

Doğum sonrası primipar annelere verilen eğitim ve danışmanlık hizmetlerinin bebek bakımı, kaygı düzeyleri ve annelik rolüne etkisi

Dilek Yıldız (*), Nalan Akbayrak (**)

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, primipar annelere verilen planlı hemşirelik eğitim ve danışmanlık hizmetlerinin, annelerin doğum sonrası bebek bakıma, kaygı düzeylerine ve annelik rolüne etkisini belirlemesidir. Ön-son testi olan kontrol gruplu araştırma modeli olarak planlanan bu çalışma Gülhane Askeri Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Polikliniğinde yürütülmüştür. Araştırmanın örneklemini 76 primipar anne (42 kontrol grubu-36 çalışma grubu) oluşturmuştur. Verilerin toplanmasında Annelerin Tanıtıcı Özelliklerini ve Bebek Bakımına Yönelik Bilgi Düzeyini Belirleme Formu, Yeni Bir Bebeğin Ebeveyni Olmak Ölçeği, Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri kullanılmıştır. Doğumdan sonra bebek bakımına ilişkin eğitim ve danışmanlık hizmeti çalışma grubundaki annelere bebek üçüncü ayını bitirene kadar düzenlenmiş, her anneye doğum sonrası en az beş kez eğitim verilmiştir. Çalışma ve kontrol grubunda yer alan annelerin çoğunluğunun daha önceden bebek bakım deneyimi olmamış (% 73.7) ve annelerin çoğunluğu doğum sonrası taburculuk eğitimi almamışlardır (% 68.4). Çalışma grubunda yer alan annelerin eğitim sonrası bebek bakımına ilişkin bilgi puanları kontrol grubuna göre daha fazla bulunmuş ve aradaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($t=15.163$; $p<0.001$). Çalışma grubunda bulunan annelerin ilk üç ay durumluk kaygı düzeyi, kontrol grubundaki annelere göre belirgin şekilde azalmıştır. (7.gün: :40.18, 1.ay: :34.79, 3.ay: :29.97).

Doğum sonrası dönemde primipar annelere bireyselleşmiş, sürekli ve işbirlikçi eğitim ve danışmanlık yaklaşımı ile optimum bebek bakımı sağlanabilir, annelerin kaygıları azaltılabilir ve yeni rollerine uyum kolaylaştırılabilir.

Anahtar kelimeler: Doğum sonrası, Bebek bakımı, Annelik, eğitim ve danışmanlık

The effect of education and counseling services given to the primipar mothers during postpartum period on infant care, anxiety level and role of motherhood

SUMMARY

The effect of education and counseling services given to the primipara mothers during postpartum period on infant care, anxiety level and role of motherhood. The purpose of this study is to determine the effect of scheduled education and counseling services given to the primipara mothers about postpartum infant care, the role of motherhood and anxiety level. This study was planned as a control group research model with pre-post test and it was conducted in Department of Pediatrics of Gulhane Military Medical Faculty. The sample of the research consists of 76 primipara mothers (42 control groups-36 study groups). A Form for Descriptive Characteristics and The Level of Knowledge of Mother About Infant Care, What Being The Parent of A Baby Is Like Scale, and State-Trait Anxiety Inventory were used while collecting data. Counseling service and education about postpartum infant care was arranged for mothers until baby finished the third month. Most of the mothers in the study and control groups (73.7%) have never had infant care experience before, and 68.4% of the mothers have not received postpartum discharge education. The post-training information points about baby care of the mothers in the study group was found to be higher compared to the control group and the difference between them was found to be statistically meaningful ($t=15.163$; $p<0.001$). In the first three months state anxiety level of the mothers in the experimental group decreased significantly compared to the mothers in the control group (Day 7: :40.18; Month 1: :34.79; Month 3: :29.97).

Providing individualized, continuous and collaborative training and counseling approach to women in postpartum period, optimal infant care can be provided, anxiety of mothers can be reduced and adaptation of mothers to their new roles can be easier.

Key words: Postpartum period, Infant care, Motherhood, Education and counseling

* GATA hemşirelik yüksekokulu, Çocuk sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Bilim Dalı;
**GATA Hemşirelik Yüksekokulu, İç Hastalıkları Hemşireliği Bilim Dalı Çocuk sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Bilim Dalı

Reprint request: Dilek YILDIZ GATA hemşirelik yüksekokulu,
Çocuk sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Bilim Dalı
E-mail: dyildiz@gata.edu.tr

Date submitted: 29.08.2012 • Date accepted: 03.06.2013 • Online publication date: 16.04.2014

Giriş

Doğum sonrası dönem, yenidoğanın aile sistemiyle bütünleştiği, kişinin yaşamında akut değişikliklerin olduğu, kadının emosyonel, fiziksel ve sosyal adaptasyonunun sağlandığı ayrıcalıklı bir yaşam dönemidir. Aynı zamanda kadının bebeğin doğmasıyla annelik rolünü edindiği, yeni role uyumun sağlandığı ve aile üyeleriyle ilişkilerin yeniden tanımlandığı özel bir dönemdir. Bu dönemde anne fiziksel durumunun eski haline dönmesi, bebeğin bakımıyla ilgili beceri ve güven geliştirme, bebeği ile iletişim kurma, yeni bir birey olan bebeğin aileye katılımı sonucu değişen aile yapısı, yeni rolü ve yaşam tarzına uyum sağlama gibi gelişimsel ve fiziksel sorumlulukları başarmak durumundadır (1-9).

Doğum sonrası hastaneden taburcu olduktan sonra eve geçiş, sıklıkla yeni anneler için stres yaşayabildikleri bir deneyimdir. Anne kendine yabancı fakat kendinden olan bebekle tanışmıştır. Bu nedenle bebeğin bakımı, yetenekleri ve davranışları hakkında çok hızlı olarak bilgi edinmek zorundadır. Çeşitli çalışmalarda, doğum sonrası dönemde yeni annelerin bebek bakımına, davranışlarına, öz bakımlarına ve emosyonel uyuma ilişkin bilgi eksiklikleri ve endişeleri olduğu belirlenmiştir. Anne "Beni iştebiliyor mu?, Niçin bebeğim böyle uyuyor?, Ne kadar emzireceğim?" gibi sorularla davranış olarak bebeklerini tanımadıklarını gösterirler. Annedeki bu emosyonel kaygılar doğum sonrası anne-bebek bağıllığını, annenin yeni rolüne uyumunu etkileyebilir (7,9,10).

Bu dönemde primipar annelerin bebek bakımına, büyüme-gelişmesine, bebeğin normal özelliklerine, davranışlarına ve hastalıklarına ilişkin bilgi eksikliği ve bebeğin gereksinimlerini anlamada yetersizlik; fiziksel komplikasyonlar ve fizyolojik değişiklikler gibi kadının vücudundaki değişiklikler; yorgunluk, izolasyon ve sosyal desteklerde yetersizlik; annenin ilgisinin bebeğe yönelmesi nedeniyle eşi ile ilişkilerinde değişiklikler annede stres ve kaygı nedeni olup, annelik rolünden memnuniyetini azaltabilmekte, ebeveyn-bebek bağıllığını ve yaşam değişikliğini olumsuz etkileyebilmektedir. Doğum sonrası dönem, alışılmış yollardan iletişim kuramayan bir bebeğin tüm sorumluluğunu üstlenen ebeveynler için mücadele zamanıdır (4-6,11,12). Annelik rolünü edinme, annenin kendi rolünde yeterliliği başardığı, annelik davranışlarını kendisinin oluşturduğu, rol sürecine entegre ettiği ve anne olarak kimliği ile rahat ettiği süreçtir (4,9,13). Bebeğin büyümesi, gelişimi, annenin bebeğin davranışlarını anlayabilmesi ve etkileşimi ilk kez anne olanlar için memnuniyet kaynağı olarak tanımlanmıştır. Buna karşın, olumsuz yaşam olaylarından kaynaklanan stres, çocuğun hastalıkları, evlilik problemleri de annelik rolünden memnun olmama duyguları yaratmaktadır (5,7,14-16). Pridham ve ark.ları (1) çalışmalarında annenin yeni doğan bebeğin bakımı ile baş etmesi ve bebeği tanınmasıyla, annelik rolünden memnuniyet arasında pozitif bir korelasyon olduğunu belirlemişlerdir.

Doğum sonrası ilk günlerde ve ilk yıl içinde sağlık personeli tarafından anneye düzenli ve sürekli verilen profesyonel tavsiyeler ve destekleyici bakım, annenin bebek bakımında öz-güven geliştirme ve yeni rolündeki memnuniyetinde artışa neden olmakta, anneliğe uyumu kolaylaştırmaktadır (2,9).

Dinamik değişikliklerin yer aldığı bu dönemde bireyselleşmiş bakım verme, danışmanlık yapma ve ebeveynlerin endişelerini giderme gibi hemşirelik yaklaşımları, ilk üç ayda anneliğe uyum ile annenin kaygılarını giderme; bebek bakımı konusunda annenin öz güven gelişmesinde ve annenin iyilik hali üzerinde pozitif etkileri vardır. Bu nedenle doğum sonrası bakımın amacı sadece anne ve bebeğin fiziksel bakımını sağlamak değil, erken dönemde komplikasyonları belirlemek, yeni durumla ebeveynlerin baş etmelerine yardım etmek, zor olan ilk günlerde ebeveynleri desteklemek, özellikle annenin bebeğin bakımında kendini güvenli hissetmesini sağlamak ve kaygılarını gidermektir (8,9,17-19). Bu nedenle çalışma, doğum sonrası dönemde primipar annelere verilen planlı hemşirelik eğitimi ve danışmanlık hizmetlerinin, annelerin kaygı düzeylerine, bebek bakımına ve annelik rolüne etkisini belirlemek amacıyla deneysel bir çalışma olarak planlanmıştır.

Gereç ve Yöntem

Çalışmanın evrenini bir eğitim ve araştırma hastanesinin, Sağlam Bebek Ünitesine bir yıl içerisinde gelen anneler oluşturmuştur. Çalışmaya katılmayı kabul eden, ilk kez anne olan ve dokuz aylık sürede sağlam bebek ünitesine gelen toplam 76 kadın kapalı zarf yöntemi ile randomize olarak örneklemi oluşturmuş ve gruplara ayrılmıştır. (42 kontrol grubu- 34 çalışma grubu). Çalışma ön-son testi olan kontrol gruplu araştırma modeli olarak tanımlanmıştır. Veri toplama amacıyla, annelere bir form ve iki ölçek uygulanmıştır. Ayrıca çalışma grubundaki anneler planlı olarak üçüncü gün, yedinci gün, birinci ay, ikinci ay ve üçüncü ay sonunda rutin klinik muayeneleri sonrası, eğitim ve danışmanlık için düzenlenmiş olan odaya alınıp, önce merak ettikleri konularda soruları yanıtlanmıştır. Daha sonra bebek bakımına, gelişmesine ve her ay içinde özellik gösteren sağlık uygulamalarına (örn; aşılarda) ilişkin resim ve fotoğraflarla eğitim verilmiştir. Doğumdan sonraki üçüncü gün "Bebeğinizle Yeni Bir Yaşam" isimli eğitim kitapçığı verilmiştir. Yedinci gün bebek ve annenin bakımını içeren "Hoş Geldin Bebek" isimli CD seyrettirilmiş ve isteyen annelere verilmiştir. Ayrıca bebeğin içinde bulunduğu dönem olan 0-1 aylık dönemin normal gelişim özelliklerini açıklayan "Bir Aylık Bebeğin Gelişim Özellikleri" isimli rehber notlar verilmiştir. Birinci ay sonu kontrollerinde "İki Aylık Bebeğin Gelişim Özellikleri" isimli rehber notlar, daha sonraki aylarda da her kontrol ve danışmanlık hizmeti sonrası bebeğin geçireceği ayın gelişim özelliklerini içeren rehber notlar verilmiştir.

Primipar Annelerin Tanıtıcı Özelliklerini ve Bebek Bakımına Yönelik Bilgi Düzeyini Belirleme Formu: Form, annenin demografik özellikleri (yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, evlilik süresi, doğum şekli) ve bebek bakımına ilişkin 33 soruyu içermektedir. Form annelere doğum sonrası üçüncü günde ve üçüncü ay sonunda uygulanmıştır.

Yeni Bir Bebeğin Ebeveyni Olmak Ölçeği (What Being The Parent Of a New Baby Is Like-WPL): Ölçek Pridham ve Chang tarafından geliştirilmiştir. Yeni bir bebeğin annesi olmakla ilişkili annenin niteliksel yönlerini ve deneyimlerinin ölçülmesini amaçlayan kendini anlatım esaslı grafik tarzında bir ölçektir. Üç alt boyut ve 25 maddeden oluşan ölçek: **a) Anneliğin değerlendirilmesi:** Anne olmak ve bebek bakım sorumluluklarını yerine getirmede memnuniyeti ölçen 11 madde **b) Merkeziyet:** Annenin düşüncelerinde ve aktivitelerinde bebeğin önemini değerlendiren sekiz madde **c) Yaşam değişikliği:** Günlük yaşamındaki ve görünümündeki değişikliklerin derecesini değerlendiren altı maddeyi

içermektedir (20,21). Ölçeğin puan dağılımı, 25-225 arasındadır. Alt ölçekler kavram olarak birbirinden bağımsız olduğu için ayrı ayrı değerlendirilebilmektedir. Ölçeğin orijinal halinin dil, kapsam ve kültürel uyarlaması yapıldıktan sonra güvenilirlik analizi için bu çalışmadan önce, farklı 118 primipar anne çalışma kapsamına alınmış fakat ölçeğin üçüncü ay sonu olan son uygulamasına 81 anne katılmıştır. Ölçek Pridham tarafından orijinal uygulanmasında olduğu gibi, annelere bebekleri yedi günlük, bir aylık ve üç aylık olduğunda uygulanmıştır.

Ölçeğin üç alt boyutunun değerlendirilmesi sonucu alfa değerleri şu şekilde bulunmuştur.

1-Anneliğin Değerlendirilmesi: Yedinci gün sonu uygulamasının alfa değeri 73.83, birinci ay sonu uygulamasının alfa değeri 77.01, üçüncü ay sonu uygulamasının alfa değeri 82.07'dir.

2-Yaşam Değişikliği: Yedinci gün sonu uygulamasının alfa değeri 69.61, birinci ay sonu uygulamasının alfa değeri 66.93, üçüncü ay sonu uygulamasının alfa değeri 67.26'dir.

3-Merkeziyet: Yedinci gün sonu uygulamasının alfa değeri 10.13, birinci ay sonu uygulamasının alfa değeri 26.71, üçüncü ay sonu uygulamasının alfa değeri 28.80'dir.

Çalışmamızda üç ölçümün toplam cronbach alpha değeri (postpartum 7.gün,1.ay, 3 ay) genel ebeveynliği değerlendirmede 0.87, yaşam değişikliğinde 0.75 ve bebeğin merkeziyetinde 0.68 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin ülkemizde uygulanması sonucu alfa değerleri belirlendikten sonra alt ölçeklerden "Ebeveynin Yaşamında Bebeğin Merkeziyeti" kısmının tamamını oluşturan sekiz sorunun alfa değerlerinin düşük olması nedeniyle alt ölçeğin tümü uygulamadan çıkarılmıştır. Bunun sonucunda ölçeğin toplam soru sayısı 17, alt ölçek sayısı ise iki olmuştur. Toplam puanların dağılımı ise 17-153 olacak şekilde yeniden belirlenmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde her alt ölçeğin kendi toplam puanlarından, yararlanılmış, toplam ölçek puanı kullanılmamıştır. **Spielberger'in Durumluk ve Süreklilik Kaygı Envanteri (STAI):** Primipar annelerin anksiyetesi, Spielberger ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş, 1974-1977 yılları arasında Öner ve Le Comte tarafından Türkçe'ye çevrilerek geçerlilik ve güvenilirliği test edilmiş olan STAI ile ölçüldü. STAI, durumsal/geçici anksiyeteyi ve sürekli anksiyete kavramlarını değerlendiren öz kayıt ölçeğidir. Her bir ölçek 20 maddeden oluşmaktadır. Durumluk Kaygı Ölçeği, bireyin belirli bir anda ve belirli koşullarda kendini nasıl hissettiğini tanımlayacak şekilde yanıtlaması gerekmektedir. Süreklilik Kaygı Ölçeği ise kişinin kendini nasıl hissettiğini ortayakoymaktadır. Sonuçlar 0-19 puan anksiyete yok, 20-39 puanda hafif anksiyete, 40-59 puanda orta derecede anksiyete, 60-79 puanda ağır anksiyete, 80 puan ve üzerinde panik olarak değerlendirilmektedir (22,23). Çalışmamızda annelerin kaygılarını değerlendirmek için, doğumdan sonra 7. günde durumluk ve süreklilik kaygı ölçeği, 1. ayda ve 3. ay da ise durumluk kaygı ölçeği kullanılmıştır.

Bebeklerin Aylık Gelişim Özellikleri Rehber Notları

Çalışma için bebek bakımına yönelik eğitim kitapçığı ve bebeğin aylık gelişim rehber notları literatür incelemesi sonucu, araştırmacı tarafından geliştirilmiştir (24-29). Bebeğin aylık gelişim rehber notları bir, iki ve üç aylık bebeğin aylara göre fiziksel, mental, sosyal ve dil becerileri konularında normal özelliklerinin açıklandığı ve bebeğin bulunduğu aya özgü önemli olan sağlık konularında (aşılarda vb) hatırlatmaların yapıldığı bilgiler yer almaktadır.

Doğumdan sonra yedinci günde, birinci ay sonu ve ikinci ay sonunda çalışma grubundaki annelere verilmiştir.

Eğitim kitapçığı bebek beslenmesi, banyosu, göbek

bakımı, alt temizliği, giyinmesi, uykusu, taşınması, ağlayan bebeğe yaklaşım, iletişim kurma, duyu organlarının gelişimi, başışıklama, güvenliği için öneriler ve “Bebeğim hasta mı?” başlıklarından oluşmuştur. Hazırlanan veri toplama formları anlaşılabilirlik, açısından araştırma kapsamında olmayan gönüllü 20 primipar anneye uygulanarak ön uygulama yapılmış ve buna göre gerekli düzeltmeler yapılmıştır. (Şekil-1 Araştırmanın Uygulama Aşamaları)

Araştırma Etiği

Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasına başlamadan önce, form sahibi Karen Pridham ile yapılan yazılı görüşme sonucu orijinal ölçeğin ülkemizde kullanım izni alınmıştır. Araştırmanın yürütülebilmesi için GATA Yük. Lis. Dok. Mrk: 0530-105-01/141 sayılı izni alınmıştır.

Bulgular

Çalışma grubunda yer alan primipar annelerin %52.9'u, kontrol grubunda yer alan primipar annelerin ise % 52.4'ünün 25-36 yaş grubunda olduğu belirlenmiştir. Çalışmagrubundaki primipar annelerin % 41.2' si yüksek okul düzeyinde eğitim almış olup % 64.7' si çalışmamaktadır. Kontrol grubundaki primipar annelerin %45.2'si lise düzeyinde eğitim almış olup, %57.1'i çalışmamaktadır. Hem çalışma hem de kontrol grubundaki annelerin evlilikleri beş yılın altında olup (% 85.5), gebeliği hem kendileri hem de eşleri istemiştir (% 89.5). Çalışma ve kontrol grubunda yer alan annelerin çoğunluğunun daha önceden bebek bakım deneyimi olmamış (% 73.7) ve her iki grupta bulunan annelerin çoğunluğu doğum sonrası planlı bir taburculuk eğitimi almamışlardır (% 68.4). Taburculuk eğitimi alan annelere ise her iki grupta da % 21.1 oranında doktor % 7.9 oranında ise hemşire eğitim vermiştir. Çalışma ve kontrol grubunda bulunan annelere doğumdan sonra yardım edecek kişi çoğunlukla anneleri olup (% 43.5), eşleri ise ikinci öncelikte yer almaktadır (%21.0) (Tablo I).

	Çalışma grubu		Kontrol grubu		Toplam		χ ²	p
	n	%	n	%	n	%		
Yaş								
24 yaş altı	15	44.2	20	47.6	35	46.1		
25-36	18	52.9	22	52.4	40	52.6	1.286	0.526
37 ve üzeri	1	2.9	-	-	1	1.3		
Eğitim Durumu								
İlköğretim	7	20.6	11	26.2	18	23.7		
Lise	13	38.2	19	45.2	32	42.1	2.940	0.401
Yüksekokul	14	41.2	12	28.6	26	34.2		
Doğum Şekli								
Vajinal	15	44.15	28	66.7	43	56.6	3.889	0.049
Sezaryen	19	5.9	14	33.3	33	43.4		
Gebeliği İsteme Durumu								
Sadece eşi istedi	-	-	1	2.4	1	1.3		
Sadece kendi istedi	2	5.9	-	-	2	2.6	7.476	0.058
Her iki eş de istedi	32	94.1	36	85.7	68	89.5		
Her iki eş de istemedi	-	-	5	11.9	5	6.6		
Bebek Bakım Deneyimi								
Var	8	23.57	12	28.6	20	26.3	0.246	0.620
Yok	26	6.5	30	71.4	56	73.7		

Çalışma ve kontrol grubunda bulunan primipar annelerin demografik özelliklerinden sadece doğum şekline göre anneler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur (p<0.001). Çalışma ve kontrol grubundaki primipar annelerin bebek bakımına yönelik eğitim öncesi ve sonrası bilgi düzeyleri karşılaştırıldığında, çalışma grubunun eğitim sonrası bilgi puan ortalaması, eğitim öncesi bilgi puan ortalamasına göre artmış ve aradaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (t=15.163; p<0.001). Kontrol grubunun ise eğitim sonrası bilgi puan ortalaması, eğitim öncesi bilgi puan ortalamasına göre daha az oranda artmış ve aradaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (t=5.039; p<0.001)(Tablo II).

Tablo II. Çalışma ve kontrol grubunda bulunan primipar annelerin bebek bakımına yönelik eğitim öncesi ve eğitim sonrası bilgi puan ortalamalarının dağılımı

	Bilgi Puanları			
	\bar{x}	ss.	t	p
Çalışma Ön Test	27.52	4.36	15.163	p<0.001
(n=34) Son Test	39.23	3.03		
Kontrol Ön Test	30.60	5.80	5.039	p<0.001
(n=42) Son Test	34.00	3.99		

Çalışma ve kontrol grubundaki primipar annelerin bebek bakımına yönelik ön-son test bilgi puan farkı değerlendirildiğinde, çalışma grubundaki annelerin ön-son test bilgi puan farkı ortalaması kontrol grubundaki annelere göre oldukça yüksek bulunmuş olup, çalışma ve kontrol grubunun ön-son test bilgi puan farkı ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur (t=8.118 p<0.001) (Tablo III).

Tablo III. Primipar annelerin ön test ve son testten aldıkları bilgi puan farkı

	Çalışma grubu		Kontrol grubu		t
	n=34	n=42	n=34	n=42	
	\bar{x}	SS	\bar{x}	SS	
Ön test-Son test bilgi puan farkı	11.710	4.503	3.405	4.379	8.118
					p<0.001

Çalışma ve kontrol grubundaki primipar anneler sürekli kaygı puanları karşılaştırıldığında iki grup ortalamasının birbirinden farklı olduğu belirlenmiştir (KG: =39.81; DG:= 44.82). Sürekli kaygı düzeyleri yönünden iki grup arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (t=2.626; p=0.010). Durumluluk kaygı düzeyi bakımından, çalışma grubundaki annelerin yedinci gün puan ortalaması birinci ay ve üçüncü ay ortalamasından oldukça yüksektir, yani başlangıçta yüksek olan kaygı düzeyi daha sonra azalmıştır.

Kontrol grubunun birinci ay ve üçüncü ay durumluk kaygı puan ortalaması ise yedinci gün puan ortalamasından farklı bulunmamıştır. Çalışma ve kontrol grupları arasında, yedinci gün ölçülen durumluk kaygı düzeyi bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı ($t=1.546$; $p=0.128$), fakat çalışma grubundaki annelerde birinci ay durumluk kaygı puan ortalaması ($t=5.258$; $p<0.001$) ve üçüncü ay durumluk kaygı puan ortalamasının ($t=3.472$; $p<0.001$), kontrol grubundaki annelere göre anlamlı derecede azaldığı ve iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur ($p<0.001$) (Tablo IV).

Tablo IV. Annelerin sürekli ve durumluk kaygı puan ortalamaları dağılımı

	Çalışma grubu (n=34)		Kontrol grubu (n=42)		t	p
	\bar{X}	ss	\bar{X}	ss		
Sürekli kaygı	44.82	8.47	39.81	8.12	2.626	0.010
7.gün sonu durumluk kaygı	40.18	9.72	35.60	8.64	1.546	0.128
1. ay sonu durumluk kaygı	34.79	7.79	34.36	6.75	5.258	0.001
3. ay sonu durumluk kaygı	29.97	6.24	35.33	7.21	3.472	0.001

Çalışma ve kontrol gruplarının kendi içinde durumluk kaygı puanı yedinci gün, birinci ay, üçüncü ay ölçüm değerleri farklı bulunmuştur ($F=12.337$; $p<0.001$). Bu ölçümler karşılaştırıldığında birinci ay değerleri, yedinci gündeki değerlerden ($F=10.161$; $p=0.002$), üçüncü ay değerleri de yine yedinci gün değerlerinden ($F=17.322$; $p<0.001$) farklı bulunmuştur.

Çalışma ve kontrol grubunda bulunan primipar annelerin, "anneliğin değerlendirilmesi" ve "yaşam değişikliği" ölçümleri karşılaştırıldığında, sadece yedinci gün "yaşam değişikliği" ölçüm değerleri bakımından çalışma ve kontrol grubu anneleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuş ($t=2.304$; $p=0.024$), diğer ölçüm zamanları bakımından iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). Çalışma grubunda, anneliğin değerlendirilmesi 7. gün, 1. ay sonu ve 3. ay sonu ölçüm puanları arası farklılık önemli bulunmuştur ($F=21.219$; $p<0.001$). Ölçümleri karşılaştırdığımızda birinci ay birinci haftadan ($F=23.992$; $p<0.001$) ve üçüncü ay değerlerinin birinci hafta değerlerinde ($F=26.655$; $p<0.001$) farklı oldukları belirlenmiştir. Kontrol grubunda anneliğin değerlendirilmesi ölçüm puanları arası farklılık da önemli bulunmuştur ($F=7.010$; $p=0.003$). Ölçümleri karşılaştırdığımızda birinci ay değerleri birinci haftadan farklı bulunmazken ($F=0.048$; $p=0.827$) ve üçüncü ay değerlerinin birinci hafta değerlerinden farklı olduğu ($F=11.107$; $p=0.002$) saptanmıştır (Tablo V).

Tartışma

Doğum sonrası dönemde sağlık bakımı verenler tarafından anneye öz bakımı ve bebek bakımı hakkında etkin, sürekli ve bireyselleşmiş bir yaklaşım sağlanması özellikle primipar annenin bebek bakım bilgisini artırdığı, bu konuda özgüvenini geliştirdiği ve anksiyetesini azalttığı, annelik rolüne uyumunu kolaylaştırdığı, rolünden doyum sağladığı ve etkili annelik davranışlarına neden olduğu bildirilmiştir (7,9,10,30,31). Çalışmamızda çalışma grubundaki annelere doğum sonrası ilk üç ay bebek bakımına yönelik bireyselleşmiş planlı eğitim

ve danışmanlık hizmetinin sağlanmasından dolayı, bebek bakımına ilişkin bilgi puanları kontrol grubuna göre daha fazla artmış, ön test-son test bilgi puan farkının çalışma grubunda daha fazla olduğu belirlenmiştir (Tablo II, Tablo III).

Doğum sonu dönemin psikolojik sonuçları, annenin aldığı destek ve anlayışa bağlıdır. Anneye öz-bakımı, duyguları ve bebek bakımı hakkında yeterince konuşulmamışsa, annede anksiyete oluşabilmektedir. Anksiyete ya da kaygı hali, kişinin kendini tehdit altında ve güvensiz hissetme durumudur. Weiss ve ark.'larının (12) Roy'un Adaptasyon Modeli'ni kullanarak annelerin postnatal dönemdeki endişeler ve öğrenme gereksinimlerini belirlemek için yaptığı çalışmada, tüm adaptasyon biçimlerinde (fizyolojik, kendini algılama, rol fonksiyonu, bağlılık) primipar annelerde multipar annelere göre daha fazla endişe belirlenmiştir. Çalışmamızda durumluk kaygı, annenin yeni durumuyla baş etme mekanizmasının akut etkisizliği olarak düşünülmüştür. Mercer'in (14) çalışmasında durumluk kaygı, annelik rolündeki yeterlilik derecesinin başlıca belirtisi olarak değerlendirilmiştir. Kadının durumluk kaygı puanı azaldıkça, kendini annelik rolünde yeterli hissetmesi artmıştır. Çalışmada, çalışma grubunda bulunan annelerin ilk üç ay durumluk kaygı düzeyi, kontrol grubundaki annelere göre belirgin şekilde azalmıştır (7.gün: 40.18, 1.ay: 34.79, 3.ay:29.97). Çalışmanın yedinci gününde orta düzeyde kaygıya sahip olan çalışma grubundaki anneler, çalışmanın üçüncü ayı sonunda hafif düzeyde kaygıya sahip olmuşlardır (Tablo IV). Bunun nedeninin annelerin bebek bakımına ilişkin planlı ve düzenli bireyselleşmiş eğitim ve danışmanlık hizmeti almaları, böylece annelerin bebek bakımı becerilerinde kendilerini daha yeterli hissettikleri, bebeğin davranışlarının anlamını çözebildikleri ve yeni durumla ilgili çaresizlik duygusunu yaşamadıkları düşünülmektedir. Brouse'nin (31) doğum sonrası ilk üç haftada bebeğin davranışları ve bakımını hakkında annelere eğitim vererek yeni rollerine uyumunu kolaylaştırdığı çalışmasında, çalışma grubunda durumluk kaygı puan ortalaması (35.07-30.73), kontrol grubu puan ortalamasına göre (33.68-31.81) belirgin oranda azalmıştır. Bu bulgu bizim çalışmamızla benzerlik göstermektedir (Tablo IV).

Çalışmamızda çalışma grubundaki annelerin % 61.8'i doğumdan sonra herhangi bir saatte sağlık personeline danışma ihtiyaçlarının olmadığını, %32.4'ü ihtiyaç olduğunu ve danışmanlık hizmetini veren hemşireyi aradıklarını belirtirken, kontrol grubundaki annelerin % 40.4'ü ise ihtiyaç olduğunu fakat nereye arayacaklarını bilemediklerini, % 28.6'sı ihtiyaç olduğunu, kime ulaşmaları gerektiğini bilmeden telefonla kliniği aradıklarını belirtmişlerdir. Bu bulgu doğum sonrası eğitim ve danışmanlık hizmetlerinin, bebek bakımında annelerin daha endişesiz ve gerektiğinde nereye arayacaklarını bilmelerini göstermesi açısından önemlidir.

Annelik rolünü edinme, anne ve bebeğin sağlığı ve iyi oluşluğu üzerine etkili olmasından dolayı önemlidir. Kadının annelik rolünü başarmada yetersizliğe düşmesi, bebeğin sosyal, emosyonel ve bilişsel gelişiminde olumsuz etkilerle sonuçlanıp, anne ve bebek iletişiminin kalitesini bozabilir (9,32). Profesyonellerce verilen bilgi, stres ve anksiyeteyi azaltmakta, ebeveynliğe uyumun başarılı olmasını sağlamaktadır.

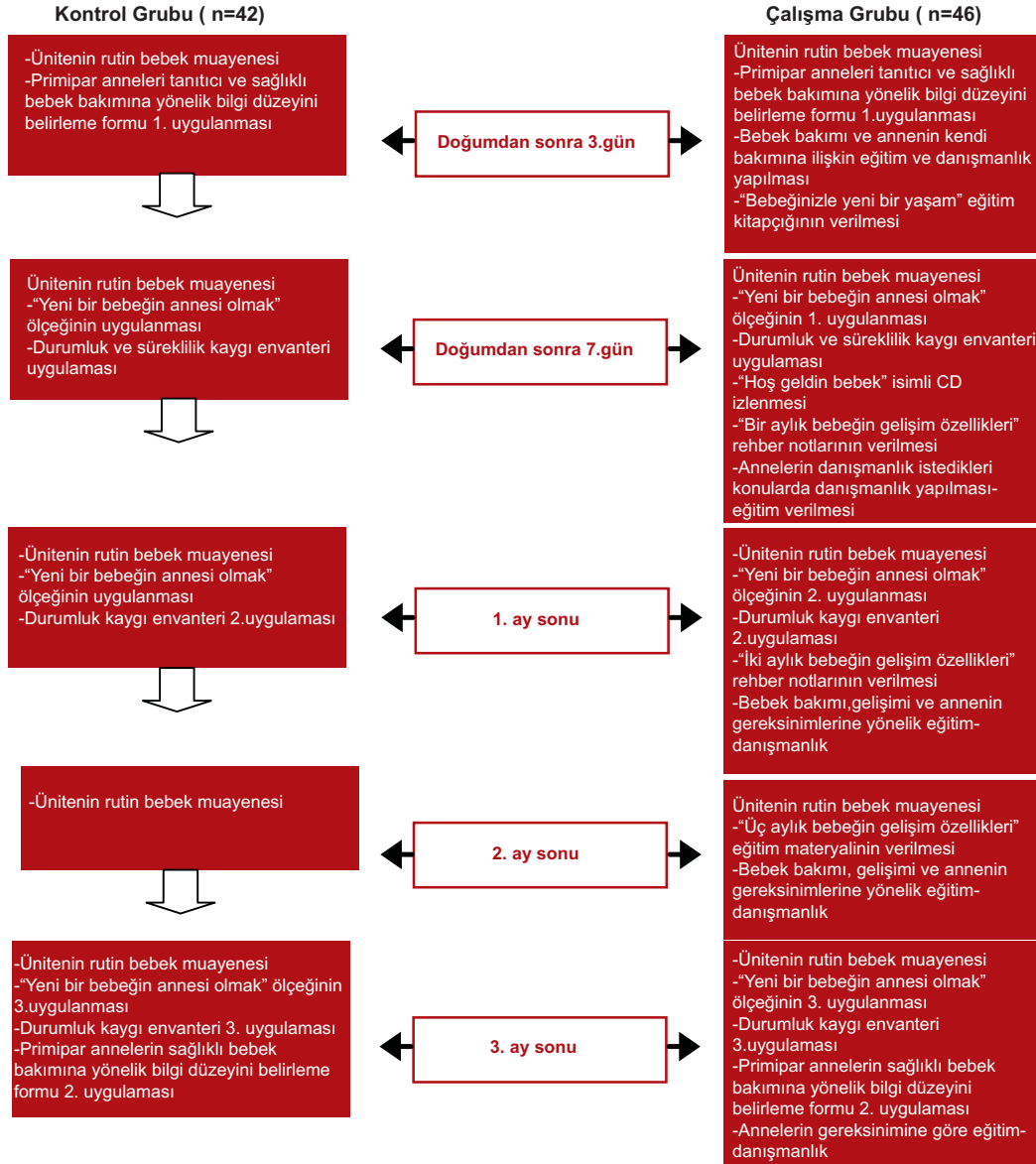
Aynı zamanda bir bebeğin ilk aylarında, annenin rolünden memnuniyeti ve yaşam değişikliği gibi kişinin kendini algılama durumu, annenin bebeği ile ilişkisinde, anne-bebek bağlılığında ve güven duygusunda şekil verici olmaktadır (2,9,10).

Çalışmamızda, annenin yeni rolünden memnuniyetini ve bebeğini tanıdığını gösteren “anneliğin değerlendirilmesi” puan ortalamasının çalışma grubundaki annelerde birinci ay ve üçüncü ayda yüksek bulunmasının nedeninin, annelere doğumdan sonra üçüncü günden itibaren bebek bakımı hakkında verilen planlı eğitim ve danışmanlık hizmetinin neden olduğu düşünülmektedir. İlk hafta içinde bu ölçeğin puan ortalamasının düşük olmasının nedeninin bu grupta sezaryenle doğum yapma oranının yüksek olması ve ilk hafta içinde sezaryenin ağrı gibi olumsuz etkilerinin, anneliğe uyumu geciktirebileceği düşünülmektedir (Tablo V).

Tablo V. Annelerin “Bir Bebeğin Ebeveyni Olmak” ölçeği alt ölçeklerinin 7.gün,1.ay ve 3.ay puan ortalamaları dağılımı

		Çalışma grubu				Kontrol grubu				
		x	ss	F	p	x	ss	F	p	p
AD	7 gün	81.56	10.72			85.12	8.05			p>0.05
	1 ay	87.32	8.20	21.219	p<0.001	85.43	8.85	7.010	p=0.003	p>0.05
	3 ay	90.18	6.25			89.17	6.67			p>0.05
YD	7 gün	42.12	6.99			37.76	9.48			p=0.024
	1 ay	40.71	8.34	2.020	p=0.141	38.69	8.39	5.789	p=0.004	p>0.05
	3 ay	43.50	7.21			41.40	7.51			p>0.05

Kontrol grubundaki annelerin de annelik rolünden memnuniyet puan ortalamalarının belli bir oranda artmasının nedeni, annelerin çoğunluğunun bebeği isteyerek dünyaya getirmesi ve istedikleri zaman sağlık hizmeti almalarıyla açıklanabilir. Grace’in (32) çalışmasında da altıncı hafta, üçüncü, dördüncü ve altıncı ay ölçümlerinde anneliğin değerlendirilmesi ve yaşam değişikliği puan ortalamaları zamanla giderek artmış, bu artışı zaman etkisiyle ilişkilendirilmiştir. Bu bulgu bizim çalışmamızla benzerlik göstermektedir. Bebeğin doğmasıyla annelerin yaşam değişiklikleri çoğunlukla; yeni bir eğlence kaynağına sahip olma, günde 24 saat “çağrıda” olma, uyku düzensizliği, bebeğe bakma sorumluluğu,sınırlı bir sosyal yaşama sahip olma ve çalışmaktan vazgeçme olarak belirtilmiştir (1,2).Yaşam değişiklikleri, anne tarafından nasıl algılanırsa algılsın, yeni bir bebeğin ebeveynliğine yatırım yapmak mental ve fiziksel enerjiyi kontrolsüz hale dönüştürebilir, yanlış yönlendirebilir. Bu nedenle kendisinde, rollerinde ve sorumluluklarında artan değişimleri yaşayan bir anne, kendisini daha az pozitif olarak değerlendirebilir (30). Çalışmamızda çalışma ve kontrol grubundaki annelerin yaşam değişikliği doğum sonrası 3. ay puan ortalaması,ilk iki ölçüm puan ortalamasına göre fazla bulunmuş olup, çalışma grubundaki annelerin puan ortalamaları da kontrol grubu annelere göre daha fazla bulunmuştur.



Çalışmamızda çalışma grubundaki annelere bebekleriyle ilgili problem çözme becerisi kazandırıldıkça, yaşam değişikliği puanının arttığı düşünülmektedir (Tablo V).

Doğum sonu dönemde uyum, duygusal, yarımsal, bilişsel ve fizyolojik adaptasyonun sürecidir. Bebekle bir bağ oluşturma ve annelik rolleriyle ilişkili memnuniyet ve yeterlilik duygusu geliştirme, annelik rolüne adaptasyonda önemli parçalardır. Bu nedenle, doğum sonrası stres ve memnuniyetinin algılanmasıyla ilgili bilgiler, kadınların deneyimlerinin anlaşılmasına yardım edecek ve etkin doğum bebek bakımı eğitim ve danışmanlık hizmetinin, annelerin bebek bakımına yönelik bilgilerini artırdığı, kaygı düzeylerini azalttığı ve yeni rollerinden memnuniyetlerini artırdığı görülmektedir.

sonrası uyum müdahalelerini yönlendirecektir (15,16). Doğumdan sonra bilgilendirilmek ve sağlık personeline ulaşabilmek, bebeğin ilk aylarında annenin kaygısını azaltıcı bir faktör olmaktadır. Bu nedenle primipar annelerin, bebeğin bakımına ve özelliklerine ait yaşadıkları endişeler için profesyonel, ulaşılabilen, kendilerine zaman ayırabilen sürekli, bireyselleşmiş eğitim ve danışmanlık hizmeti almaları, annelerin bebek bakımıyla ilgili konularda kendini yeterli hissetmesi, kaygılarını gidermesi, bilinmezliğin yarattığı korku ve anksiyeteyi azaltması yönünden önemlidir (8,9). Çalışmanın sınırlılığı tek bir merkezde yapılmış olmasıdır.

Sonuç olarak, Doğum sonrası dönemde olumlu ebeveyn-bebek etkileşimini sağlama pediatri hemşireliğinin temel uygulamalarından biridir. Bu uygulamada bakımın kalitesi "bakımın sürekliliği" ve "işbirlikçi yaklaşım"ın sağlanmasıyla geliştirilebilir. Annenin gereksinimlerine göre verilen planlı

Bu sonuçlar doğrultusunda bu konuda çocuk hemşiresi tarafından sağlıklı bebek izlemine gelen annelere planlı eğitim ve danışmanlık hizmetinin sürekliliğinin sağlanmasının ve konunun niteliksel olarak da değerlendirilmesinin yararlı olacağı düşünülmektedir.

Kaynaklar

1. Pridham KF, Chang AS, Lytton D, Rutledge D. Early postpartum transition: progress in maternal identity and role attainment. *Res Nurs Health* 1991; 14: 21-31.
2. Pridham KF, Cang A, Chiu YM. Influences on mothers' use of clinician help in the infants' first three months. *Public Health Nurs* 1994; 11: 80-89.
3. Sword W, Watt S. Learning needs of postpartum women: does socioeconomic status matter?. *BIRTH* 2005; 32: 86-92.
4. Aston ML. Learning to be a normal mother: empowerment and pedagogy in postpartum classes. *Public Health Nurs* 2002; 19: 284-293.
5. McKellar LV, Pincombe JI, Henderson AM. Insights from Australian parents into educational experiences in the early postnatal period. *Midwifery* 2006; 22: 356-364.
6. Wieggers TA. Adjusting to motherhood maternity care assistance during the postpartum period: How to help new mothers cope. *J Neonatal Nurs* 2006; 12: 163-171.
7. Darvill R, Skirton H, Farrand P. Psychological factors that impact on women's experiences of first-time motherhood: a qualitative study of the transition. *Midwifery* 2010; 26: 357-366.
8. Frei IA, Mander R. The relationship between first-time mothers and care providers in the early postnatal phase: An ethnographic study in a Swiss postnatal unit. *Midwifery* 2011; 27: 716-722.
9. Razurel C, Schweitzer MB, Dupanloup A, Irion O, Epiney M. Stressful events, social support and coping strategies of primiparous women during the postpartum period: a qualitative study. *Midwifery* 2011; 27: 237-242.
10. Nelson AM. Transition to motherhood. *JOGNN* 2003; 32: 465-477.
11. Bowman KG. Postpartum learning needs. *JOGNN* 2005; 34: 438-443.
12. Weiss M, Fawcett J, Aber C. Adaptation, postpartum concerns, and learning needs in the first two weeks after caesarean birth. *J Clin Nurs* 2009; 18: 2938-2948.
13. Mercer RT. Becoming a mother versus maternal role attainment. *Image J Nurs Sch* 2004; 36: 226-232.
14. Mercer RT, Ferketich SL. Predictors of maternal role competence by risk status. *Nurs Res* 1994; 43: 38-43.
15. Pridham KF, Chang AS. Transition to being the mother of a new infant in the first 3 months: maternal problem solving and self appraisals. *J Adv Nurs* 1992; 17: 204-216.
16. Horowitz JA, Damato EG. Mothers' perceptions of postpartum stress and satisfaction. *JOGNN* 1999; 28: 595-604.
17. Jansson A, Sivberg B, Larsson WB, Uden G. First-time mothers' satisfaction with early encounters, with the nurse in child healthcare: home visit or visit to the clinic. *Acta Paediatrica* 2002; 91: 571-577.
18. Yıldız D. Doğum sonrası dönemde annelerin bebek bakımı konusunda danışmanlık gereksinimleri ve yaklaşımlar. *Gülhane Tıp Dergisi* 2008; 50: 294-298
19. Weiss ME, Lokken L. Predictors and outcomes of postpartum mothers' perceptions of readiness for discharge after birth. *JOGNN* 2009; 38: 406-417.
20. Beck CT. A review of research instruments for use during the postpartum period. *MCN* 1998; 23: 254-261.
21. Pridham, KF., Cang, A., Chiu, YM. mothers' parenting self-appraisals: the contribution of perceived infant temperament. *Res Nurs Health* 1994; 17: 381-392.
22. Aydemir Ö, Köroğlu E. Durumluk ve sürekli kaygı envanteri (STAI). *Psikiyatride kullanılan klinik ölçekler*, HYB Basım Yayın, Ankara 2007; 153-163.
23. Moss KM, Skouteris H, Wertheim EH, Paxton SJ, Milgrom J. Depressive and anxiety symptoms through late pregnancy and the first year post birth: an examination of prospective relationships. *Arch Womens Ment Health* 2009; 12: 345-349.
24. Wong DL. Family-Centered Care of The Infant. In: Wilson D (ed). *Nursing care of infants and children*. 5th ed. US: Mosby, 1995: 155-181.
25. Stevens K. Nursing Care of Newborns, Breastfeeding. In: Nichols FH, Zwelling E (ed). *Maternal-Newborn Nursing*. 1st ed. Philadelphia: W.B. Saunders Co, 1997: 1132-1238.
26. Johson CP, Blasco PA. Infant growth and development. *Pediatrics in Review* 1997; 18: 224-242.
27. World Health Organization, UNICEF. Global strategy for infant and young child feeding, Geneva: WHO, 2003: 1-9. http://www.who.int/nutrition/topics/global_strategy/en/print.html.
28. UNICEF, T.C. Sağlık Bakanlığı Ana Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması Genel Müdürlüğü. *Emzirme Danışmanlığı El Kitabı*. Ankara: 2008: 9.
29. T.C. Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü. *Genişletilmiş Bağımsızlık Programı Genelgesi*. 2009. <http://www.saglik.gov.tr/TR/dosya/1-5488/h/gbpgenelge.pdf>.
30. Mercer RT. Nursing support of the process of becoming a mother. *JOGNN* 2006; 35: 649-651.
31. Brouse AJ. Easing the transition to the maternal role. *J Adv Nurs* 1988; 13: 167-172.
32. Grace JT. Mothers' self-reports of parenthood across the first 6 months postpartum. *Res Nurs Health* 1993; 16: 431-439.