesi, eşi ve arkadaşlarından ya da sağlık çalışanları tarafından desteklenme durumunu, emzirme hakkında annenin psikolojik durumu; annenin yaşadığı ağrı, yorgunluk, stres, anksiyete veya sütün yetersizliği algısını göstermektedir. Sağlık profesyonelleri öz-yeterliliği geliştirmek istiyorlarsa emzirmeyi etkileyen bilgi kaynaklarına odaklanmalı ve bunlara yönelik girişimlerde bulunmalıdırlar (13,14). Dennis'in tanımladığı emzirme öz-yeterlilik kuramının çerçevesini ise yine dört başlık altında inceleyebiliriz (Şekil 1). Kuramın çerçevesi bilgi kaynakları (annenin emzirme deneyimleri, çevredeki emzirme örnekleri, emzirme hakkında çevre desteği, annenin emzirme konusunda psikolojik durumu), öz-yeterlilik algısı (annenin emzirme hakkında kendine güvenmesi), kişisel yanıtlar (davranış seçeneği, çaba ve süreklilik, düşünceler, duygusal tepkiler) ve sonuçlar (emzirmeyi başlatma, performans, sürdürme) olarak ele alınmaktadır.



Şekil 1. Emzirme Öz-yeterlilik Kuramı Çerçevesi (9, 10, 13)

MATERYAL VE METOT

Bu çalışmada, preterm bir bebeğe sahip ve bebeği yenidoğan yoğun bakım ünitesinde yatmakta olan anne olgu sunumu olarak hazırlanmıştır. Anne emzirme öz-yeterlilik kuramı çerçevesinden incelenmiştir. Anneye ve bebeğe ait bilgiler anneden sözel onam alındıktan sonra toplanmıştır. Etik ilkeler doğrultusunda annenin adı mahremiyeti koruma için kısaltılmıştır. Anne Y.K. ile 18.12.2023 tarihinde görüşülmüş ve veriler kendisinden toplanmıştır.

OLGU SUNUMU

Emzirme Öz-Yeterlilik Kuramına Göre Olgunun Değerlendirilmesi

Olguya İlişkin Kısa Özgeçmiş

Yirmi yaşında, lise mezunu ve ev hanımı olan Y.K. ilk doğumunu gerçekleştirmiş bir lohusadır. Y.K.'nin herhangi bir metabolik ya da kronik hastalığı yoktur ve akraba evliliği yapmamıştır. Kullandığı ilaç ya da madde yoktur. Doğumunu amniyon sıvısı gelmesi sonucu başvurduğu Muğla'daki bir hastanede 33 haftalık olarak 20.11.2023 tarihinde sezaryen doğum ile gerçekleştirmiştir ve 2700 gr ağırlığında bir kız bebek dünyaya getirmiştir. Doğum sonrası bebek yenidoğan yoğun bakım ünitesine alınmıştır. Y.K. gebelik öncesi hiçbir eğitim almamıştır. Gebeliği plansız olmasına rağmen, süreç içerisinde gebeliği konusunda düşünceleri olumlu yönde değişmiştir. Doğum öncesi emzirmeye ilişkin bilgilendirme sadece NST sırasında hemşire tarafından kısa bilgiler şeklinde verilmiştir. Anne gebeliği süresince hekimin önerisiyle bir kez gebe okulunu ziyaret etmiş, ancak köyde yaşaması sebebiyle ulaşım sıkıntısı yaşadığı için düzenli olarak eğitime katılamamıştır.

Y.K. emzirme öz-yeterlilik kuramı çerçevesinde incelendiğinde aşağıdaki bilgilere ulaşılmıştır.

a. Bilgi Kaynakları

1. Annenin Emzirme Deneyimleri: Y.K. primipar bir anne olduğu için kendine ait önceden emzirme deneyimi bulunmamaktadır. Bebeğini yoğun bakımda bir kez emzirmeyi denemiş, ancak bebeğin küçük ve güçsüz olması sebebiyle bir süre daha sütünü sağıarak besleme kararı alınmıştır. Anne bu kararı “ben emzirmeyi beceremedim, o yüzden onlar bebeğimi ağzından hortumla besleyecek” diye yorumlamaktadır. Anne kendisine önerildiği gibi üç saatte bir sütünü sağımaya çalışmakta, ancak sütünün çok az geldiğini belirtmektedir. Bu sütün bebeğine yetemeyeceğini düşünmekte, bu sebeple yoğun bakımdan “ya çıkamazsa” korkusu yaşamakta ve bunu anlatırken ağlamaktadır. Doktorlar bebeğinin kilo alımını yakından takip ettikçe (her gün bilgi verilirken bebeğin kilosu söylenmekte) anne kendini suçlamaya devam etmekte ve “Benim sütüm yetmiyor ki bana sürekli kilo bilgisi veriliyor” düşüncesi stres yaşamasına sebep olmaktadır.

2. Annenin Çevresinden Gördüğü Emzirme Örnekleri: Y.K.'nin emzirme hakkında kendi deneyimi olmasa da annesinin olumsuz deneyimleri korku yaşamasına sebep olmaktadır. Kendi annesinin emzirme sürecinde sütü çok az gelmiş ve meme ucu çöküklüğü yaşamıştır. Bu deneyimlerini de sık sık kızına yansıtmıştır. Y.K.'nin sağ memesinde hafif meme ucu çöküklüğünün olması annesinin deneyimlerini hatırlattığı için üzülmeye yol açmakta ve anlatırken endişelenmektedir.

3. Emzirme Konusunda Çevre Desteği: Y.K. bebeği için yoğun bakıma verdiği sütün yeterli olup olmadığı bilgisini alamamıştır, çünkü sadece bilgi amaçlı doktorlarla

görülebilmekte, hemşirelerle görüşmemektedir. Hemşirelerin kendisiyle konuşacak vakitlerinin olmadığını hissetmiş ve bu durumdan rahatsızlık duyduğunu belirtmiştir. Y.K.'nin kendi ailesi Muğla ilinde yaşamadığı için ailesiyle görüşmemektedir. Annesi köyde yaşadığı ve çiftlik hayvanları olduğu için kızının yanında doğum sonrası uzun süre kalamamıştır. Y.K. eşinin ailesine yakın bir evde oturmakta, ancak ziyaret günleri hastaneye Y.K. ile kimse gelmemektedir. Eşi çalıştığı için onu getirememekte ve yalnız gelmesi toplu taşıma ile uzun sürmektedir. Tek başına hastaneye gelmek, bebeğini görmek, doktorlardan bilgi almak yalnızlık hissetmesine sebep olmakta ve artık gücünün kalmadığını ifade etmektedir.

4. Emzirme Hakkında Annenin Psikolojik Durumu: Y.K. tüm yaşadıklarının sonucunda yoğun bakım kapısında kendini yalnız ve çaresiz hissetmektedir. Tek istediği bebeğini sağlıklı kucağına almaktır. Y.K. kayınvalidesinin erkek torun istediğini bilmekte, bu yüzden kızını ve kendisini sevmeyeceklerini düşünmektedir. Y.K. psikolojik olarak kendini ailesine ifade etmekte zorlandığını belirtmiştir. Yaşının küçük olduğunu ve bu yükün kendisine ağır geldiğini düşünmektedir. Bu psikolojik durumunun emzirme hakkındaki durumunu etkilemediğini, hala emzirmeyi istediğini belirtmektedir.

b. Öz-yeterlilik Algısı

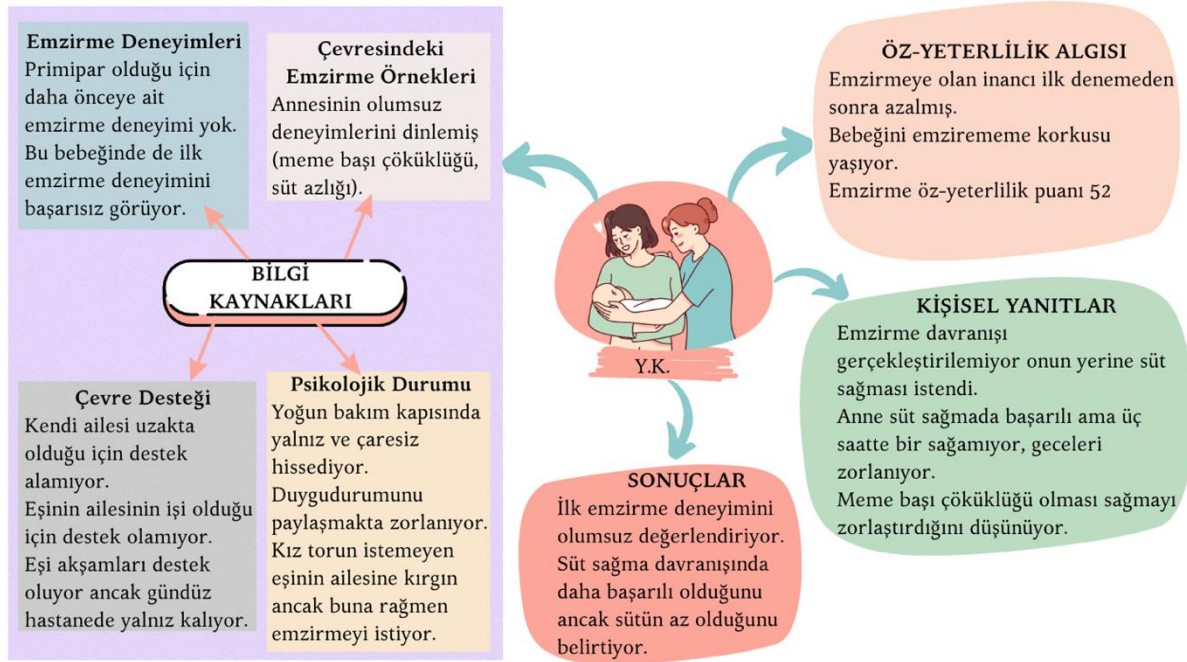
Y.K. emzirmeyi çok istemekte, ancak artık emzirmeyi başarabileceğine olan inancı azalmış durumdadır. Aslında ilk başta daha çok inanırken, ilk emzirme denemesinde başarısız olduğu için çok mutsuz ve endişeli hissetmektedir. Şu anda da bebeğini emzirmesine izin verilmediği için başaramazsam korkusu yaşamaktadır. Y.K.'nin öz-yeterliliğini değerlendirmek için Tokat ve ark.(15) 2010'da Türkçe geçerlilik ve güvenilirliğini yaptığı "Preterm Bebekleri Olan Anneler için Emzirme Öz-Yeterlilik Ölçeği" uygulanmıştır. Ölçekten minimum 18 puan, maximum 90 puan alınmaktadır. Yüksek puan, yüksek emzirme öz-yeterliliğini göstermektedir. Ancak, Y.K. 52 puan almış ve ortalamanın altında bir emzirme öz-yeterlilik algısına sahip olduğu saptanmıştır.

c. Kişisel Yanıtlar

Y.K. emzirme davranışını şu an tam olarak gerçekleştirememekte, onun yerine süt sağma davranışını gerçekleştirmiş ve mümkün olduğunca her üç saatte bir bu davranışın sürekliliğini sağlamaya çalışmaktadır. Ancak köyde yaşadığı ve kayınvalidesinin çok işi olduğundan Y.K. ev işlerini kendisi yapmak zorunda kaldığını ve bu yüzden bazen süt sağmada aksamalar yaşayabildiğini bildirmektedir. Bazen de geceleri uyanmak çok zor geldiği için üç saatten daha uzun süre süt sağmadığını ve sabah uyandığında kendisini aşırı suçlu hissettiğini, sağarken sütünün az geldiğini, ancak çabasının devam ettiğini ve vazgeçmediğini ifade etmektedir. Meme ucu çöküklüğü yaşadığı için elle sağmada zorlandığını düşünmekte, bu nedenle de eşine pompa aldırması. Bebeğine sağdığı sütün çok iyi geleceğini ve kilo alımı yeterli olduğunda taburcu olacağını bilmektedir. Bebeği taburcu olunca emziremeyeceği kaygısı yaşamakta ve bu yüzden taburcu olurken hemşirelerden yardım almayı düşünmektedir. Doğum sonu dönemde annesi yanında olmadığı için zorlanmakta, süt sağarken annesini görüntülü aramakta ve bu konuşma rahatlamasını sağlamaktadır.

d. Sonuçlar

Y.K. bebeğinin sağlık sorunları nedeniyle ilk başta başlattığı emzirme davranışını sürdürmemiştir. İlk emzirme deneyimi yüzünden emzirme sürecini de başarısız performans olarak değerlendirmektedir. Daha sonra başladığı süt sağmada daha iyi performans sergilediğini, ancak sütünün az olduğunu düşünmektedir. Yine de bu davranışı büyük bir istekle sürdürmeye devam ettiğini ifade etmektedir.



Şekil 2. Y.K.'nin Emzirme Deneyiminin Emzirme Öz-yeterlilik Kuramı Çerçevesinde Değerlendirilmesi (9, 10, 14)

BULGULAR VE TARTIŞMA

Olgumuzdaki Y.K. emzirmeye yönelik doğum öncesi veya sonrasında eğitim almadığını belirtmiştir. Sadece NST sırasında kısa bilgilendirmeler yapılmıştır. Y.K.'nin bilgi kaynakları alanını etkilemek için; hemşire Y.K.'yi hastaneye ziyaretleri sırasında sağlıklı sağma süreci, yorgunluk ve stres gibi faktörlerin anne sütü miktarına etkisi konusunda bilgilendirebilir, bu konuda broşür veya eğitim materyali verebilir, olumlu vaka örneklerinden bahsedebilir veya akran desteği sağlayabilir. Emzirme eğitime yönelik, Batı Çin'de gestasyonel diyabeti olan 226 kadın (113 müdahale, 113 kontrol) ile yapılan bir çalışmada müdahale grubuna 4 fazda uygulama yapılmış ve araştırmacı tarafından müdahale grubunun performans başarılarını artırmak için emzirme becerileri emzirme öz-yeterlilik kuramına dayandırarak öğretilmiştir. Çalışmanın sonucunda müdahale grubunun emzirme öz-yeterliliği puanlarının kontrol grubundakilerden anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Böylelikle emzirme öz-yeterlilik kuramına dayanan perinatal bireyselleştirilmiş emzirme eğitiminin, gestasyonel diyabeti olan kadınların emzirme öz-yeterliliği ve emzirme oranı üzerinde olumlu etkileri olduğu ifade edilmiştir (16).

Y.K. primipar bir anne olduğu için kendine ait önceden emzirme deneyimi olmadığını, bu bebeğiyle olan deneyiminin başarısız olduğunu ve çevresinden olumsuz emzirme deneyimi olan annesini dinlediğini ifade etmiştir. Y.K. çevre desteğini de yetersiz aldığını belirtmiş ve psikolojik olarak yorulduğunu (yoğun bakımdan her gün bilgi alamamak, eşinin çalışma durumu yüzünden hastanede yanında olamaması, süt sağarken annesinin yanında olamaması gibi nedenlerle) dile getirmiştir. Bu sebeple olgumuzun bilgi kaynakları zayıf kalmaktadır. Kuramın bilgi kaynaklarına yönelik, yenidoğan yoğun bakım ünitelerinde orta ve geç preterm bebekler ile anne deneyimlerini araştırmak ve emzirme öz-yeterlilik kuramının uygulanabilirliğini değerlendirmek amacıyla 14 anne ile yapılan nitel bir çalışmada yenidoğan yoğun bakım üniteleri bağlamında emzirme öz-yeterliliğini keşfetmek ve tanımlamak için, annelerle yarı yapılandırılmış telefon görüşmelerinde emzirme öz-yeterlilik kuramından dört bilgi kaynağı üzerinde durulmuştur. Çalışma bulguları emzirme öz-yeterlilik kuramının preterm bebeklerin anneleri için geçerli bir kuram olduğunu ve kuramın bakımda kullanılmasıyla emzirme öz-yeterliliğini artırdığını göstermektedir (17).

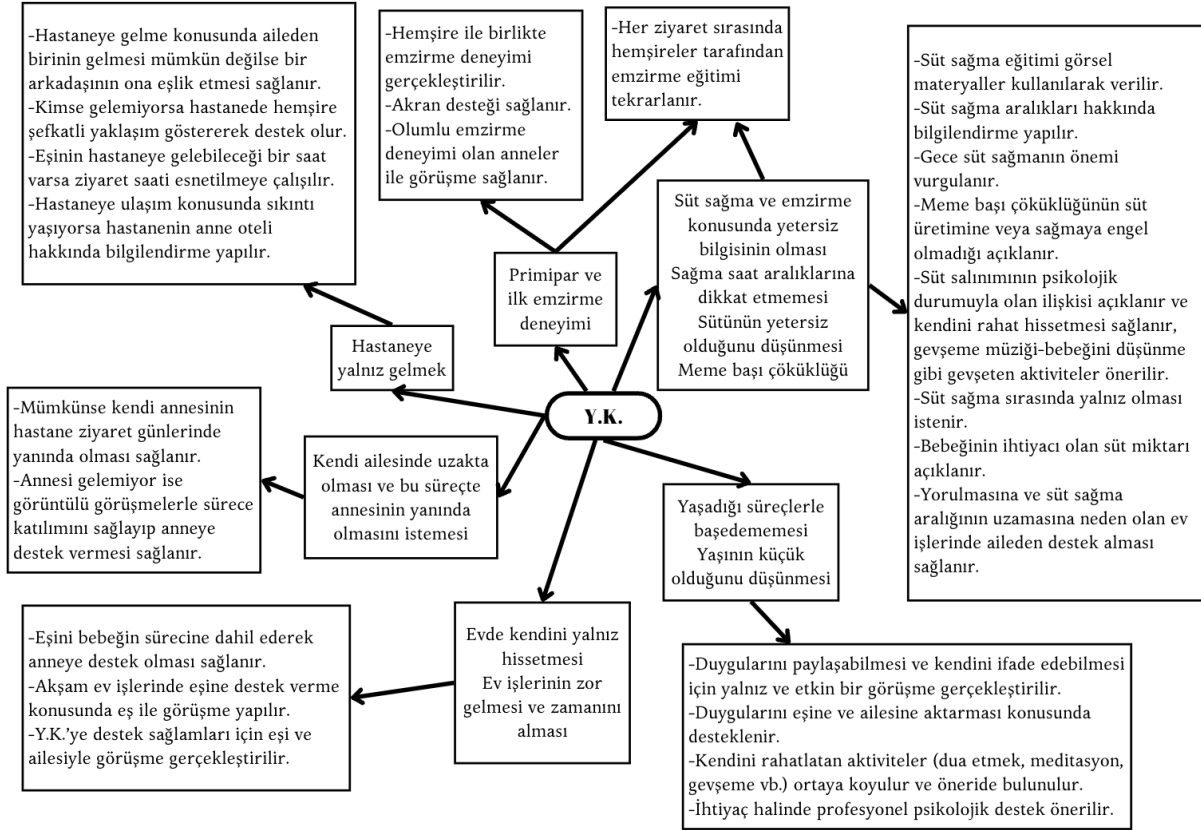
Olgumuz Y.K.'nin emzirme öz-yeterlilik puanı 52 puandır ve emzirme konusunda kendini başarısız olarak değerlendirmektedir. Primipar olması, bebeğinin yanında olmaması ve bebeğini emzirme konusunda sadece bir kez fırsat elde etmesi bu durumu oldukça etkilemektedir. Y.K., emzirme öz-yeterliliğinin yükselmesini sağlayacak herhangi bir emzirme eğitimi almamıştır. Eğitim almamasına ek olarak çevreden yeterli destek göremediğini ifade etmektedir. Buna yönelik Malezya'da 34 ila 37 haftalık, daha önce emzirmemiş gebeler ile yapılan çalışmada müdahale grubuna Emzirme Öz-yeterlilik kuramına dayanan yüz yüze ve WhatsApp tabanlı bir sağlık eğitimi, kontrol grubuna da standart bakım verilmiştir. Bu müdahale modülünde gözlemsel öğrenme, kişisel deneyim, sözel ikna, problem çözme, öz-yeterlilik ve sonuç beklentisi gibi yapılarını uygulamıştır. Katılımcılar müdahaleden sonra değerlendirildiğinde; müdahale grubu kontrol grubuna kıyasla doğumdan 8 hafta sonra ortalama toplam emzirme öz-yeterlilik skorunda önemli bir artış göstermiştir (18). Yine eğitimin önemi üzerinde duran, Avustralya'da bir hastanenin doğum öncesi kliniğinde gebeliğin son trimesterında olan 300 kadın ile yapılan bir çalışmada annelerle doğum sonrası 1. hafta ve 4. ayda telefon görüşmesi gerçekleştirilmiş ve emzirme öz-yeterlilik kuramı doğrultusunda bilgilendirme yapılmıştır. Emzirme öz-yeterlilik kuramı açıklanmış ve annelere bilgilendirme yapılmıştır. Değerlendirmede emzirme öz-yeterliliği yüksek olan annelerde emzirme oranları daha yüksek bulunmuştur (19).

Emzirme Öz-Yeterlilik Kuramına Dayalı Olguya Yaklaşım Nasıl Olmalıdır

Olgumuz Y.K. kuram doğrultusunda incelenmiş ve durumu tanımlanmıştır. Sonuçlarını iyileştirmek, süt sağma konusunda alışkanlıklarını geliştirmek ve sürdürmek, taburcu edildikten sonra emzirmeyi başarılı bir şekilde gerçekleştirmesini sağlamak için bazı hemşirelik girişimleri uygulanmalıdır.

Kuramdaki "Bilgi Kaynakları" bölümü iyi bir şekilde tanımlanması gereken ve kısmen hemşirelik müdahaleleri ile değişim gösterebilecek bir alandır. Emzirme deneyimi alanına ilişkin olarak, primipar ve ilk deneyimi olan anne daha çok tanımlama düzeyinde kalmakla beraber, anne sütü sağma konusunda beraber deneyim yaşama veya sağlık ekibi tarafından uygun görüldüğü zaman beraber emzirme deneyimini olumlu bir şekilde gerçekleştirme emzirme deneyimini olumlu etkileyecektir. Annenin çevreden gördüğü deneyimler alanında ise olumlu bir etkileşim sağlamak için klinikte aynı şekilde prematüre bebeği olan ve şu anda emzirmeyi başarılı bir şekilde gerçekleştiren akran ile görüşme sağlama uygun bir girişim olacaktır. Çevrenin desteği içerisinde hem aile hem de profesyonel destek ele alınmalıdır. Anne Y.K.'ye akşamları sadece eşi destek sağlamaktadır. Gündüzleri hastaneye gitme sürecinde genelde yalnız kalmaktadır. Bu nedenle Y.K. güvendiği bir arkadaşını bu süreçte yanına getirmesi konusunda desteklenebilir. Desteği yoksa hemşire şefkatli yaklaşım göstererek anneyi bu süreçte rahatlatılabilir. Ayrıca Y.K.'nin aile ve çevresiyle görüşülerek bu konuda uygun yaklaşımları konusunda bilgilendirilebilir. Süt sağma sırasında Y.K.'nin annesiyle görüntülü görüşmesi anne desteğinin kendisi için ne kadar önemli olduğunu göstermektedir. Tüm bu süreç Y.K.'nin psikolojik durumunu da etkilediğinden, duygularını paylaşmasını sağlama ve etkin dinleme yapabilecek önemli başka bir girişimdir. Kendisini rahatlatan aktiviteleri ortaya koymalı (dua etmek, meditasyon, gevşeme v.b.) ve bu konuda bazı önerilerde bulunulmalıdır. Süt salımı ve akışının psikolojik durumla ilişkisi, kendisi rahat olunca bu durumun nasıl iyileştiği aktarılmalı ve rahatlaması sağlanmalıdır. Örn: yoğun köy işleri ve yorgunluk nedeniyle sütünü sağmakta zorlandığını belirtmişti. Burada Y.K.'nin süt sağmayı keyifli bir hale getirmek için işler arasında bir 20 dk. dinlenme süreci gibi algılamasını, kendine o süreçte seçebileceği ve kullanabileceği bir sözsüz gevşeme müziği seçtirerek süt sağma sırasında dinlemesi, süt sağma yaptığında mümkünse odada yalnız ve rahat bir şekilde oturarak bu süreci gerçekleştirmesi konusunda

yönlendirilmelidir. Ayrıca Y.K.'nin kayınvalidesi tarafından erkek torun istenmesi nedeniyle kızı için yanında destek olunmadığını ve kızını sevmeyeceklerini düşünmesi kendisine psikolojik bir stres yaratmaktadır. Anne Y.K.'nin bu kaygısını ailesi ile paylaşması konusunda desteklenmeli ve rahatlamasının süt salgısı için önemi vurgulanarak rahatlaması sağlanmalıdır. Bilgi kaynakları alanında yapılacak girişimler Y.K.'nin öz-yeterlilik algısını olumlu yönde geliştirecektir. Öz-yeterlilik algısı güçlenen Y.K. süt sağmayı ve ilerleyen dönemde emzirmeyi başarmak için daha çok çaba gösterecektir. Ne kadar çok işi olsa da süt sağmayı tam saatinde ve gerektiği gibi yapmaya gayret edecektir (Şekil 3).



Şekil 3. Y.K. için Emzirme Öz-yeterlilik Kuramına Dayalı Planlanan Hemşirelik Girişimleri

SONUÇ VE ÖNERİLER

Postpartum dönemde annelerin emzirme öz-yeterliliğinin yüksek olmasını sağlamak için emzirme öz-yeterlilik kuramı çerçevesinde annelere danışmanlık verilmelidir. Annenin bilgi kaynaklarını artırmak için emzirme ve süt sağma eğitimi verilmeli, olumlu vaka örnekleriyle akran desteği sağlanmalı, çevre desteği güçlendirilmeli ve psikolojik profesyonel destek sağlanmalıdır. Doğum sonu erken dönemde annelerin emzirmeye odaklanması sağlanarak ve emzirme eğitimi/desteği verilerek kuram çerçevesinde annelerin öz-yeterlilik algıları artırılmalı, özgüvenleri yükseltilmelidir. Annelerin var olan yetenekleri güçlendirilerek etkili emzirmenin erken dönemde başlatılması ve devamlılığının sağlanması için annenin kişisel yanıtları güçlendirilmelidir. Emzirmede performans başarısı algısı giderilmeli ve bunun bireye özgü özel bir deneyim olduğu ifade edilmelidir. Her annenin sonuç algısının kendine özel olduğu hatırlatılmalı ve başarısını öznel değerlendirilmesi gerektiği açıklanmalıdır.

KAYNAKLAR

1. Özkan, H., Arı, Ö., & Uzun Özer, B. (2022). Kuramlarla emzirme. YOBÜ Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi, 3(3), 348-357.
2. Alligood, M. R. (2014). Nursing Theorists and Their Work, Elsevier
3. Açar, T., & Yıldırım, F. (2023). Preterm bebek annelerinin maternal bağlanma, emzirme özyeterliliği ve bakıma katılım düzeyleri. Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 8(3), 466-475. <https://doi.org/10.51754/cusbed.1365922>
4. Karakoç Geçici A, Geçkil E. (2020). Kanguru bakımının prematüre bebek annelerinin emzirme özyeterlilik düzeyi ve emzirme başarısına etkisi. Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 23(4), 516-526. DOI: 10.17049/ataunihem.674646
5. Lebel, V., Argiropoulos, N., Robins, S., Charbonneau, L., & Feeley, N. (2022). Family-centred care and breastfeeding self-efficacy determined how ready mothers were for their infants to be discharged from a neonatal intensive care unit. Acta Paediatrica (Oslo, Norway:1992), 111(12), 2299-2306. <https://doi.org/10.1111/apa.16538>
6. Mohammadian, M., Maleki, A., & Badfar, G. (2021). Effect of continuous supportive telephone counselling on improving breastfeeding self-efficacy in mothers with late preterm infants four months after discharge: A randomized, controlled study. Journal of Mother and Child, 25(1), 44-50. <https://doi.org/10.34763/jmotherandchild.20212501.d-20-00017>
7. Bandura A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. Psychol Rev., 84(2):191-215. doi:10.1037//0033-295x.84.2.191
8. Bandura, A. (1989). Social cognitive theory. In E. Barnouw (Ed.), International Encyclopedia of Communications (Vol. 4, pp. 92-96). New York: Oxford University Press.
9. Dennis C.L. (1999). Theoretical underpinings of breastfeeding confidence: A self-efficacy framework. Journal of Human Lactation. 15(3):195-201.
10. Dennis CL. (2006). Identifying predictors of breastfeeding self-efficacy in the immediate postpartum period. Res Nurs Health. 29(4), 256-268. doi:10.1002/nur.20140
11. Çınar N, Topal S, Yalnızoğlu Çaka S, Altınkaynak S. (2023). Annelerde postpartum depresyon, sosyal destek ve emzirme öz-yeterliliği arasındaki ilişkinin incelenmesi. JCME. 32(2), 113-22.
12. Tokat, M. A., & Okumuş, H. (2013). Emzirme öz-yeterlilik algısını güçlendirmeye temelli antenatal eğitimin emzirme öz-yeterlilik algısına ve emzirme başarısına etkisi. Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi, 10(1), 21-29.
13. Gerçek E, Sarıkaya Karabudak S, Ardıç Çelik N, Saruhan A. (2017). The relationship between breastfeeding self-efficacy and LATCH scores and affecting factors. J Clin Nurs, 26(7-8), 994-1004.
14. Şahin, B. M., & Özerdoğan, N. (2014). Başarılı emzirme için sosyal bilişsel ve emzirme öz-yeterlilik kuramlarına dayalı hemşirelik bakımı. Hemsirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi, 11(3).
15. Tokat Alus M., Okumus H., Dennis C-L. (2010). Translation and psychometric assessment of the breastfeeding self-efficacy scale—short form among pregnant and postpartum women in Turkey. Midwifery.
16. You, H., Lei, A., Xiang, J., Wang, Y., Luo, B., & Hu, J. (2020). Effects of breastfeeding education based on the self-efficacy theory on women with gestational diabetes mellitus: A CONSORT-compliant randomized controlled trial. Medicine, 99(16), e19643. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000019643>

17. Brockway, M., Benzies, K. M., Carr, E., & Aziz, K. (2020). Does breastfeeding self-efficacy theory apply to mothers of moderate and late preterm infants? A qualitative exploration. *Journal of Clinical Nursing*, 29(15-16), 2872–2885. <https://doi.org/10.1111/jocn.15304>
18. Mohamad Pilus, F., Ahmad, N., Mohd Zulkefli, N. A., & Mohd Shukri, N. H. (2022). Effect of face-to-face and WhatsApp communication of a theory-based health education intervention on breastfeeding self-efficacy (SeBF intervention): cluster randomized controlled field trial. *JMIR mHealth and uHealth*, 10(9), e31996. <https://doi.org/10.2196/31996>
19. Blyth, R., Creedy, D. K., Dennis, C. L., Moyle, W., Pratt, J., & De Vries, S. M. (2002). Effect of maternal confidence on breastfeeding duration: an application of breastfeeding self-efficacy theory. *Birth (Berkeley, Calif.)*, 29(4), 278–284. <https://doi.org/10.1046/j.1523-536x.2002.00202.x>