



## Duygusal Zekâ Yetenek Modeli Bağlamında Ebelik

### Midwifery in the Context of Emotional Intelligence Ability Model

Hanife Nurseven ŞİMŞEK<sup>1\*</sup>

#### ÖZET

Ebeler, gebelik ve doğumun doğası gereği insan hayatının duygusal açıdan en yoğun olduğu süreçlere eşlik etmektedir. Ebelerin mesleki sorumluluk alanı yalnızca doğum eyleminin fizyolojik süreçlerini değil, aynı zamanda bakımı altındaki kadınların psikolojik ve duygusal iyiliğini de kapsamaktadır. Ebelik mesleği, doğası gereği bir dizi duyguyu barındırmaktadır. Duygular; fizyolojik, bilişsel, motivasyonel ve deneysel organize tepkiler olup her biri güçlü değerlendirme bileşenlerine sahiptir. Duygusal zekâ yetenek modeli; duyguları algılama, düşüncüyü kolaylaştırmak için duyguları kullanma, duyguları anlama ve duyguları yönetme olarak dört dallı bir bileşendir. Bu modelde, dört dalın her biri, gelişim süreci boyunca edinilen temelden ileri düzeye kadar birbiriyle ilişkili çeşitli becerilerden oluşmaktadır. Etkili ebelik becerileri için duygusal zekâ gereklidir. Doğum ortamında güvene dayalı sosyal ilişkilerin başlatılması ve sürdürülmesi ile duygusal açıdan hassas bir bakım sağlanması ebelik becerilerinin temel yönüdür. Doğum yapan kadınlar, duygusal ihtiyaçları dikkate alınmadığında saygısızlık, kötü muamele, istismar veya obstetrik şiddetle karşılaşabilirler. Doğumun duygusal boyutuna ilişkin bilgi eksikliği, doğum eyleminin yanlış yönetilmesine neden olabilir. Hatta, doğumun duygusal boyutunun anlaşılmasında; fiziksel olarak sağlıklı bir anne ve yenidoğan olsa bile travmatik doğum deneyimine yol açabilir. Bu nedenle ebeler, doğum yapan kadınların duygusal ve psikososyal ihtiyaçlarını karşılamak için doğumun duygusal yönlerini derinlemesine anlamalıdır. Bu derlemenin amacı; duygusal zekâ yetenek modeli bağlamında doğum eyleminin duygusal boyutunu ele almak ve böylece ebelerin farkındalığını arttırmaktır.

**Anahtar Kelimeler:** Duygusal Zekâ, Ebelik, Yetenek, Doğum, Model

#### ABSTRACT

Midwives accompany the most emotionally intense periods of human life due to the nature of pregnancy and birth. The professional responsibility of midwives covers not only the physiological processes of labour but also the psychological and emotional well-being of women under their care. The midwifery profession, by its very nature, encompasses a range of emotions. Emotions are organised responses that are physiological, cognitive, motivational and experiential, each with strong evaluative components. The ability model of emotional intelligence consists of four components: perceiving emotions, facilitating thought using emotion, understanding emotions, and managing emotions. In this model, each of the four branches consists of various interrelated skills, from basic to advanced, acquired throughout the development process. Emotional intelligence is essential for effective midwifery skills. Establishing and maintaining trust-based social relationships in the birth environment and providing emotionally sensitive care are fundamental aspects of midwifery skills. Women in labour may experience disrespect, mistreatment, abuse or obstetric violence when their emotional needs are not considered. Lack of knowledge about the emotional dimension of labour can lead to mismanagement of labour. It can even lead to a traumatising birth experience, even if both the mother and newborn are physically healthy. Therefore, midwives should have a deep understanding of the emotional aspects of labour to meet the emotional and psychosocial needs of women in labour. The aim of this review is to address the emotional dimension of labour in the context of the ability model of emotional intelligence, thereby enhancing the awareness of midwives.

**Keywords:** Emotional Intelligence, Midwifery, Ability, Labour, Model

<sup>1</sup>Dr. Öğr. Üyesi., Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, Manisa, Türkiye. ORCID: 0000-0002-8307-6865

**Sorumlu Yazar:** Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, Manisa, Türkiye, e-posta: hanife.ege.2006@hotmail.com



Bu eser [Creative Commons Atıf 4.0 Uluslararası Lisansı](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) ile lisanslanmıştır.

## GİRİŞ

Tüm kültürlerde doğumun duygu yüklü bir olay olduğu kabul edilmektedir (Hunter, 2010). Gebelik ve doğumun doğası gereği ebeler, insan hayatının duygusal açıdan en yoğun olduğu dönemlerden bazılarında kadınlar ve aileleriyle birlikte çalışmaktadır (Hunter, 2009). Ebelik mesleği, diğer “sağlık meslekleri” ile bir dizi benzerlik gösterse de genel olarak ebeler, yaşam ve ölüm durumlarıyla karşılaşmakta ve bunlara eşlik eden sevinç, mutluluk, acı, korku ve endişe gibi yüksek duygusal tepkilerle uğraşmaktadır (Deery ve Fisher, 2010; Hunter, 2010). Ebelerin mesleki sorumluluk alanı yalnızca doğum eyleminin fizyolojik süreçlerini değil, aynı zamanda bakımı altındaki kadınların psikolojik ve duygusal iyiliğini de kapsamaktadır. Bu tür bir bakımın sağlanması, ebeğin doğum ortamında hem kendisinin hem de kadının sosyal ve duygusal iyiliğini yönetebileceğine dair örtük bir varsayımda bulunur. Doğum ortamında güvene dayalı sosyal ilişkilerin başlatılması ve sürdürülmesi ile duygusal açıdan hassas bir bakımın sağlanması ebelik uygulamalarının temel yönüdür (Hammond vd., 2013).

Doğum, fizyolojik bir eylem olmanın yanı sıra kültürel bir dile sahip derin ve karmaşık evrensel bir olaydır (Hunter, 2009; Aune vd., 2018). Doğum, evrensel fizyolojik bir süreç olmasına rağmen kadınların deneyimlediği, birbiriyle ilişkili psikolojik ve duygusal unsurlar; bakımın kalitesi, müdahaleler, mortalite ve morbidite gibi daha somut bileşenler lehine genellikle göz ardı edilmektedir (Larkin vd., 2009). Uluslararası Ebelik Konfederasyonu’na (ICM) göre, gebelik ve doğum hem sosyo-kültürel hem de duygusal yönleri içeren normal fizyolojik bir olay olup kadınların maternal bakım deneyimleri oldukça farklılık göstermektedir (Hunter, 2009; Aune vd., 2018). Dünya Sağlık Örgütü, olumlu bir doğum deneyimini “bir kadının önceki kişisel ve sosyokültürel inanç ve beklentilerini karşılayan veya aşan, bakım ve duygusal desteğin sürekliliği ile klinik ve psikolojik olarak güvenli bir ortamda sağlıklı bir bebek doğurmayı içeren bir deneyim” olarak tanımlamaktadır (WHO, 2018; Olza vd., 2020). Kültürler arasında doğum deneyimi belirli hislerin duygusal, enerjik, psikolojik, ruhsal ve en ilkel haliyle fiziksel olarak hissedilebildiği, yaşamı belirleyen bir andır. Doğum, genellikle fiziksel olanın ötesine geçerek yalnızca duyguları değil aynı zamanda ruhani olanı da kapsayan bir olaydır (Power vd., 2017). Doğum ve doğum deneyimi, sosyal, çevresel, kurumsal ve politik bağlamlardan etkilenen, birbiriyle ilişkili, öznel, psikolojik, fizyolojik ve varoluşsal etkileri olan derin bir psikolojik deneyimdir (Larkin vd., 2009; Olza vd., 2018). Doğum yapmak için psikolojik olarak güvenli bir ortamı neyin oluşturduğunu anlamak, kadınların doğum deneyimlerini dinlemeyi ve onlardan öğrenmeyi gerektirir (Olza vd., 2020).

Gebelik, doğum eylemi ve doğum sadece fiziksel bir süreç değil, aynı zamanda kadının anne olmaya ve annelik davranışları sergilemeye hazırlandığı (biyolojik ve duygusal olarak) bir

geçiş sürecidir. Kadınların, doğum eylemi sırasında gösterdikleri duygu ve davranışlar, doğum eyleminin fizyolojisi ve sürecinin normal bir şekilde ilerlediğinin güçlü bir göstergesidir. Bir kadının doğum eylemi sırasında kendini nasıl hissettiği ve nasıl davrandığı, kendi bedeni üzerinde hangi hormonların etkili olduğunun anlaşılmasını sağlayabilir (Dixon vd., 2013). Özellikle, doğum yapan kadının nasıl hissettiğine, nasıl eyleme geçtiğine, nasıl konuştuğuna ve nasıl davrandığına dikkat etmek, doğum eyleminin ilerlemesinin önemli bir klinik yönüdür. Ebeler için mesaj şudur: “Doğum yapan kadınları korumak, gözlemlemek, dinlemek ve kendi bedenlerini dinlemelerine yardımcı olmak”. Bu, doğum yapan kadının duygularını ve bilişlerini tanımanın ve bunlara yanıt vermenin önemini vurgulamaktadır. Bu durum, kadını güçlendirecek ve kendi duygularını yönetirken ve her deneyimin benzersizliğinin farkında olurken iyi olma hissini arttıracaktır (Olza vd., 2020).

Doğumun duygusal boyutuna ilişkin bilgi eksikliği, doğum eyleminin yanlış yönetilmesine neden olabilir. Hatta, duygusal boyutunun anlaşılmaması; fiziksel olarak sağlıklı bir anne ve yenidoğan olsa bile travmatik doğum deneyimine yol açabilir. Doğum yapan kadınlar, duygusal ihtiyaçları dikkate alınmadığında saygısızlık, kötü muamele, istismar veya obstetrik şiddetle karşılaşabilirler (Olza vd., 2018). Duygular tipik olarak, birey için olumlu ya da olumsuz bir anlam ifade eden içsel ya da dışsal bir olaya tepki olarak ortaya çıkar (Salovey ve Mayer, 1990). Duygular; fizyolojik, bilişsel, motivasyonel ve deneyimsel organize tepkilerdir ve her biri güçlü değerlendirme bileşenlerine sahiptir (Salovey ve Mayer, 1990; Mayer vd., 2016). Bu derlemenin amacı; duygusal zekâ yetenek modeli bağlamında doğum eyleminin duygusal boyutunu ele almak ve böylece ebelerin farkındalığını arttırmaktır.

### **DUYGUSAL ZEKÂ YETENEK MODELİ**

Genel olarak hayatımızın çok az bir kısmının yalnızca mantıkla yönetildiği kabul edilir. Kararlarımızı ve eylemlerimizi motive eden daha ziyade duygusal dünyamızdır (Patterson ve Begley, 2011). “Duygusal zekâ” terimi ilk olarak 1990 yılında psikoloji literatürüne girmiş ve “bireyin kendisinin ve başkalarının hislerini ve duygularını izleme, bunlar arasında ayırım yapma ve bu bilgileri bireyin düşünce ve eylemlerine rehberlik etmek için kullanma becerisi” olarak tanımlanmıştır (Salovey ve Mayer, 1990; Rivers vd., 2020). Burada temel beceri, bireyin kendi duygularına erişimi ile bu duygular arasında ayırma yapabilme ve nihayetinde onları etiketleyebilme, sembolik kodlara dahil edebilme, bireyin davranışlarını anlama ve yönlendirme aracı olarak onlardan yararlanabilmedir (Salovey ve Mayer, 1990).

Duygusal zekâ yetenek modeli, duyguları algılama, düşünceyi kolaylaştırmak için duyguları kullanma, duyguları anlama ve duyguları yönetme olarak dört dallı bir kategori göstermektedir. Bu modelde, dört dalın her biri, gelişim süreci boyunca edinilen temelden ileri

düze kadar birbiriyle ilişkili çeşitli becerilerden oluşmaktadır (Mayer vd., 2016; Rivers vd., 2020). Birinci, üçüncü ve dördüncü dallar duygular hakkında akıl yürütmeyi içerirken, ikinci dal benzersiz bir şekilde akıl yürütmeyi geliştirmek için duyguları kullanmayı içerir. Dört dal, bir hiyerarşi oluşturmakta ve en temel düzey beceri olarak kendinde ve diğerlerinde duyguları tanımlama ve en üst düzey beceri olarak duyguları yönetme yer almaktadır. Kendinde ve başkalarında duyguları yönetme becerisi, diğer üç dal tarafından temsil edilen yetkinliklerin doruk noktasıdır (Caruso vd., 2015; Mayer vd., 2016).

Duygusal açıdan zeki bireyler, kendilerinin ve başkalarının duygularının farkındadır. İçsel deneyimin olumlu ve olumsuz yönlerine açıktırlar, bunları etiketleyebilirler ve uygun olduğunda bunları iletebilirler. Bu tür bir farkındalık, genellikle kendilerinin ve başkalarının duygularının etkili bir şekilde düzenlenmesine yol açacak ve böylece iyi olma haline katkıda bulunacaktır. Dolayısıyla, duygusal açıdan zeki bireyler genellikle etrafta bulunmaktan zevk alırlar ve başkalarının kendilerini daha iyi hissetmesini sağlarlar. Ayrıca duygusal açıdan zeki bireyler, duygularını doğru bir şekilde algılayarak önemli hedeflere doğru ilerlerken bunları düzenlemek için entegre ve sofistike yaklaşımlar kullanırlar (Salovey ve Mayer, 1990).

Duygusal zekânın temel önermesi, duyguların veri içerdiği, düşünmeye yardımcı olabileceği, insanlar arasında empatik bağlantılar kurulabileceği ve doğru kararlar almaya yardımcı olabileceğidir (Caruso vd., 2015). Etkili ebelik uygulamaları için duygusal zekâ gereklidir (Patterson ve Begley, 2011). İyi bir ebeyi “ebe” yapan şey; içsel zekâ temelli analiz ve muhakeme nitelikleri, benliğini öğrenme sürecinden ayırmadığı için temas halinde kaldığı duygulardır (Davis-Floyd ve Davis, 1996). Çünkü en ilkel haliyle içsel zekâ, bir haz duygusunu bir acı duygusundan ayırt etme kapasitesinden daha fazlasını ifade eder. En ileri seviyede içsel zekâ, bireyin karmaşık ve oldukça farklılaşmış duygu kümelerini tespit etmesine ve sembolize etmesine, duyguları hakkında derin bir bilgi edinmesine olanak tanır (Salovey ve Mayer, 1990). Böylece öz saygı, öz sevgi ve öz güven duyguları ebelerin hümanist olması ve mesleki aidiyet için harmanlanır (Davis-Floyd ve Davis, 1996).

### **Duyguları Algılama**

İlk dal olan duyguları algılama; bireyin deneyimlediği duygusal durumları tanımlama ve ayırt etmenin yanı sıra yüzlerdeki, seslerdeki ve tasarımlardaki duygusal içeriği tanımlama ve duyguları doğru bir şekilde ifade etme becerisidir (Mayer vd., 2016; Rivers vd., 2020; Antonopoulou, 2024). Duygu algısı; yüz ifadelerinde, ses tonunda veya kültürel eserlerde ifade edilen duygu yüklü mesajların kaydedilmesini, bunlara dikkat edilmesini ve deşifre edilmesini içerir. Bireyler, bu tür uyarıların duygusal içeriğini ayırt etme yetenekleri bakımından farklılık gösterir. Bu yetenekler, ilgili bilginin duygular ve duygu durumundan oluştuğu temel bilgileri

işleme becerileridir (Caruso vd., 2015). Bu beceriler şunları içermektedir (Mayer vd., 2016; Rivers vd., 2020) :

- Dürüst veya dürüst olmayan duygusal ifadeleri tanımlama,
- Doğru veya yanlış duygusal ifadeleri ayırt etme,
- Bağlam ve kültüre bağlı olarak duyguların nasıl sergilendiğini anlama,
- Duyguları doğru bir şekilde ifade etme ve bunlarla ilgili ihtiyaçları dile getirme,
- Çevredeki, görsel sanatlardaki ve müzikteki duygusal içeriği algılama,
- Diğer bireylerdeki duyguları; onların sesleri, yüz ifadeleri, dilleri ve davranışları aracılığıyla tanımlama,
- Bireyin kendi fiziksel ve psikolojik durumlarındaki duyguları tanımlama.

Duyguları algılama, değerlendirme ve ifade etme süreci, bireyin kendi duygularını bedensel uyarılma, içsel duygular ve düşünceler aracılığıyla tanımlama becerisiyle başlar. Daha sonra, birey kendi deneyimlerine dayanarak duyguları genelleme konusunda ustalaştıkça, çevredeki ipuçlarını gözlemleyerek, başkalarının duygularını tanımlama yeteneği gelişir. Bunu takiben, birey duygularını çevredeki ipuçlarıyla tutarlı bir şekilde ifade edebilir. Son olarak, birey doğru ve yanlış duygu ifadeleri arasında ayrım yapabilir, dürüst ve dürüst olmayan duygu ifadelerini tanıyabilir veya tespit edebilir (Kanesan ve Fauzan, 2019).

Örneğin; yüzlerde ifade edilen duyguları tanımlama (Caruso vd., 2015). Duygusal iletişimin çoğu sözel olmayan etkileşimler aracılığıyla gerçekleşir (Salovey ve Mayer, 1990). Sözel olmayan etkileşimler; göz teması kurmak, yakın mesafe (özellikle otururken), etkileşimin nedenine duyarlı bir ses tonu kullanmak, dokunma yoluyla nezaket ve ilgi göstermek, aktif dinleme ve gülümsemedir (Williams ve Irurita, 2004). Sözcüklerin ifade edilmesi mümkün olmadığında, sözel olmayan ipuçları veya seslendirmeler doğum yapan kadınların ağrı deneyimine dair fikir vermektedir. Duyusal, duygusal ve psikolojik yönlerin hepsi ağrı davranışının bir parçası olarak kabul edilmektedir. Bir kadın, acı içinde yüzünü buruşturduğunda yüz ifadeleri veya kusma gibi fiziksel tepkiler sözel olmayan davranışları gösterebilir. Ayrıca inleme gibi felç dili ve zengin tanımlayıcı veriler sunan ağlama gibi duygusal tepkiler gösterebilir (Power vd., 2017). Yapılan çalışmalarda, ebelerin yüz ifadelerini; ağrı için en güvenilir ipucu olarak buldukları, bunu sözel ifadeler, vücut hareketleri ve seslendirmelerin izlediği saptanmıştır. Dolayısıyla hem sözel hem de sözel olmayan davranışlardan elde edilen gözlemler, ağrının değerlendirilmesinde kullanılabilir (Baker vd., 2001; Power vd., 2017). Kadını sohbet ve sosyal konulara dahil etmek, övgüde bulunmak (cesaret verici yorumlar kullanmak), sürekli ve sık temas, küçük ayrıntılara dikkat etmek (beklentileri aşmak) sözel etkileşimleri oluşturmaktadır (Williams ve Irurita, 2004). Duyguların

sözel olarak değerlendirildiği ve ifade edildiği araçlardan biri de dildir (Salovey ve Mayer, 1990). Ebelerin uzmanlığı, kadınların açık ve gizli ihtiyaçlarına uygun şekilde yanıt vermek için “ipucu bulma” becerisini içermektedir (Callwood vd., 2016).

Örneğin: Resimler. Manzara fotoğrafları ve soyut sanatsal tasarımların çağrıştırdığı duyguları tanımlama (Caruso vd., 2015). Tüm mekanlar gibi doğum ortamı da sadece mimari, estetik ve tasarım tarafından şekillendirilmez. Aynı zamanda doğum ortamı; mekânı işgal eden nesnelere, semboller ve sosyo-kültürel söylem tarafından da şekillendirilir. Sosyo-mekânsal yaklaşıma göre, çevreye tepki olarak deneyimlenen duygular, herhangi bir mekânda ortaya çıkan faaliyetlerin, davranışların ve etkileşimlerin oluşturulmasında rol oynar. Tüm mekân ve yerler gibi, doğum ortamı da kısmen onunla etkileşime girenlerin düşünceleri, duyguları ve tepkileri tarafından yaratılır. Doğum ortamı ebeyi etkilese de, ebe de doğum ortamını etkilemektedir. Fiziksel ortam ebenin mesleki, psikolojik ve sosyal ihtiyaçlarını desteklemediğinde, olumsuz duygular ve stres yaşanabilir (Hammond vd., 2013). Bu durumda, ebenin olumlu duygular sergilemesi, doğum ortamlarının olumlu duygular oluşturacak şekilde dizayn edilmesi, kadınların doğum deneyimlerini olumlu yönde etkileyebilir.

Doğum eylemindeki kadınların; nefes alma şekilleri, hareket etme ve iletişim kurma biçimleri gibi işaret ve jestleri kullanan ayrı bir ebelik dili olduğu belirtilmiştir (Burvill, 2002). Yapılan çalışmalarda, ebeler; doğumun erken dönemindeki kadınları heyecanlı ve mutlu ancak doğumla başa çıkma becerileri konusunda endişeli olarak tanımlamıştır. Ayrıca bu dönemde kadınların, başkalarına odaklanarak pratik işleri organize ettikleri ve hallettikleri belirtilmiştir (Burvill, 2002; Dixon vd., 2014). Bir kadının acı çektiğini fark edebilmek için ebenin onun yanında olması ve kadının ne yaşadığını fark edebilecek duyarlılığa ve becerilere sahip olması gerekmektedir (Ménage vd., 2017).

### **Düşüncüyü Kolaylaştırmak için Duyguları Kullanma**

İkinci dal olan düşüncüyü kolaylaştırmak için duyguları kullanma; dikkati ilgili bilgiye yönlendirmek için hangi duygusal durumun en iyi olduğunu bilmek ve bir yargıyı veya seçimi hızlandırmak için belirli bir duygusal durum oluşturmak gibi duygusal durumları üretme ve kullanma becerisidir (Rivers vd., 2020). İkinci dal, duyguların bilişsel sistemi nasıl etkilediğine ve bu nedenle daha etkili problem çözme, muhakeme, karar verme ve yaratıcı çabalar için nasıl kullanılabileceğine odaklanmaktadır. Biliş; kaygı ve korku gibi duygular tarafından sekteye uğratılabilir, ancak duygular; bilişsel sistemin neyin önemli olduğuna dikkat etmesine öncelik verebilir ve hatta belirli bir duygu durumunda en iyi yaptığı şeye odaklanabilir (Caruso vd., 2015). Düşünmeyi kolaylaştırmak için duyguları kullanma boyutunda en üst düzey, duygunun neden olduğu muhakemeyi fark etme yeteneğidir (Kanesan ve Fauzan, 2019). Bu beceriler

şunları içermektedir (Mayer vd., 2016; Rivers vd., 2020):

- Bireyin devam eden duygusal durumunun bilişi nasıl kolaylaştırabileceğine dayalı olarak problemleri seçme,
- Farklı bilişsel perspektifler oluşturmak için duygu durumu değişikliklerinden yararlanma,
- Dikkati mevcut duyguya göre yönlendirerek düşünmeye öncelik verme,
- Başka bir bireyin deneyimleriyle ilişki kurmak için bir araç olarak duygu üretme,
- Muhakeme ve hafızaya yardımcı olarak duygu üretme,
- Problem çözme ve yaratıcılığı kolaylaştırmak için duygusal durumları kullanma.

Örneğin, duyular. Dokunsal, tat ve renk terimlerinin belirli duygularla eşleştirilmesi. Örneğin, kolaylaştırma. Duygu durumunun ve duyguların düşünme, akıl yürütme, problem çözme ve yaratıcılık gibi bilişsel süreçleri nasıl etkilediğini gösterir (Caruso vd., 2015). Kadınların “artık yeter”, “dayanamıyorum artık” ve “istemiyorum” gibi söylemleri fiziksel benliklerini yok ettiklerine işaret ediyor olabilir. Genel olarak bu tür bir dil, kadınların genellikle yorgun hissettikleri veya dayanılmaz bir acı deneyimine işaret etmektedir (Power vd., 2017). Bu süreçte, bir kadının acısını tanımanın ardından duygusal bir tepki ya da acı çeken kadınla bağlantı kurulur. Bu durum, kadının acısını hafifletmeye çalışma motivasyonuna ve ardından acıyı hafifletmeyi amaçlayan eylemlere veya davranışlara yol açar (Ménage vd., 2017). Bunun için, empati düzeyi yüksek olan ebeler kadının yerine geçerek, kadınların nasıl hissettiklerini anlayabilirler. Bu, özellikle doğumun bazı evrelerinde kadınların konuşmak istemediği veya sözlü iletişimin imkânsız olduğu durumlarda çok yardımcı olur (Charitou vd., 2019). Yapılan çalışmalarda, ebelerin; doğum sırasında kadının içine kapandığı ve doğuma doğru ilerledikçe tamamen kendine odaklandığı bir davranış değişikliği tanımladıkları saptanmıştır (Burvill, 2002; Dixon vd., 2014). Bu içsel odaklanmaya geçiş, kontraksiyonların doğuma doğru ilerlediğinin bir göstergesi olabilir ve ebelerin dikkat etmesi ve desteklemesi gereken bir durumdur (Burvill, 2002). Ebenin; doğum sırasında dokunması (elini tutması ve okşaması) gibi sözel olmayan empati ifadesi, kadının içinde bulunduğu durumla baş etme yeteneğini geliştirir, kendini daha rahat hissetmesine yardımcı olur, tansiyonunu ve nabzını düşürür (Charitou vd., 2019). Yapılan bir çalışmada; ebeler empati ve spiritüel bakım açık bir şekilde sağladığında, kadınların doğum deneyimlerinin daha olumlu olduğu ve kendilerine olan güveni için sağlam bir temel oluşturduğu saptanmıştır. Aynı çalışmada, kadınlar; ebelerin empati, şefkat veya spiritüel bakım eksikliğinin, daha kalıcı sonuçlar, doğum travması ve bebekleriyle bağ kurmada zorluklarla ilişkilendirmişlerdir (Moloney ve Gair, 2015). Bir diğer çalışmada, duygusal zekâ eğitiminin; ebelerin duygusal stresini azalttığı, empati ve güven

duygularını arttırdığı ve böylece sundukları bakımın kalitesini iyileştirebileceği saptanmıştır (Tabib vd., 2024).

### **Duyguları Anlama**

Üçüncü dal olan duyguları anlama, duyguların nedenlerini ve duygular arasındaki ilişkileri kavrama becerisidir. Bu daldaki beceriler; duyguların anlamını, davranış üzerindeki etkilerini ve karmaşık duyguları anlamayı içerir (Mayer vd., 2016; Rivers vd., 2020). Bu seviyedeki en temel yetenek, duyguları kelimelerle etiketleme ve duygusal sözlüğün örnekleri arasındaki ilişkileri tanıma becerisidir (Caruso vd., 2015). Bu beceriler şunları içermektedir (Mayer vd., 2016; Rivers vd., 2020):

- Duyguların değerlendirilmesinde kültürel farklılıkları tanıma,
- Bir bireyin gelecekte veya belirli koşullar altında nasıl hissedebileceğini anlama (duygusal tahmin),
- Duygular arasındaki geçişleri anlama,
- Karmaşık ve karışık duyguları anlama,
- Duygu durumu ve duygular arasında ayırım yapma,
- Duyguları ortaya çıkarması muhtemel durumları değerlendirme,
- Duyguların nedenlerini ve sonuçlarını algılama,
- Çeşitli duygular arasındaki ilişkileri anlama.

Duyguları etiketlemek ve etiketlenen duygular arasındaki benzerlik ve farklılıkları tanımak, duyguları anlamak için temeldir. Sevinç büyük bir haz ya da mutluluk duygusuyken, üzüntü, ağlamaya ve çevreden uzaklaşmaya neden olan bir nefret duygusudur. Bu seviyeyi aşmak, duyguyu ve kökenini yorumlama becerisini sağlar. Üzüntü bir kayba eşlik eder; mutluluk bir kazanca eşlik eder. Bu aşamadan sonra birey, karmaşık duyguları ya da aynı anda sevgi ve nefret gibi karışık duyguları anlayabilir. Son olarak, duyguları anlama ve analiz etmede ustalaşmış bir birey, duygular arasındaki geçişleri tanıyabilir. Örneğin öfke, durumun koşullarına bağlı olarak bir utanç ya da tatmin duygusu olabilir (Kanesan ve Fauzan, 2019).

Örneğin, karmaşıklık. Karmaşık bir duygu durumunu kapsayabilecek duyguların tanımlanması. Örneğin, değişimler. Hislerin ve duyguların nasıl ilerlediğini veya bir durumdan diğerine nasıl geçtiğini fark etme (Caruso vd., 2015). Baş etme mekanizmaları, bir kadının doğum sırasında odağını koruyup içe dönmesi, bir kadının kontraksiyonlar arasında rahatlayabilmesi ve ritmik nefes alma gibi stratejiler olan psikolojik/bilişsel süreçler aracılığıyla gösterilir. Bu durum, kadının doğum sırasında içe dönme (duygusal, psikolojik veya ruhsal olarak) becerisine atıfta bulunmaktadır. Başa çıkamama mekanizmaları; bir kadının başa çıkamadığını belirtmesi veya sesinin titremesi gibi sözlü davranışları, ağlama veya gözyaşı

dökme gibi duygusal davranışları ve pençeleme, ısırma, yatakta çırpınma, yüz buruşturma veya kıvrınma gibi ilkel sözsüz davranışları içerir. Doğum yapan kadının duygusal ve fiziksel benliği üzerindeki etki; gergin hissetme, odak veya konsantrasyon kaybı, kontraksiyonlar sırasında panik hissi veya gerginlik hissi gibi duygusal ve psikolojik tepkilerdir. Ayrıca terleme, titreme, üşüme, bulantı ve kusma gibi fiziksel tepkiler de vardır (Roberts vd., 2010; Power vd., 2017). Ebeler, gözlem yoluyla doğumun sözel ve sözel olmayan ipuçlarını kullanarak bir kadının doğum eylemiyle nasıl başa çıktığını ya da çıkmadığını değerlendirerek kadınlara rehberlik ederler (Power vd., 2017).

Duygularla ilgili olarak kültürel duyarlılığın sağlanması da önemlidir. Duyguların sergilenme biçimleri ve sergilenmesi uygun görülen duygu türleri kültürden kültüre ve kültürler arasında farklılık göstermektedir. Ebelerin, bir durumun duygusal dilini okuma becerilerini geliştirmeleri ve etnik merkezlikten kaçınmaları gerekir (Hunter, 2009). Ebeler, doğum yapan kadınların duygusal ve psikososyal ihtiyaçlarını karşılamak için doğumun duygusal yönlerini derinlemesine anlamalıdır (Olza vd., 2018). Ancak ebelerin, kadınların doğum sırasında gösterebilecekleri çok ince ipuçlarını yorumlamak için deneyimlerini ve sezgilerini de kullanabilmeleri gerekir (Ménage vd., 2017).

### **Duyguları Yönetme**

Dördüncü dal olan duyguları yönetme, belirli hedefler doğrultusunda bireyin kendisindeki ve başkalarındaki duyguları etkili bir şekilde yönetme becerisidir. Bu dal hem olumlu hem de olumsuz duygusal durumlara açık olma ve belirli bir hedef için o duygunun değerine bağlı olarak duygularla seçici bir şekilde ilgilenme gibi becerileri içerir (Mayer vd., 2016; Rivers vd., 2020). Duygusal açıdan zeki bir birey, olumsuz duygu durumunu ve duygularını onarabilir ve uygun olduğunda olumlu duygu durumunu ve duyguları sürdürebilir. Bu düzenleyici süreç birkaç adımdan oluşur. Bireyler duygularını değiştirebileceklerine inanmalıdır; duygu durumunu ve duygusal durumlarını doğru bir şekilde izlemelidir; düzenlemeye ihtiyaç duyan duygu durumunu ve duyguları tanımlamalı ve ayırt etmelidir; bu duygu durumunu ve duyguları değiştirmek için, çoğunlukla olumsuz duyguları hafifletmek veya olumlu duyguları sürdürmek için stratejiler kullanılmalıdır ve bu stratejilerin etkinliğini değerlendirmelidir (Caruso vd., 2015). Bu beceriler şunları içermektedir (Mayer vd., 2016; Rivers vd., 2020):

- İstenilen sonuca ulaşmak için başkalarının duygularını etkili bir şekilde yönetme,
- İstenilen bir sonuca ulaşmak için kendi duygularını etkili bir şekilde yönetme,
- Duygusal bir tepkiyi sürdürmek, azaltmak veya yoğunlaştırmak için stratejileri

değerlendirme,

- Duyguları izleme ve yansıtma,
- Duygular yardımcı oluyorsa onlarla etkileşime geçme; olmuyorsa uzaklaşma,
- Gerektiğinde olumlu ve olumsuz duygulara ve bunların aktardığı bilgilere açık

olma.

Örneğin, yönetim. Çeşitli durumlarda, bireyin duygularını değiştirebilecek çeşitli stratejilerin etkinliğini tahmin etme. Örneğin, ilişkiler. Diğer insanlarla ilgili duygusal tepkiler için çeşitli stratejilerin sonuçlarını tahmin etme (Caruso vd., 2015). Doğum sırasındaki duygusal destek, doğum yapan kadının duygularına subjektif olarak katılmak ve ortak olmak şeklinde tanımlanmıştır (Bogossian, 2007). Duygusal destek, kadının olumlu düşünmesini sağlayarak korku ve anksiyete gibi duygulara kapılmasını engeller (Adams ve Bianchi, 2008). Ebelerin, kadınlara korkularını ve kaygılarını ifade etmelerine izin verme, sağlıklı davranışları vurgulama, duygusal destek ve eğitim sağlama gibi psikososyal faktörlerle ilgilenmeleri daha olasıdır (Matthias, 2009). Ebeler, kadınların fiziksel, duygusal ve sosyal ihtiyaçlarını karşılayan bakımın değerlendirilmesinden, planlanmasından ve diğer profesyonellere uygun şekilde sevk edilmesinden sorumludur (Russell, 2018).

Ebelik uygulamalarının büyük bir kısmı duygusal açıdan zorlayıcıdır, dolayısıyla ebelerin bunun nedenini anlaması ve duygularını yönetmenin yollarını keşfetmesi kadınlara ve ebelere fayda sağlayabilir. Ebelerin yaptıkları uygulamalar ve bakım verdikleri kadınlar hakkında nasıl hissettikleri önemlidir. Ebeler yalnızca kendi duygularının değil, kadınlara sunulan bakımın; kadınların duygusal durumunu nasıl etkileyebileceğinin de farkında olmalıdır (Hunter, 2009). Ebelerin duyguları nasıl deneyimledikleri ve yönettikleri, verdikleri bakımı ve dolayısıyla kadınların, ailelerin ve daha geniş anlamda toplumun deneyimlerini etkileyecektir. (Hunter, 2010). Ebeler, deneyim kazandıkça duygularını daha iyi yönetmeye ve böylece daha uygun duygular sergilemeye başlarlar (Plimmer vd., 2022).

## **SONUÇ VE ÖNERİLER**

Doğum, evrensel bir deneyim olup kadınların doğum eylemi ve doğum sırasında gösterdikleri duygusal davranışlara yönelik ayrı bir “ebelik dili” vardır. Ebelerin; gebelik ve doğumun hem sosyo-kültürel hem de duygusal yönlerini anlayabilmeleri için duygusal zekâ yetenek modelinin bileşenleri olan duyguları algılama, düşüncüyü kolaylaştırmak için duyguları kullanma, duyguları anlama ve duyguları yönetme becerilerine sahip olması gerekmektedir. Ayrıca, ebelerin duygularıyla sürekli temas halinde olması; bu becerileri geliştirerek humanistik ebelik bakımının sağlanmasına katkıda bulunabilir. Ebelerin duygusal zekâ seviyelerinin geliştirilmesi, maternal bakımın etkinliğini arttırarak kadınların ve ailelerin aldığı bakımın

kalitesini ve doğum deneyimlerini olumlu yönde etkileyebilir. Ebelik eğitim müfredatına duygusal zekânın entegre edilmesi; ebelik öğrencilerinin duygusal zekâsını geliştirmeye katkıda bulunabilir. Ayrıca, bu konuda daha fazla araştırma yapılmasına gereksinim vardır.

### **Çıkar Çatışması Beyanı**

Yazarlar arasında çıkar çatışması bulunmamaktadır.

### **Finansal Destek Beyanı**

Araştırmada herhangi bir kuruluştan finansal destek alınmamıştır.

### **Yazar Katkıları**

Araştırma Fikri/Kavramı: H.N.Ş

Araştırmanın tasarımı: H.N.Ş

Denetleme/ Danışmanlık: H.N.Ş

Veri toplama ve/veya İşleme: H.N.Ş

Verilerin analizi ve/veya yorumu: H.N.Ş

Literatür taraması: H.N.Ş

Makalenin yazımı: H.N.Ş

Eleştirel inceleme: H.N.Ş

### **KAYNAKLAR**

Adams, E. D., & Bianchi, A. L. (2008). A practical approach to labor support. *Journal of obstetric, gynecologic, and neonatal nursing* : JOGNN, 37(1), 106–115. <https://doi.org/10.1111/j.1552-6909.2007.00213.x>

Antonopoulou, H. (2024). The value of emotional intelligence: Self-awareness, self-regulation, motivation, and empathy as key components. *Technium Education and Humanities*, 8, 78-92. ISSN: 2821-5079. <https://techniumscience.com/index.php/education/index>

Aune, I., Holsether, O. V., & Kristensen, A. M. T. (2018). Midwifery care based on a precautionary approach: Promoting normal births in maternity wards: The thoughts and experiences of midwives. *Sexual & reproductive healthcare : official journal of the Swedish Association of Midwives*, 16, 132–137. <https://doi.org/10.1016/j.srhc.2018.03.005>

Baker, A., Ferguson, S. A., Roach, G. D., & Dawson, D. (2001). Perceptions of labour pain by mothers and their attending midwives. *Journal of advanced nursing*, 35(2), 171–179. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.2001.01834.x>

Bogossian F. E. (2007). Social support: proposing a conceptual model for application to midwifery practice. *Women and birth : journal of the Australian College of Midwives*, 20(4), 169–173. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2007.08.003>

Burvill, S. (2002). Midwifery diagnosis of labour onset. *British Journal of Midwifery*, 10(10), 600-605. <https://doi.org/10.12968/bjom.2002.10.10.10619>

Callwood, A., Cooke, D., & Allan, H. (2016). Value-based recruitment in midwifery: do the values align with what women say is important to them?. *Journal of advanced nursing*, 72(10), 2358–2368. <https://doi.org/10.1111/jan.13038>

Caruso, D. R., Salovey, P., Brackett, M., & Mayer, J. D. (2015). The ability model of emotional intelligence. *Positive psychology in practice: Promoting human flourishing in work, health, education, and everyday life*, 543-558. <https://doi.org/10.1002/9781118996874.ch32>

Charitou, A., Fifli, P., & Vivilaki, V. G. (2019). Is empathy an important attribute of midwives and other health professionals?: A review. *European journal of midwifery*, 3, 4. <https://doi.org/10.18332/ejm/100612>

Davis-Floyd, R., & Davis, E. (1996). Intuition as authoritative knowledge in midwifery and homebirth. *Medical anthropology quarterly*, 10(2), 237-269. <https://www.jstor.org/stable/649330>

Deery, R., & Fisher, P. (2010). “Switching and swapping faces”: performativity and emotion in midwifery. *International Journal of Work Organisation and Emotion*, 3(3), 270-286. <http://dx.doi.org/10.1504/IJWOE.2010.032926>

Dixon, L., Skinner, J. P., & Foureur, M. (2013). The emotional and hormonal pathways of labour and birth: integrating mind, body and behaviour. *Journal-New Zealand College of Midwives*. <http://hdl.handle.net/10453/31887>

Dixon, L., Skinner, J., & Foureur, M. (2014). The emotional journey of labour-women's perspectives of the experience of labour moving towards birth. *Midwifery*, 30(3), 371–377. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2013.03.009>

Hammond, A., Foureur, M., Homer, C. S., & Davis, D. (2013). Space, place and the midwife: exploring the relationship between the birth environment, neurobiology and midwifery practice. *Women and birth : journal of the Australian College of Midwives*, 26(4), 277–281. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2013.09.001>

Hunter, B. (2009). The emotional context of midwifery. Fraser, Diane M. and Cooper, Maggie A., eds. *Myles' Textbook for Midwives*, Oxford: Churchill Livingstone, pp. 11-20. <https://orca.cardiff.ac.uk/id/eprint/18108>

Hunter, B. (2010). Mapping the emotional terrain of midwifery: what can we see and what lies ahead?. *International Journal of Work Organisation and Emotion*, 3(3), 253-269. <https://doi.org/10.1504/IJWOE.2010.032925>

Kanesan, P., & Fauzan, N. (2019). Models of emotional intelligence: A review. *e-BANGI Journal*, 16(7). ISSN: 1823-884x. <https://journalarticle.ukm.my/20058/1/34511-107724-1-SM.pdf>

Larkin, P., Begley, C. M., & Devane, D. (2009). Women's experiences of labour and birth: an evolutionary concept analysis. *Midwifery*, 25(2), e49–e59. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2007.07.010>

Matthias M. S. (2009). Problematic integration in pregnancy and childbirth: contrasting approaches to uncertainty and desire in obstetric and midwifery care. *Health communication*, 24(1), 60–70. <https://doi.org/10.1080/10410230802607008>

Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2016). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion review*, 8(4), 290-300. <https://doi.org/10.1177/1754073916639667>

Ménage, D., Bailey, E., Lees, S., & Coad, J. (2017). A concept analysis of compassionate midwifery. *Journal of advanced nursing*, 73(3), 558–573. <https://doi.org/10.1111/jan.13214>

Moloney, S., & Gair, S. (2015). Empathy and spiritual care in midwifery practice: Contributing to women's enhanced birth experiences. *Women and birth : journal of the Australian College of Midwives*, 28(4), 323–328. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2015.04.009>

Olza, I., Leahy-Warren, P., Benyamini, Y., Kazmierczak, M., Karlsdottir, S. I., Spyridou, A., Crespo-Mirasol, E., Takács, L., Hall, P. J., Murphy, M., Jonsdottir, S. S., Downe, S., & Nieuwenhuijze, M. J. (2018). Women's psychological experiences of physiological childbirth: a meta-synthesis. *BMJ open*, 8(10), e020347. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2017-020347>

Olza, I., Uvnas-Moberg, K., Ekström-Bergström, A., Leahy-Warren, P., Karlsdottir, S. I., Nieuwenhuijze, M., Villarme, S., Hadjigeorgiou, E., Kazmierczak, M., Spyridou, A., & Buckley, S. (2020). Birth as a neuro-psycho-social event: An integrative model of maternal experiences and their relation to neurohormonal events during childbirth. *PloS one*, 15(7), e0230992. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0230992>

Patterson, D., & Begley, A. (2011). An exploration of the importance of emotional intelligence in midwifery. *Evidence Based Midwifery*, 9(2), 53-60. <https://www.rcm.org.uk/media/2763/evidence-based-midwifery-june-2011.pdf>

Plimmer, G., Franken, E., & Franken, M. (2022). Navigating emotional labour with emotional competence: insights from midwifery. *Labour and Industry*, 32(3), 307-333. <https://doi.org/10.1080/10301763.2022.2143002>

Power, S., Bogossian, F. E., Sussex, R., & Strong, J. (2017). A critical and interpretive literature review of birthing women's non-elicited pain language. *Women and birth : journal of the Australian College of Midwives*, 30(5), e227–e241. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2017.02.001>

Rivers, S. E., Handley-Miner, I. J., Mayer, J. D., & Caruso, D. R. (2020). 29. Emotional Intelligence. by RJ Stenberg. 2nd Edition. Cambridge: Cambridge University Press, XXII, 1250, 709-735. <https://doi.org/10.1017/9781108770422.030>

Roberts, L., Gulliver, B., Fisher, J., & Cloyes, K. G. (2010). The coping with labor algorithm: an alternate pain assessment tool for the laboring woman. *Journal of midwifery & women's health*, 55(2), 107–116. <https://doi.org/10.1016/j.jmwh.2009.11.002>

Russell K. (2018). Factors that support change in the delivery of midwifery led care in hospital settings. A review of current literature. *Women and birth : journal of the Australian College of Midwives*, 31(2), e134–e141. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2017.08.129>

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, 9(3), 185-211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>

Tabib, M., Humphrey, T., & Forbes-McKay, K. (2024). 'Doing' is never enough, if 'being' is neglected. Exploring midwives' perspectives on the influence of an emotional intelligence education programme,

a qualitative study. *Women and birth : journal of the Australian College of Midwives*, 37(3), 101587.  
<https://doi.org/10.1016/j.wombi.2024.02.003>

Williams, A. M., & Irurita, V. F. (2004). Therapeutic and non-therapeutic interpersonal interactions: the patient's perspective. *Journal of clinical nursing*, 13(7), 806–815. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2004.01020.x>

World Health Organization (WHO). (2018). WHO recommendations on intrapartum care for a positive childbirth experience. World Health Organization. (<https://www.who.int/publications/i/item/9789241550215>). Erişim tarihi: 24.09.2024