

УДК: 316

*Doç. Dr. Erkan EFİLTİ, Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi Edebiyat Fakültesi
Eğitim Bilimleri Bölümü
Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya, Türkiye.
erkan.efilti@manas.edu.kg / efilti71@gmail.com
ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-1158-5764>
Akılbekova Ayday, Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Eğitim
Bilimleri Bölümü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık. Bişkek, Kırgızistan.
ayday1512@mail.ru*

DOĞUM SONRASI ANNELERİN YAŞADIKLARI SORUNLARIN İNCELENMESİ

Bu araştırma amacı, Kırgızistan'da annelerin doğum sonrası yaşadıkları sorunların incelemektir. Araştırmada, nitel araştırma yöntemlerinden betimsel araştırma modeli kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubu Kırgızistan'daki Bişkek şehrinde yaşayan 2020-2021 yılında doğum yapan annelerden oluşmaktadır. Araştırmaya gönüllü 14 anne katılmıştır. Araştırmada veri toplamak için, nitel araştırma yönteminden yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Bu çalışmada görüşmeler katılımcıların izni alınarak yapılmıştır. Araştırma sonucu elde edilen verilerin çözümlenmesinde nitel analiz tekniğinden içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, annelerin eşleri ile yaşadığı sorunlar ; ilgisizlik, eşler arası sürekli kavgalar, babanın sevgisi ve dikkati sadece bebeğin üzerinde olması, sorumluluğun hepsi annede olması, babanın bebek konusunda aşırı karışması, ailesi ile yaşadığı sorunlar; bebeğe bakmada kayınanne ile bebek bakımı konusunda değerlerin çatışmaları, aile üyelerin tarafından desteğin verilmemesi, geniş ailedeki annelerin ev işlerinden dolayı bebeğe yeterince vakit ayıramaması, ev işlerin zamanında yetiştirememekten dolayı aile üyeleriyle kavgaların olması, diğer çocuklarıyla yaşadığı sorunlar; annelerin çocuklarına ayrı ilgi göstermeye zamanın olmaması, kardeşler arası kıskançlıkların olması, çevresiyle; annelerin önceden her yere gidebilirken, doğum sonrası zamanın ve imkanın olmaması, arkadaşlarından uzaklaşmaları, yeni çocuk sahibi olmanın annede oluşturduğu olumsuz duygular; uykusuzluk, yorgunluk, şaşkınlık, annelerin aşırı kilo aldıklarından çok mutsuz olmaları, kendinden utanmaları, annelerin aşırı kilo verdiklerinden çok zayıflamaları ve kendilerinden memnun olmamaları, sürekli baş ve sırt ağrısından annelerin kendilerini çok kötü hissettikleri, hiç bir şey yapmak istemedikleri, bundan dolayı evdekilerden utanmaları ve suçluluk hissetmeleri sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonuçları başka konu ile yapılan araştırmalarla tartışılmıştır ve öneride bulunmuştur.

Anahtar kelimeler: Annelik, Doğum sonrası, Doğum sonrası sorunlar.

*Эркан Эфилти, PhD доцент
erkan.efilti@manas.edu.kg / efilti71@gmail.com
“Манас” КТУ, педагогика кафедрасы
Нежметтин Эрбакан университети, Конья, Түркия
Акылбекова А., студент, ayday1512@mail.ru
“Манас” КТУ, педагогика кафедрасы, Кыргызстан*

ЭНЕЛЕРДИН ТӨРӨТТӨН КИЙИНКИ КӨЙГӨЙЛӨРҮН ИЗИЛДӨӨ

Бул изилдөөнүн максаты – энелердин төрөттөн кийинки көйгөйлөрүн изилдөө. Изилдөөдө сапаттык изилдөө ыкмасынын кейс-стади модели колдонулду. Изилдөө тубун Кыргызстандын Бишкек шаарында жашаган, 2020-2021 жылдары төрөгөн энелер түздү. Жарым структураланган интервью формасы, жалпысынан, 14 энеден маалымат алуу үчүн колдонулду. Жарым структураланган интервью суроолору ачык типте даярдалды. Изилдөөдө катышуучулардын уруксаты менен интервьюлар телефон аркылуу аудиого жаздырылып,

маалымат чогултуу процессинин алдында катышуучуларга изилдөөнүн максаты түшүндүрүлүп, алардын өздүк маалыматы купуя сакталары жана алар кааласа, интервьюдан чыгып кете алары оозеки айтылды. Изилдөөнүн натыйжасында алынган маалыматтарды талдоодо сапаттык изилдөө ыкмаларынын бири болгон контентти талдоо ыкмасы колдонулду. Изилдөөнүн жыйынтыгында энелердин жолдоштору менен болгон көйгөйлөр: жолдошунун кайдыгер мамилеси, жубайлар арасында тынымсыз түшүнбөстүктөр, атанын көңүлү ар дайым балада гана болуусу, жоопкерчиликтин баары бир гана энеде болушу, баланы багууга атанын ашыкча кийгилишүүсү; үй-бүлөсү менен болгон көйгөйлөр: бала кароодо кайын эне жана эненин баалуулуктарынын келишпестиги, үй-бүлө мүчөлөрү тарабынан колдоонун жоктугу, чон үй-бүлөдө жашаган энелердин үй жумуштарынан бошбой, баласы менен жетишерлик убакыт боло албашы, үй жумуштарын убагында аткара албаганы үчүн үй-бүлө мүчөлөрү менен түшүнбөстүктөрдүн болушу; башка балдары менен болгон көйгөйлөр: эненин ар бир баласына өзүнчө убакыт бөлүп кароого убактысынын болбошу, бир туугандар арасы кызганычтардын болушу; чөйрөсү менен көйгөйлөр: төрөттөн кийин энелерде мурункудай бир жерге барууга мүмкүнчүлүктүн жана убакыттын болбошу, досторунан алыстоо; энеде жаңы балалуу болгондогу терс сезимдер: уйкусуздук, чарчоо, шок (не кыларын билбөө), ашыкча салмак кошкондугу үчүн өзүн бактысыз сезүү, өзүнөн уялуу, ашыкча арыктагандыгы үчүн өзүн ыңгайсыз сезүү, баш жана бел оорулары көп болгондун айынан энелердин ден соолугунун начарлашы, оорудан улам эч нерсе жасай албоо, эч нерсе жасабаганы үчүн үй-бүлө мүчөлөрүнөн уялуу. Изилдөөнүн жыйынтыгы бул темадагы башка изилдөөлөр менен талкууланып, сунуштар жазылды.

Өзөктүү сөздөр: энелик, төрөттөн кийинки мезгил, төрөттөн кийинки мезгилдеги көйгөйлөр.

Эркан ЭФИЛТИ, PhD доцент
КТУ «Манас», кафедра педагогика
Университет Некметтина Эрбакана, Конья, Турция
erkan.efilti@manas.edu.kg / efilti71@gmail.com
Айдай Акылбекова, студент,
КТУ «Манас», кафедра педагогика, Кыргызстан

ИССЛЕДОВАНИЕ ПОСЛЕРОДОВЫХ ПРОБЛЕМ МАТЕРЕЙ

Целью данного исследования является изучение проблем матерей после родов. В исследовании использовалась модель кей-стади качественного метода. Исследовательскую группу составили матери, родившие в 2020-2021 годах, проживающие в Бишкеке, Кыргызстан. Для получения информации от 14 матерей использовалась форма полуструктурированного интервью. Полуструктурированные вопросы для интервью были подготовлены в открытом формате. В ходе исследования интервью записывались по телефону с разрешения участников, и перед процессом сбора данных участникам объяснялась цель исследования, их личная информация сохранялась в тайне, и им устно сообщалось, что они могли отказаться от интервью, если бы захотели. При анализе данных, полученных в результате исследования, использовался контент-анализ, один из качественных методов исследования. По результатам исследования определены следующие проблемы матерей с мужьями: равнодушное отношение мужей, постоянные недопонимания между супругами, то, что внимание отца всегда уделяется только ребенку, мать за все отвечает, вмешательство отца во все вопросы по дому, проблемы в семье: несовместимость ценностей матери и свекрови в уходе за детьми, отсутствие поддержки со стороны членов семьи, матери, живущие в больших семьях, не могут проводить достаточно времени со своими детьми после работы по дому, непонимание членами семьи из-за невозможности вовремя выполнять домашние дела, проблемы с другими детьми: нехватка времени у матери, чтобы заботиться о каждом ребенке отдельно, ревность между братьями и сестрами, проблемы с окружающим: проблемы после родов у

матерей: отсутствие возможности и времени ходить в те же места, что и раньше, нахождение вдали от друзей, негативные ощущения матери после рождения ребенка: бессонница, усталость, шок (или незнание, что делать), женщины чувствуют себя несчастными, потому что набирают слишком много веса или теряют большой вес, им стыдно за себя, матери чувствуют себя некомфортно, здоровье матерей ухудшается из-за множества проблем с головой и спиной, они ничего не могут делать из-за болезни и им стыдно перед членами семьи, потому что они ничего не могут делать. Результаты исследования были обсуждены с другими исследованиями по этой теме и были написаны рекомендации.

Ключевые слова: *материнство, послеродовой период, послеродовые проблемы.*

*Doç. Dr. Erkan EFİLTİ, Kyrgyz-Turkish Manas University, Department of Pedagogy
Guidance and Psychological Counseling
Necmettin Erbakan University, Konya, Turkey
erkan.efilti@manas.edu.kg / efilti71@gmail.com
ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-1158-5764>
Ayday Akylbekova, ayday1512@mail.ru
Kyrgyz-Turkish Manas University, Department of Pedagogy, Student*

INVESTIGATION OF THE PROBLEMS EXPERIENCED BY POSTPARTITION MOTHERS

The aim of this research is to examine the postpartum problems experienced by mothers in Kyrgyzstan. In the research, descriptive research model, one of the qualitative research methods, was used. The study group of the research consists of mothers who gave birth in 2020-2021 living in the city of Bishkek in Kyrgyzstan. 14 volunteer mothers participated in the study. A semi-structured interview form from the qualitative research method was used to collect data in the research. In this study, interviews were conducted with the consent of the participants. Content analysis method, one of the qualitative analysis technique, was used in the analysis of the data obtained as a result of the research. As a result of the research, the problems experienced by mothers with their spouses; indifference, constant quarrels between spouses, father's love and attention only on the baby, mother's responsibility, excessive involvement of the father about the baby, problems with his family; Conflicts of values between mother-in-law and baby care in looking after the baby, lack of support by family members, mothers in the extended family not being able to spare enough time for the baby due to housework, quarrels with family members due to not being able to do housework on time, problems with other children; lack of time for mothers to pay attention to their children individually, jealousy between siblings, with their surroundings; While mothers could go anywhere beforehand, the lack of time and opportunity after giving birth, being away from friends, negative feelings of having a new child in the mother; insomnia, tiredness, confusion, mothers being very unhappy because they gained too much weight, being ashamed of themselves, mothers losing too much weight and being dissatisfied with themselves, mothers feeling very bad because of constant headache and back pain, they did not want to do anything, and therefore ashamed of those at home and It was concluded that they felt guilty. The results of the research were discussed with the researches made on another subject and suggestions were made.

Key words: *Motherhood, Postpartum, Postpartum problems.*

Кадının sağlığını ve yaşam kalitesini olumsuz etkileyen en önemli sağlık sorunlarının doğurganlık dönemine (15-49 yaş) rastlayan gebelik, doğum ve doğum sonrası (postpartum, lohusalık veya puerperium) süreçlerde ortaya çıktığı ve yaşamsal önem taşıdığı yapılan çalışmalar ve sağlık göstergeleriyle belirlenmiştir (Balkaya, 2002; Taşkın, 2011; Walker and Wilging, 2004). Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından geliştirilen 'Güvenli Annelik Paketi'nde annenin gebelik, doğum ve doğum sonrası dönemlerini sağlıklı geçirmesi dolayısıyla anne sağlığının en üst seviyeye çıkartılıp, morbidite ve mortalite oranlarının

azaltılması konusuna değinilmiştir (WHO, 1998).

Postpartum dönemde sağlık sorunları özellikle ilk günlerde çok yaygın olarak görülmekte, bu sorunların çoğu 6 haftaya kadar, bazıları bir yıla kadar devam etmektedir (Atıcı ve Gözüm, 2000; Balkaya, 2002; Güngör, Gökyıldız ve Nahcivan, 2004).

Dördüncü Dünya Kadın Konferansı Pekin Deklerasyonu ve Eylem Planı Raporu'nda doğumla ilgili komplikasyonlar ile fiziksel ve emosyonel problemlerin, dünyanın pek çok bölgesinde, doğurgan yaştaki kadınların önde gelen hastalık ve ölüm nedenlerinden biri olduğu bildirilmiştir (Güngör, 2012).

Anne, bebek ve ailenin sağlığının korunması ve geliştirilmesinde önemli bir dönüm noktası olan ve ailenin yaşamında kısa bir periyodu içeren doğum sonudönem; ailede fiziksel, sosyal ve duygusal değişimlerin meydana geldiği altı haftalık süreyi kapsayan gelişimsel geçiş dönemidir (Burroughs, 2001; Taşkın, 2012).

Bu dönemde yeterli profesyonel ve sosyal destek alamayan kadın ve aile için önemli komplikasyonlar söz konusu olabilmektedir. Tüm dünyada anne ölümlerinin çoğu gebelik ve loğusalık döneminde yaşanmaktadır. Gelişmekte olan ülkelerde doğurganlık çağındaki kadınlar arasındaki en yaygın ölüm nedeni gebelik, doğum ve lohusalık sırasında meydana gelen komplikasyonlardır (UAÖÇ, 2005). Özellikle anne ölümlerinin %60'ından fazlası doğum sonu dönemde gerçekleşmektedir (Deller, 2011)

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, doğum sonrası annelerin yaşadıkları sorunların incelenmesidir.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Araştırmada, nitel bir araştırma yöntemlerinden durum araştırma modeli kullanılmıştır. Nitel araştırma yöntemi, araştırma yapılan bireylerin sahip oldukları öznel görüş ve deneyimlerinin sistematik olarak incelenebilmesini ve edinilen verilerle bilimsel nitelikli yorumlar yapılabilmesini sağlamaktadır (Ekiz, 2003; Yıldırım ve Şimşek, 2011).

Araştırmanın Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubu Kırgızistan'ın Bişkek bölgesindeki son bir yıl aralığında doğum yapan annelerden oluşmuştur. Grubun belirlenmesinde kolay örnekleme tekniği kullanılmıştır. Annelere ulaşabilmenin kolay yollarından biri olarak, görüşme sorularını onlar için uygun olduğu ortamdaki yararlanmak düşünülmüştür. Görüşmeye gönüllü olarak katılmak isteyen Bişkek bölgesinin 14 anne araştırmanın çalışma grubunu oluşturmuştur. Annelerin yaşı; 22- (%57); 25-(%14); 20- (%7) ; 27-(%7); 28- (%7); 32-(%7). İlk çocuğu olan anneler-(%72); ikinci ya da üçünü çocuğu olan -(%28). Annelerin (%85) geleneksel ailede, (%14) çekirdek ailede yaşıyor.

Verilerin Toplama Aracı

Araştırmanın verileri, araştırmacı tarafından geliştirilen “Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu” ile toplanmıştır. Görüşme formun hazırlanması için literatür taraması yapıp konuyla ilgili diğer çalışmalar taranmıştır. Bu görüşme formu, tez danışmanı ile birlikte ilk olarak Türkçe taslak formu hazırlanmıştır ve uzman görüşü alındıktan sonra formda yer alan sorulara son şekil verilmiştir. Uygulamak için Kırgız 'caya ve Rusçaya çevrilmiştir. Kırgız 'caya ve Rusçaya çevrilen görüşme formu alan uzmanları tarafından kontrol edilmiştir.

Yarı yapılandırılmış görüşme tekniği yapılandırılmış görüşme tekniğine göre daha esnek bir yapıdadır. Bu teknikte, görüşmeyi yapan kişi daha önceden sormayı planladığı soruları içeren bir görüşme protokolü hazırlar. Bunun yanında görüşmeyi yapan kişi görüşmenin akışına göre başka sorularla veya alt sorularla görüşmenin akışını

etkileyebilmektedir. Görüşülen kişinin yanıtlarını açmasını ve ayrıntılandırılmasını isteyebilir. Yarı yapılandırılmış görüşme tekniği sahip olduğu belirli düzeyde standartlık ve aynı zamanda esneklik nedeniyle araştırmalarda kolaylık sağlamaktadır (Türnüklü, 2000).

Verilerin Toplanma Süreci

Veriler, Kasım - Aralık 2021 gerekli izinler sözel olarak alındıktan sonra Bişkek şehrinde bulunan anneler ile yüz yüze görüşme yöntemiyle toplanmıştır. Veri toplama sürecine başlamadan önce kullanılmak istenen veri toplama aracı için sözel olarak izin alınmıştır.

Bu çalışmada görüşmeler katılımcıların izni alınarak görüşme yapılan ortamda telefonda ses kayıt altına alınmıştır ve veri toplama işleminden önce katılımcılara çalışmanın amacı açıklanmış, kimlik bilgilerin gizli tutulacağı ve istedikleri taktir de görüşmeyi bırakabilecekleri sözlü olarak ifade edilmiştir. Her bir görüşmeye görüşme formu, telefon ve kalem götürülmüştür. Görüşmeler 15-20 dakika arasında yapılmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmada görüşme yöntemi ile elde edilen verilerin çözümünde nitel veri analizi yöntemlerinden içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. İçerik analizi, toplanan verilerin derinlemesine analiz edilmesini gerektirir. Önceden belirgin olmayan temaların ve kodların ortaya çıkarılmasına olanak tanır. Bu tür analizde amaç, elde edilen bulguları düzenlenmiş ve yorumlanmış bir biçimde okuyucuya sunmaktır (Yıldırım ve Şimşek, 2006,).

Görüşme formu ile toplanan verilerin analizinde, sırasıyla şu süreçler izlenmiştir. Öncelikle annelerle görüşme yapılmış, bu görüşmelerin ses kaydı yapılmış ve ses kayıtların dinleyerek toplanan bilgiler görüşme formun çıktısına aktarılmıştır. Formun sonuçları öncelikle gözden geçirilerek kontrol edilmiştir ve bilgisayara aktarılmıştır ve tablo şeklinde yapılmıştır

BULGULAR

Araştırmanın birinci sorusu olan doğum sonrası annelerin eşleriyle yaşadığı sorunları hakkında bulgular tablo 1’de verilmiştir

Tablo 1. Eşleri ile Yaşadığı Sorunlar

Görüşmeciler	Verilen cevapların analizi	f	%
(G.1), (G.4), (G.5), (G.6), (G.13).	İlgisizlik.	5	26.3
(G.4), (G.5), (G.8),(G.9).	Eşler arası sürekli kavgalar.	4	21.5
(G.4), (G.5), (G.8), (G.10)	Babanın sevgisi ve dikkati sadece bebeğin üzerinde olması.	4	21.5
(G.4), (G.5) (G.6).	Sorumluluktan hepsi annede olması	3	15.7
(G.3), (G.4), (G.5).	Babanın bebek konusunda aşırı karışması	3	15.7
Toplam		19	100

Tablo 1 incelendiği zaman doğum sonrası annelerin büyük kısmı (%26.3) doğum sonrası eşleri onunla hiç ilgilenmediğini belirtmişler. (G.5) «Doğum sonrası eşim eve gelmiyordu. Sürekli işte kalırdı. İşte olursa bile hiç arayıp sormazdı bizdi». (G.10) «Eşim bebek konusunda hiç yardım etmiyordu. Bebek 6-7 ay olana kadar eline bile almıyordu»

Katılımcıların bazıları (%21.4) doğum sonrası eşleriyle çok kavga ettiğini belirlemişler. (G.4) «Doğum sonrası eşimle çok kavga ederdik. Çünkü bizim bebeğimiz geceleri çok ağlardı. Eşimde geceleri uykusu bozulurdu. Anlayışlı davranmanın yerine eşim her zaman beni suçladı. Başkalarıyla kıyaslıyordu». (G.8) «Doğum sonrası ben çok

yorgundum uykusuzdum. Bebeğim uyuduğu zaman bende yatıp dinlenirdim bundan dolayı yemekleri zamanında yetiştirmediğim için eşim bana çok kızardı. Beni anlamadığı için bende ona çok kızardım».

Katılımcıların (%21,5) doğum sonrası eşleri hep dikkatin bebekte olduğunu belirtmişler. (G.4) «Doğum sonrası eşimiz ikimizin ortadaki sevgimiz bitti gibi oldu. Çünkü onun dikkati hep bebekteydi. Benim için ayrı bir zaman ayırmazdı. Beni de hep bebeğe iyi bakmamdı söylerdi. Arayıp sorduğunda bile hep çocuğumuzdu sorardı»

Katılımcıların bir kısmı (%15,7) doğum sonrası annelerden eşleriyle olduğu sorunların birisi bebek konusunda hep sorunluğun annede olduğunu belirlemiştir. (G.4) «Her zaman çocuğumuz ağladığında benim çocuğa iyi bakmadığımı söyleyip beni suçlardı». (G.5) «Çocuğumuz hasta olduğunda hep senin yüzünden iyi baksaydın bebek hasta olmazdı diye suçlardı». (G.6) «Her zaman benim iyi olmamdı bebeğin yanında telefon kullanmamamdı evdi sürekli temiz ve kendime iyi bakmamdı söylerdi. Bebeğe iyi anne olmamı talep ediyordu. Aynı zamanda kendisine hiç bakmazdı kendisi rahatça telefon kullanırdı».

Katılımcıların bazıları (%15,7) doğum sonrası eşlerinin bebek konusunda çok karıştığını belirtmişler. (G.5) «Eşim doğum sonrası çok girişken biri oldu. Bebeğin giysilerine bile girişirdi. Her zaman benim bebeğe yeterince ya da doğru bakmadığımı söylerdi».

Araştırmanın ikinci sorusu olan doğum sonrası annelerin ailesiyle yaşadığı sorunları hakkında bulgular tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Ailesiyle Yaşadığı Sorunlar

Görüşmeciler	Verilen cevapların analizi	f	%
(G.1), (G.2), (G.3), (G.4), (G.5), (G.6), (G.7), (G.8), (G.9), G.10),(G.11),(G.12)	Bebeğe bakmada kayınanne ile bebek bakımı konusunda değerlerin çatışmaları	12	50
(G.2),(G.5), (G.6), (G.8), (G.10.)	Aile üyeleri tarafından desteğin verilmemesi	5	20.8
(G.2), (G.5), (G.6), (G.10)	Geniş ailedeki annelerin ev işlerinden dolayı bebeğe yeterince vakit ayıramaması	4	16.6
(G.2), (G.6), (G.10)	Ev işlerin zamanında yetiştirmekten dolayı aile üyeleriyle kavgaların olması.	3	12.5
Toplam		24	100

Tablo 2 incelendiğinde doğum sonra annelerin büyük kısmı ailesiyle yaşadığı sorunların büyük kısmı (%50) geniş ailede yaşayan anneler kayınannesiyle kuşak arası değerler ve bebek bakma konusunda anlaşmazlıklar olduğunu belirtmişler. (G.2) «Kayınvalidem bebeğe bez giydirmezdi ve beşiğe yatırırdı. Bu durum hiç benim hoşuma gitmezdi. Defalarca anlatsam bile beni anlamazdı». (G.10)«Kayınvalidem beni çocuklarına yeterince iyi terbiye vermiyorsun diye suçlardı»

Katılımcıların bir kısmı (%20,8) doğum sonrası aile üyeleri tarafından hiç destek verilmediğini belirtmişler. (G.10) «Doğum yaptıktan sonra yaşadığım aile üyeleri tarafından hiç destek görmedim. Sabaha kadar uyumasam bile bana hiç anlayış göstermediler. Her zaman ev işlerin zamanında yetiştirmemi talep ediyorlardı». (G.6) «Kayınvalidem bebek konusunda bana hiç destek göstermezdi. Her zaman bebeğime kendim bakardım»

Katılımcıların bazıları (%16,6) doğum sonrası anneler ev işlerinden dolayı bebeğe yeterince vakit ayıramadıklarını belirtmişler. (G.10) «Ev işlerin yapmak için çocuklarım eve kilitleydim. Sabahtan akşama kadar ev işleriyle uğraşıp çocuklarıma en çok 1 saat

ayırabilirdim». (G.6) «Ben geniş ailede yaşadığım için ev işleri çok. Yemek temizlik vb. işleri zamanında yetiştirmem gerekir. O yüzden bebeğimi beşiğe yatırıp ev işlerim yaparım. Bazen bebeğime yeterince vakit ayırmadığım için kendimi çok suçlu hissedirdim».

Katılımcıların (%12,5) doğum sonrası ev işlerin zamanında yetiştirmediği için aile üyeleriyle kavga olduğunu belirtmişler. (G.6) «Benim bebeğim sürekli ağlardı elimden düşmezdi. Bu yüzden yemektir her zaman zamanında yetiştiremezdim. Bundan dolayı kayınpederim kavga çıkarırdı». (G.2) «Kayıinvalidem beni zamanımda doğru değerlendirmiyorsun akşama kadar sadece bebekle uğraşıyorsun boş boş yatıyorsun diye kavga ederdi. Aslında benim çok başım ağıyordu. Bu yüzden her zaman ev işlerin zamanında yetiştiremezdim».

Araştırmanın üçüncü sorusu olan doğum sonrası annelerin diğer çocuklarıyla yaşadığı sorunları hakkında bulgular tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3. Diğer Çocuklarıyla Yaşadığı Sorunlar

Görüşmeciler	Verilen cevapların analizi	f	%
(G.10),(G.12), (G.13), (G.14)	Annelerin çocuklarına ayrı ayrı ilgi göstermeye zamanın olmaması	4	50
(G.10),(G.12), (G.13), (G.14)	Kardeşler arası kıskançlıkların olması	4	50
Toplam		8	100

Tablo 3 incelediğinde doğum sonrası annelerin büyük kısmı(%50) diğer çocuklarına ayrı ayrı ilgi gösterme zamanı olmadığını belirlemiştir. (G.12) «Doğumdan sonra bebeğim sık ağladığı ve geceleri yeterince uyumadığım için bebek uyuduğunda bende uyurdum. Diğer çocuklarımla ilgilenmeye zamanım olmazdı. Çünkü çok yorgun olurdu. Onlarda tabii bu değişimleri hissettiler. Büyük kızım anlayışlı davranıp yardım ederdi. Küçük kızıma yeterince zaman ayıramadığım için bana kızardı. Bence annede böyle sorunlar olması için önceden çocukların hazırlanması».

Katılımcıların (%50) doğum sonrası diğer çocuklarıyla kardeşler aralık kıskançlık olduğunu belirlemiştir. (G.13) «Doğumdan sonra büyük çocuğum bana hiç gelmez oldu. Bana çok kızardı. Küçük kardeşinde hiç sevmedi. Her zaman onun kötü bir olduğunda söylerdi. Onu tekrardan kendime yakınlaştırmak çok zor oldu. Yanımda olduğu zaman küçük bebeğimi elime almaya çalışırdım».

Araştırmanın dördüncü sorusu olan doğum sonrası annelerin çevresiyle yaşadığı sorunları hakkında bulgular tablo 4'te verilmiştir.

Görüşmeciler	Verilen cevapların analizi	f	%
(G.1),(G.2),(G.3), (G.4), (G.5), (G.6), (G.7), (G.8),(G.9), (G.10)	Annelerin önceden her yere gidebilirken, doğum sonrası zamanın ve imkanın olmaması..	10	55.5
(G.1),(G.3), (G.4), (G.5),(G.7), (G.14),(G.8), (G.10)	Arkadaşlarından uzaklaşmaları.	8	44.4
Toplam		18	100

Tablo 4. Çevresiyle Yaşadığı Sorunlar.

Tablo 4 incelediği zaman doğum sonrası annelerin büyük kısmında (%55,5) sınırlılığın olduğunu ve bir yere rahatça gidemediğini belirlemiştirler. (G.7)«Doğumdan sonra hayatım

bambaşka oldu. Sınırlılıklar olmaya başladı. Önceden ne zaman ve nereye gitmek istiyorsam giderdim. Şimdi ise öyle bir rahatlık yok. Bir yere giderken önceden bebek için uygun mu ona bakıyorum» (G.6)«Bebekli olduktan sonra belli bir yerlere gitmez oldum. Çünkü ortam bebek için uygundur değil. Gitsem bile rahatça oturamazdım.»(G.2)«Bir yere giderken sürekli bebeğimi düşünüyorum. Rahatça eğlenemiyorum. Her dakika arayıp soruyorum ve erken eve dönmeye çalışırım.»

Katılımcıların bazıları (%44,4) doğum sonrası anneler arkadaşlarından uzaklaştığını belirtmişler. (G.3)«Doğumdan sonra arkadaşlarım beni aramaz oldu. Çünkü her zaman tekliflerine hayır diye cevap verdiğim için.»(G.5)«Doğumdan sonra sadece bebeği olan arkadaşlarım akrabalarım ile ilişkim oldu. Onlarla ortak konularımız çok olduğu için sıklıkla buluşurduk.

Araştırmanın beşinci sorusu olan doğum sonrası annelerin diğer çocuklarıyla yaşadığı sorunları hakkında bulgular tablo 5’de verilmiştir.

Tablo 5. Yeni Çocuk Sahibi Olmanın Annelerde Oluşturduğu Olumsuz Duygular

Görüşmeciler	Verilen cevapların analizi		
(G.1),(G.2),(G.3), (G.4), (G.5), (G.6) (G.7),(G.8), (G.9), (G.10), (G.11)	Yorgunluk	11	29.7
(G.1),(G.4),(G.5), (G.6), (G.7), (G.8), (G.9), (G.10), (G.11), (G.12)	Uykusuzluk	10	27.1
(G.2),(G.5),(G.6), (G.7),(G.10), (G.11)	Şaşkınlık (ne yapacağını bilememek)	6	16.2
(G.5),(G.6),(G.7), (G.9), (G.12)	Annelerin aşırı kilo aldıklarından çok mutsuz olmaları. Kendinden utanmaları.	5	13.5
(G.2),(G.11)	Annelerin aşırı kilo verdiklerinden çok zayıflamaları ve kendilerinden memnun olmamaları.	2	5.4
(G.2),(G.3)	Sürekli baş ve sırt ağrısından kendilerini çok kötü hissettikleri.	2	5.4
(G.5)	Hiç bir şey yapmak istemedikleri. Bundan dolayı da evdekilerden utanmaları ve suçluluk hissetmeleri.	1	2.7
Toplam		7	00

Tablo 5 incelediğinde doğum sonrası annelerde oluşturduğu olumsuz duyguların büyük kısmı (%29,7) yorgunluk olduğunu belirlemiştir. (G.1) «Ev işleriyle ve bebekle uğraştığım için çok yorulurdum. Bu yüzden eşime de yeterince zaman ayıramazdım». (G.8) «Geceleri yeterince uyumadığım için yorulurdum. Bebek konusunda kimse yardım etmediği için bütün işleri kendim yapardım». (G.11) «Sabahtan akşama kadar çocuklarıma sadece kendim baktığım için çok yorulurdum».

Katılımcıların bazıları (%27,1) doğum sonrası uykusuz olduğunu belirtmişler. (G.9) «Bebeğim çok ağlardı sürekli elimde olduğu için geceleri uyumazdım.». (G.4) «Doğum sonrası geceleri bebeğin bezini 2-3 kere almamam gerekirdi. Ö yüzden geceleri uyanmam gerekirdi».

Katılımcıların bir kısmı (%16,2) doğum sonrası şaşkın ve korktuğunu belirlemiştirler. (G.2)«İlk doğum olduğum için bebek konusunda tecrübem olmadığı için çok şaşkıncıydım.

Bebeğim bezin bile değiştirirken çok korkardım.»(G.11)«Bebeğim ağladığında bende ağlardım. Hiç bir şey yapamadığım için kendime çok kızardım»(G.11)«Neyi nasıl yapmanı hiç bir şeyi bilmezdim. Bir şeyi yanlış yapıp bebeğe zarar vereceğim diye çok korkardım. Doğumdan sonra 2-3 ay çok stresli geçti. Bir şey olursa her zaman panik yapıp çevremdeki insanları rahatsız ederdim.»

Katılımcıların (%5,4) doğum sonrası aşırı kilo aldıkların ve bundan çok mutsuz oldukların belirtmişler. (G.7) *«Doğum sonrası çok aşırı kilo aldım. Neden kendimde anlamadım. Çok yemekte yemezdim. Belki benim genetiğim öyle olduğu için. Kendimden çok utanırdım».* (G.9) *«Bebeğime süt olsun diye çok yiyordum. Sağlıklı beslenmediğim için kilo aldım ve bu durum beni çok rahatsız ederdi. Kendimi kabul etmediğim için çok zorlanırdım».*

Katılımcıların (%5,4) doğum sonrası aşırı kilo verdiklerin belirtmişler. (G.2) *«Doğum sonrası aşırı kilo verdim. Neden kendimde anlamadığım. Belki de çok şaşkın ve korktuğum için. Hiç bir kıyafet yakışmazdı. Çok mutsuzdum. Her zaman nasıl kilo alabilirim diye çok düşünürdüm. Kendimden çok utanırdım».*

Katılımcıların bazıları (%5,4) doğum sonrası baş ve sırt ağrıların çok olduğunu ve bundan dolayı rahatsız oldukların belirtmişler. (G.5) *«Doğum sonrası çok başım ağrıyordu. Yeterince uyumadığım için ya da kanım az olduğu için mi bilemiyordum. Hiç bir şey yapamazdım sürekli yataktaydım. Hiç bir şey yapamadığım için evdekilerden yanında çok utanırdım ve kendimi her zaman suçlu hissedirdim».*

Katılımcıların (%2,7) doğum sonrası hiç bir şey yapmak istemedikleri. Bundan dolayıda evdekilerden utandıkların ve suçluluk hissetmelerini belirtmişler. (G.2) *«Sırt ağrıları beni doğum yaptıktan sonra çok rahatsız ediyordu. Bazen bebeğimi elime alamazdım, yerimden kalkamazdım, bebeğime iyi bakamıyorum diye kendimi çok suçlardım».*

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Doğum sonrası annelerin yaşadığı sorunların incelemek amacıyla yapılan araştırmada ulaşılan araştırma sonuçları ve tartışma aşağıda sunulmuştur.

Araştırmanın birinci sorusu olan annelerin doğum sonrası eşleriyle yaşadığı sorunları ile ilgili sonuçlar şu şekildedir: ilgisizlik, eşler arası sürekli kavgalar, babaların dikkatleri ve sevgileri sadece bebeğin üzerinde olması, sorumluluğun hepsi annede olması ve babanın bebek konusunda aşırı karışması olarak bulunmuştur.

Mermer ve başk. (2010) yaptığı çalışmada doğum sonu dönemde görülen psikiyatrik bozuklukların önemli nedenleri arasında sosyal destek yetersizliği, eşler arasında uyumsuzluk ve stresli yaşam şartları gösterilmektedir. Özdemir ve başk. (2020) yaptığı çalışmalarında kentte yapılan görüşmelerde, çiftler çocuk yetiştirmede eşleriyle zaman zaman anlaşmazlıklar yaşadıklarını, hem kentte hem de kırsalda annenin yükü üstlendiği belirtmişler. Bu bulgular araştırma sonucun desteklemektedir. Kırgız toplumunda genellikle yeni evlenen gençler ebeveyn olmaya yeterince hazır olmadan ya da yeterince bilgileri yok halde çocuk sahibi oluyorlar. Bu durum yeni çocuk sahibi olan aile ortamına yeterince çok sorunları getiriyor. Özellikle bu dönem yeni doğum yapan anne için çok hassas bir dönemdir. Ama maalesef Kırgız ailelerinde yeni doğum yapan anneyi yeterince ciddiye almadığı için aile arası özellikle hiç anne ve babalığa hazır olmayan gençler arası sık sık anlaşmazlıklar oluyor.

Araştırmanın ikinci sorusu olan annelerin doğum sonrası yaşadığı ailesiyle sorunlar ile sonuçlar şu şekildedir: Bebeğe bakmada kayınanne ile bebek bakım konusunda değerlerin çatışmaları, aile üyeleri tarafından destek verilmemesi, geniş ailede yaşayan annelerin ev işlerinden dolayı bebeğe yeterince vakit ayıramaması, ev işlerin zamanında yetiştiremediğinden aile üyeleri ile kavgaların olmaları olarak bulunmuştur.

İnanđı ve başk. (2005) yaptıkları çalışmalarda kadınların %40'ının yetersiz aile desteği olduğunu belirtmiştirler. Bununla birlikte Mermer ve başk. (2010) yaptığı araştırma bulgularına göre, kadınların gebelik sürecinde, doğum sonrası döneme göre algıladıkları sosyal destek puanı istatistiksel olarak anlamlı olmasa da kısmen daha yüksek bulunmuştur. Bu durum kadınların doğumdan sonra sosyal desteğe daha fazla gereksinim duyduklarını düşündürmektedir. Tuncer (1980) yaptığı çalışmada çekirdek ailelerde anneler bebeğinin bakımını kendi yerine getirirken aynı zamanda bebeği ile daha çok başa kalabilmektedir. Ancak geniş ailelerde genelde bebeğin bakımında aile büyüklerinin etkili olmasının annenin bebeği ile daha az vakit geçirmesinin ve bebeğinin bakımına daha az katılmasının bu durumda etkili olabileceğini düşünülmektedir. Bu bulgular araştırma sonucun desteklemektedir. Her doğum yapan anne doğum sonrası dinlenmek ister. Doğum sonrası dönemde annenin sağlığı da yeterince iyi olmuyor ve bu durumda anne yaşadığı ortamdan destek ister. Geceleri de yeterince uyuyamayan anne gündüzü kendini çok yorgun hisseder. Aile işlerin zamanında yetiştirmedeği için genellikle anneler aile yeleri ile kavgaları yaşıyor.

Araştırmanın nc sorusu olan annelerin doğum sonrası diğer çocuklarıyla yaşadığı sorunlar ile sonuçlar şu şekildedir: annelerin çocuklarına ayrı ayrı ilgi göstermeye zamanın olmaması ve kardeşler arası kıskançlık olduğu olarak bulunmuştur.

Yavuser (1998) aynı anne babanın ilgi, sevgi ve sevecenliğini paylaşma zorunluğu kardeşlerin birbiriyle rekabetine sebep olmaktadır. Bu rekabeti önlemek mümkün değildir. Çünkü evde kardeşin doğumuyla beraber kendini dünyanın merkezi olarak gören bir değil iki bulunmaktadır ve iki ocuk da anne babanın ilgisin mümkün olduğunca çok istemektedir. Aydoğmuş ve başk. (1990) yaptığı çalışmalarda ocuk sayısı arttıkça anne babanın çocuğu ayırdığı zaman ve gösterdiği ilginin azaldığı, anne babanın çocuğa yeterince dinleyemediği, çocuğun kendini ifade edemediği saptanmıştır. Bu bulgular araştırma sonucun desteklemektedir. Yeni doğum yapan annenin ilgisi genellikle yeni çocuğun üzerinde oluyor. Çünkü yeni doğan ocuk çok ilgiyi talep ediyor. Yorgun olan anne büyük çocuklarına yeterince ilgi göstermeye zamanı olmadığı için kardeşler arası kıskançlıklar oluyor.

Araştırmanın dördüncü sorusu olan annelerin doğum sonrası annelerin doğum sonrası çevresiyle yaşadığı sorunlar ile sonuçlar şu şekildedir. Annelerin önceden bir yere rahat gidebilirken şimdi gidememeleri ve arkadaşlarından uzaklaşmaları olarak bulunmuştur.

Poluyektova (2013) yaptığı çalışmada genellikle anneler doğum yaptıktan sonra bütün ilgisin ve zamanın bebekle geçirdiği için arkadaşları ile buluşmak için zamanı kalmadığı ve dışarı çıktığı zaman kendilerinin çok rahatsız hissettiklerin belirtmiştirler. Bu bulgular araştırma sonucun desteklemektedir. Yukarıdaki sonuçlara dayanarak anne çocukla sosyal ortama çıkması orda ocuk için uygun ortamın olup olmaması, her duruma karşı hazırlıklı olmak annelere bir az yorucu gelebilir ya da çocuğu evde bırakıp yalnız gitmek sürekli çocuğun durumunu merak etmesine neden olabilir bundan dolayı annenin sosyal hayatına bir az ara vermesi annenin kendi isteği, aşırı korumacı anne olması ve ya aile bireyleri annenin çocuklar ya da yalnız dışarı çıkması hoş karşılanmayabilir diyebiliriz.

Araştırmanın beşinci sorusu olan annelerin yeni ocuk sahibi olduğunda yaşadığı olumsuz duygular ile sonuçlar su şekildedir yorgunluk, uykusuzluk, şaşkınlık(ne yapacağını bilememek),aşırı kilo aldıklarından çok mutsuzlardı, kendinden utanırdı. Aşırı kilo verdiklerinden çok zayıfladılar, bundan dolayı hiç bir kıyafet yakışmaz oldu, rahatsızdı. Sürekli baş ve sırt ağrısından kendilerini çok kötü hissederdi, hiç bir şey yapmak istemiyorlardı, hiç bir şey yapmadıkları için evdekilerden çok utanırlardı ve kendilerini suçlu hissederdi olarak bulunmuştur.

Gözüm ve Kılıç (2005) yaptığı çalışmasında postpartum dönemde yapılan bir çalışmaya bakıldığında en yaygın sağlık problemlerinin yorgunluk (%86.6), uyku

bozuklukları (%80.4), meme problemleri (%71.4), konsantrasyon (%61.6) ve epizyotomi ağrısı (%30.4) olduğu tespit edilmiştir. Tekin ve başk. (1996) yaptığı çalışmada doğum sonrası annelerde uykusuzluk, yorgunluk, dikkat azlığı, bazen gereksiz neşe ve ağlama nöbetleri gibi annelik hüznü sırasında görülebilen bulgulara ek olarak doğum sonrası depresyonda isteksizlik, iştah değişiklikleri aşırı endişe, sıkıntı, çevreye ilgisizlik, bebekle ilgili aşırı kaygı ya da bebeğe karşı ilgisizlik gibi belirtiler bulunmuştur.

Kiehl ve White (2003) yaptığı çalışmada doğum sonrası annelerin %47'sinde doğum sonrası 3 ay ve 1 yıl sonunda en az bir sağlık problemi saptanırken, bu problemlerin; %14'ünün bel ağrısı, %10.6'sının üriner inkontinans, %9'unun depresyon ve %4'ünün baş ağrısı olduğu ve bu durum annenin hayatın olumsuz etkilediğini belirlemiştir. Bu bulgular araştırma sonucun desteklemektedir. Doğum sonrası oluşan annedeki hormonal, duygusal ve fiziksel değişimler onun sorumluluğu altında olan korumasız yeni bireyin hayatına girmesi annedeki tedirginliği, endişeyi, özgüvensizliği, kaygıyı arttırdığını ve bu psikolojik durumu aile üyelerinin maddi ve manevi yardımıyla atlatabileceğini söyleyebiliriz.

Araştırma sonucunda elde edilen bulgulardan yola çıkarak aşağıdaki önerilerde bulunulabilir:

1. Evlilik öncesi ve evlilikten sonra bireylere anne-baba eğitimlerin düzenlenmesi.
2. Doğum sonu dönemde bio-psiko-sosyal yönden etkilenen anneye, eşin ve aile üyelerinin sosyal desteğinin sağlanması açısından aile üyelerinin de kapsayan eğitimlerin planlanması.
3. Aile ortamındaki anlaşmazlıklarla ilgili sosyal medya ve yayın kuruluşları aracılığı ile kamu spotlarının yaygın olarak yayılması.

Kaynaklar:

1. Atici, İ. Gözüm, S. (2000). Postpartum Erken Dönemde Lohusalara Verilen Sağlık Eğitiminin Postpartum Problem ve Anksiyeteleri Üzerine Etkileri. HÜHYO Dergisi 8(2): 77-90.
2. Aydoğmuş, K. Batlaş, A. Batlaş, Z. Ve başk. (1990) Ana Baba okulu,10. Basım. İstanbul, Remzi Kitabevi 107-121.
3. Balkaya, A. Konak. (2002). Postpartum Dönemde Annelerin Bakım Gereksinimleri ve Ebe-Hemşirenin Rolü. CÜHYO Dergisi 6(2): 42-9.
4. Balkaya, Akdolun, N. (2002) Postpartum dönemde annelerin bakım gereksinimleri ve ebe-hemşirenin rolü, C.Ü. Hemşirelik Yüksek Okul Dergisi; 6(2): 42-49
5. Bozkuş, Eğri, A. (2011). Doğum sonu dönem ile ilgili geleneksel inanç ve uygulamalara dünyadan ve Türkiye'den örnekler. Zeitschrift für die Welt der Türken/Journal of World of Turks, 3(1), 143-155.
6. Burroughs, A. Leifer, G. (2001). Postpartum Period: Maternity Nursing an Mintroductory 8. Baskı. Philadelphia. WB Saunders Company; 212.
7. Deller B, Decamp K. Postpartum Care. Global Health Technical Briefs, Access program/JHPIEGO. [cited:15.12.] Erişim adresi: http://www.mhtf.org/wp-content/uploads/sites/17/2013/11/postpartumcare_jhpiego.pdf.
8. Gözüm S, Kılıç D. Health Problems Related to Early Discharge of Turkish Women. Midwifery 2005; 21(4): 371-8.
9. Güngör, A. (2012). Dördüncü Dünya Kadın Konferansı. Kadın Haklarına İlişkin Uluslararası Hukuk Düzenlemeleri. Ankara: Koza Matbaacılık; 2012. p.37-225.
10. İnandi, T. Bugdayci, R. Dundar, P. Sumer, H. Sasmaz, T. (2005). Risk factors for depression in the first postnatal year. Social psychiatry and psychiatric epidemiology, 40(9), 725-730.

11. Kiehl EM, White MA. Maternal Adaptation During Childbearing in Norway, Sweden and United States. *Scand J Caring Sci* 2003; 17(2): 96-103.
12. Mermer, G. Bilge, A, Yücel, U. Çeber, E. (2010). Gebelik ve doğum sonrası dönemde sosyal destek algısı düzeylerinin incelenmesi. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 1(2), 71-76.
13. Özdemir, Y, Sağkal, A. Salman-engin, S, Çakiroğlu Çevik, A. ve Gür, G. (2020). Türkiye’de birlikte ebeveynlik deneyimleri: Nitel bir çalışma. *Nesne*, 8(16), 43-68. DOI: 10.7816/nesne-08-16-0.
14. Poluyektova, O (2013) Pshycological features of postnatal state in the women. *616.85-02:618*.
15. Tuncer, O. (1980). Çocuk ve Aile Çevresi Bildiri. Çocuk ve Eğitim TED yayın 1 Ankara: Şafak Matbaası.
16. World health organization (WHO). (1998) Maternal and Newborn Health/Safe Motherhood Unit. Postpartum care of the mother and newborn: a practical guide. Geneva: World Health Organization; p. 16-23.
17. Yavuzer, H. (1998). Bedensel, zihinsel ve sosyal gelişimiyle çocuğunuzun ilk 6 yılı. İstanbul: Remzi.