

# 14

## Gebelik Dönemi ve Aile

Yrd. Doç. Dr. Fatma COŞAR ÇETİN  
Yrd. Doç. Dr. Nevin ÇITAK BİLGİN

### GİRİŞ

Gebelik fizyolojik bir olaydır. Gebeliği yaşayan kişi fiziksel olarak kadın olmasına rağmen, yakın çevresindeki kişiler de bu durumdan etkilenmektedirler. Gebe kadında meydana gelen fiziksel ve psikolojik değişiklikler başta kadının eşi olmak üzere anne ve baba, diğer çocuklar, varsa ailenin diğer üyelerini de yakından ilgilendirir. Yaşanılan bu duruma uyum sağlamaya çalışan sadece kadın değildir. Ailenin diğer üyeleri de hem gebe kadının yeni durumuna hem de aileye yeni katılacak olan bireyin gelişine psikolojik ve sosyal olarak uyum sağlamaya çalışırlar. Aileye katılacak olan yeni birey için yeni roller öğrenirler (Daş, 2012).

Gebelik dönemi, doğum ve anne-babalığa fiziksel ve psikolojik hazırlık dönemidir. Hem anne hem de baba için yoğun bir öğrenme dönemini kapsar ve birbirlerine olan yakınlıkları da artar. Diğer taraftan kadının sosyal çevresi gebelik deneyimini etkilediği gibi, sosyal çevre de kadının gebelik sürecini etkilemektedir. Kadının yaşadığı sosyal çevredeki aile, kültür, din, sosyal, ekonomik, politik ve entelektüel koşullar, gebelik deneyimini şekillendirmektedir.

### Anne - Baba Olmaya Karar Verme

Anne - baba olmaya karar verme insan yaşamındaki en önemli kararlardan biridir. Yetişkin yaşamının dönüm noktalarındandır. Verilen karar belli bir dönemi değil, ailenin bütün yaşamını etkileyecek bir durumdur. Gebelikte birlikte bireyler anne ve babalık rolünü de adım atmış sayılırlar (Daş, 2012). Bireyler neden çocuk sahibi olmak isterler? Çoğu zaman birbirlerini sevdikleri ve sevgilerinin bir meyvesi olarak çocuk sahibi olurlar. Diğer taraftan toplumda bir statü elde etmek için, aile büyüklerinin isteklerini (bu bazen baskı haline dönüşebilir) yerine getirmek için, yaşanılmış bir kayıp varsa

onun yerini doldurmak için, cinsel yeteneği ve fertilitiyi ispatlamak için, ilişkilerini korumak veya sürdürmek için de çocuk sahibi olmak isterler.

Yaşadığımız toplumda anne-baba olma kararını en fazla etkileyen faktör toplumsal ve kültürel baskıdır. Doğma, büyüme, çocukluk dönemi, gençlik çağı ve evlenme döngüsünün bir parçası olarak çocuk sahibi olma, yaşadığımız aile ve toplumun kaçınılmaz bir sonucudur. Evlendikten sonra “bebek yok mu?” sorusu, bazen çiftleri bunaltacak düzeye gelebilir ve bebek sahibi olma kararlarını önemli ölçüde etkileyebilir. Çocuk sahibi olamayan bir kadın yetişkin bir birey olarak kendini eksik hissedebilir. Aynı şekilde baba da iş sahibi olmanın arkasından aynı duyguları yaşamaktadır.

İş, eğitim ve gelire göre tanımlanan sosyo-ekonomik durum da anne-baba olma kararını önemli ölçüde etkiler. Özellikle sosyo-ekonomik düzeyi yüksek gruplarda ilk evlenme yaşının ileri yaşlarda olması, ilk doğumun da daha ileri bir döneme ertelenmesine neden olmaktadır. Çiftler belli bir ekonomik düzeye sahip olana kadar bebek sahibi olma kararını ertelemektedirler (Daş, 2012).

### Aile ve Gebelik

Çocuk sahibi olmayı etkileyen etmenlerden biri de aile olma isteğidir. Yaşadığımız toplumda eşlerin bir bebek sahibi olmasıyla tam bir aile olunduğu fikri yaygındır. Aile ve gebelik arasındaki ilişkiyi değerlendirirken aslında iki aileden bahsedilmektedir. Birincisi kadının evlenene kadar yaşamış olduğu ailesi, ikincisi ise evlendikten sonraki ailesi. Kadının büyüdüğü aile, onun gebelik hakkındaki inançlarını ve gebeliğe bakış açısını önemli derecede etkiler. Erişkin çağa kadar önünde rol model olan annesinin gebelik deneyimleri, annesi ile olan ilişkisi, geçmişte aile içinde çocuğa verilen değer gibi faktörler, kadının anne olma isteği, gebelik ve ço-

ve sorumluluk üstlendiği önemli alandır. Hemşire ve ebeler sorumlu oldukları tüm işleri gebelere açıklar ve gebelerin sorularını cevaplandırır. Doğuma hazırlık sınıflarında da gebelerin kendi doğumunu kendi yapabilmesi konusunda cesaretlendirme, normal doğum hakkında bilgilendirme ve bireysel doğum planlarını yapması konusunda eğitimleri söz konusudur. Babaların ve diğer aile bireylerinin eğitimini de yaparlar. Danışmanlık, bireylerin her açıdan iyi olmalarını destekleyecek kararları alırken onlara yardımcı olan kişiler arası bir süreçtir. Aynı zamanda gebe ve ailesinin sorularını, isteklerini, endişe ve şikâyetlerini dikkatlice dinlemek ve etkin, yapıcı şekilde cevaplamaktır. Hemşire ve ebeler, problem çözümünde ya da karar verilmesi gereken durumlarda rehberlik ve asistanlık yapar (Coşar, 2010).

Doğum öncesi dönemde hemşire ve ebeler, gebelik döneminde gebe ve ailesi hakkında sosyokültürel faktörleri değerlendirmek amacıyla iyi bir değerlendirme yapmalıdır. İhmal edilen bu ilk basamak aile içinde değişecek rollere hazırlık ve ileride muhtemel bir krize yol açmaması açısından önemlidir. Değerlendirme ile aile yapısı, ailede var olan destek kaynakları, ailenin yaşam koşulları ve ekonomik durumuna ilişkin bilgiler elde edilip, doğum ve sonrasında etkileyebilecek potansiyel problemler önceden tespit edilerek gerekli önlemlerin alınması sağlanabilir. Değerlendirme ile elde edilen veriler sayesinde mevcut durum tanılanıp, gebe, ailesi ve sosyal çevresi de göz önünde bulundurularak hemşirelik tanıları oluşturulur. Bu tanıları aileden aileye değişmekle birlikte genel hatlarıyla şu şekilde ifade edilebilir: Gebelikte birlikte ortaya çıkan ekonomik problemlerden kaynaklanan stres, sosyal destek eksikliğine bağlı gelişen anksiyete, ailesel rollerin bilinmemesinden kaynaklı birbirini anlamada yetersizlik ve gebenin bedensel değişikliğe bağlı beden imajındaki bozulma. Planlama süreci gebe ve ailesi ile birlikte yapılmalıdır. Onlar yaşamlarında, bu değişikliğe ihtiyaçları olduğunu anlamaz ve kabullenmezlerse, yapılan plan işe yaramayacaktır. Tanı ve planlar doğrultusunda hemşire ve ebeler tarafından yapılan eğitim, danışmanlık ve gerekli hallerde başka birimlere sevk işlemleri hemşirelik uygulamalarını içermektedir (Daş, 2012).

Eğer gebe ve ailesi kriz düzeyinde stres yaşıyorsa, hemşire ve ebeler ailelere yardımda şu basamakları uygulayabilirler: Pozitif baş etme davranışlarını teşvik etme, ailenin yanında olduğunu hissettirerek, onlara zaman ayırarak ve ziyaretlerde bulunarak destek sağlama, çevresel stresörleri düzenleme, gebe ve ailesini bekleyen durumlar hakkında rehberlik ve danışmanlık sağlama (Daş, 2012).

## KAYNAKLAR

1. Altener R, Hartzel D: Addressing couples' sexuality concerns during the childbearing period. Use of the PLISSIT model. *JOGNN*, 26; 651-658, 1997.
2. Beydağ DT, Mete S: Prenatal kendini değerlendirme ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 11(1); 16-24, 2008.
3. Beydağ KD: Doğum sonu dönemde anneliğe uyum ve hemşirenin rolü. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 6(6); 479-84, 2007.
4. Collins NL, Schetter D, Lobel M, Susan CM: Social support in pregnancy: Psychosocial correlates of birth outcome and postpartum depression. *J Personal Soc Psychol*, 65; 1243-1258, 1993.
5. Corbett RW: *Nursing Care During Pregnancy*. In: Lowdermilk DL, Perry SE, (eds). *Maternity & Women's Health Care*, 9th ed, China, Mosby, 2007, p.382-388.
6. Coşar F: *Doğuma hazırlık sınıfları ve hemşirenin rolü*. Kömürcü N (Editör). *Perinatoloji Hemşireliği*, İstanbul, Sağlık Bakanlığı Yayınları, 2010, s. 123-133.
7. Daş Z: *Gebeliğin psikososyal ve kültürel boyutları*. Taşkın L (Editör). *Kadın Doğum Hemşireliği*, 11 Baskı, Ankara, Sistem Ofset Matbaacılık, 2012, s.211-225.
8. Demirbaş H: *Prenatal dönemdeki kadınların gebeliğe uyumu ve ilişkili faktörler*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 2013.
9. Ergin A, Özdilek R: Değişen babalık rolü ve erkek sağlığına etkileri. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 11 (1); 3-8, 2014.
10. Güneştaş İ: *Gebelik yaşamın kadınların kaygı düzeylerine etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Halk Sağlığı Hemşireliği Ana Bilim Dalı, Samsun, 2011.
11. Lederman R, Weis K (Eds): *Psychosocial Adaptation to Pregnancy. Seven Dimensions of Maternal Role Development*, 3rd ed, Springer, 2009, p.1-200.
12. Okanlı A, Tortumluoğlu G, Kırpınar İ: Gebe kadınların ailelerinden algıladıkları sosyal destek ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 4; 98-105, 2003.
13. Smith VC: Preparing a child for the birth of a sibling. *International Journal of Childbirth Education*, 28 (2); 20-24, 2013.
14. Stewenson W, Maken KF, Teti DM: Social support relationship quality and well being among pregnant adolescent. *J Adolesc*, 22;109-121, 1999.
15. Sunal N, Demiryay A: Gebe kadınların algıladıkları fiziksel ve emosyonel yakınmalar. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 4 (12); 99-110, 2009.
16. Şahin NH, Soypak F: Erken lohusalık sürecinde kadınların algıladıkları eş desteği. *Zeynep Kamil Tıp Bülteni*, 41(4); 187-193, 2010.

17. Volling, B: Family transitions following the birth of a sibling: an empirical review of changes in the firstborn's adjustment. *Psychological Bulletin*, 138(3); 497-528, 2012.
18. Yekenkunrul D, Mete S: Gebelikte bulantı kusma, evlilik uyumu ve eş ilişkisi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, 5 (3); 89-95, 2012.
19. Zeybekoğlu Ö: Günümüzde erkeklerin gözünden babalık ve aile, *Mediterranean Journal of Humanities*, III/2; 297-328, 2013.