

# GEBELİĞİN PSİKO-SOSYAL VE KÜLTÜREL BOYUTU



ARAŞ. GÖR. ZEYNEP KIRIKKALELİ



- Gebelik dönemi fizyolojik olduğu kadar kalıcı psikolojik değişikliklere de neden olmaktadır.
- Anne karnında gelişen bebeğin varlığı, gebeliğe özgü fizyolojik, hormonal ve psikolojik değişikliklerin kaynağını oluşturur.



- Bu dönemde gelişen psikolojik değişikliklere kolaylıkla uyum sağlanırken, bazı kadınlarda hafif, orta ve şiddetli düzeyde ruhsal sorunlar görülebilmektedir.





- Gebelik ebeveynlerin büyük uyumunu sağlayan normal bir yaşam olayıdır.
- Oakleyn 1979'de kültürel normların kadınlığın simgesi olarak görüldüğü gebeliğe uyum üzerine odaklanan araştırmaları eleştirmiştir.
- Bütün kadınların anne olacakları için kendilerini mutlu hissetmelerinin doğal olmadığını ve normal yaşamlarını zorlayacağını belirtmiştir.

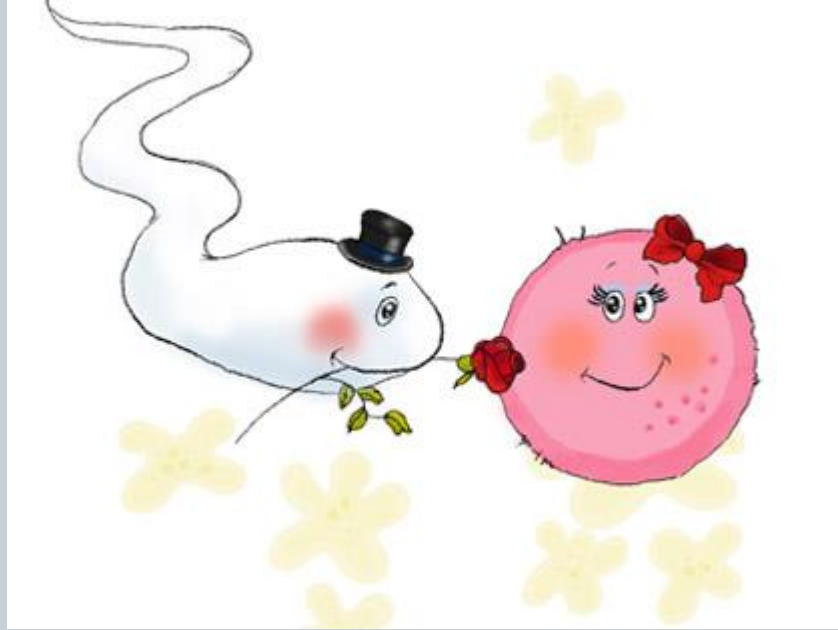


- Gebelik birçok anlam içerir. Gebe kadının bu dönemdeki reaksiyonları mutluluk, iğrenme, öfke, kaygı, korku ve depresyon olarak sıralanabilir.





- Çocuk sahibi olma içgüdüğü farklı bir psikodinamiktir; kadın sevdiği bir partnerden bir şey yaratmak, yeni bir yaşam kurmak, kendine ait bir arkadaş ister.





- Her gebe kadının yanıtı farklı olmakla beraber, faktörlere bağlı olarak kadının cinsel yanıtı gebelik sürecinden etkilenecektir.





- Birinci trimestirde bebeğin varlığı görülemez ve kadın ie dönük bir ruhsal yapı içinde olabilir.
- İkinici trimestir ise ebeveynler için genellikle mutlu bir zamandır.Gebe kadın çocuğun durumu üzerine odaklanmıştır ve bebeği kabul etme düşünceleri içerisindedir.
- nc trimestir başladığında artmış bir şekilde çocuğun koruyuculuğunu üstlenir, kaybetme korkusu hissederek hassaslaşabilir.





- Hiç çocuk doğurmamış genç kadınlar anneliğin bir yaşlılık belirtisi olduğunu ve gebeliğin gençliklerini götürebileceğine inanabilirler, çocukları kendilerine ayak bağı ve zaman tüketici gibi düşünebilirler, gebeliğe özgürlüklerini kısıtlıyor gözüyle bakabilirler.



- Kadın kendi vücudu genişledikçe, bir taraftan gururu okşanır bir taraftan da güzelliğini kaybetme korkusunu yaşar.
- Kitzinger 1985'te, bazı kadınların gebelikte vücut görünümelerini abarttıklarını, kendilerini daha iri hissettiklerini veya partnerlerinin onları çirkin bulduğuna inandıklarını belirtmektedir.
- Buna karşın bazı erkeklerin eşlerini çekici ve güzel bulduklarını ifade etmektedir.



- Bazı kadınlar vücut imajları konusunda çok olumlu hisler taşıırken bazıları ise, özellikle gebeliğin son trimestirinde, çoğunlukla olumsuz hisler taşımaktadır.





- Kadın gebelik boyunca uyku ve yeme düzenindeki değişikliklerle, bulantı-kusmayla, cildindeki renk değişiklikleriyle, büyüyen memeler ve kilo artışıyla başetmeye çalışır; kendini şişman hissedebilir ve fiziksel olarak tekrar eski haline dönüp dönmeyeceği konusunda endişe taşıyabilir.
- Çoğul gebeliği olan kadınların vücut imajı konusundaki kaygı ve anksiyeteleri daha fazladır.



- Gebe kadının doğum eylemi ve bebeğin sağlıklı olup olmayacağı konusunda endişesi vardır.
- Bu endişelere cinsel çekiciliğini, eşinin sevgisini ve ilgisini kaybetme korkusu da eklenir.



- Aynı zamanda kadının ie dönüklüğü ve kendi içine yönelimi, çiftler arasında soğukluk yaratır.
- Kariyer sahibi kadınlarda annelik durumu ikilem yaratabilir; çocuğun doğumu ile kariyerin nasıl etkileneceği konusunda kaygılanabilir.





- Janes ve Jones 1991'de ve Pines 1993'deki çalışmalarında çocuklar kadınlara çok fazla mutluluk ve sevinç getirebilir ancak, gebelik ve doğum eylemi çok yorucu ve stresli olabilir sonucuna varmışlardır.
- Bu, gebelikte ve sonrasında kadına emosyonel yükler getirir. Sosyal desteğin olmaması veya az olması ekonomik sebeplerden dolayı çocuklara bakmada gücünün yetersiz olması emosyonel bir krize yol açabilir.



- Araştırmalar, gebe kadının ev ve iř ortamında, sosyal ilişkilerinde desteklenme gereksinimini kuvvetlendirir; desteklendiğini hissedenden gebe kadının yaşamı olumlu yönden etkilenirken; gebelik sırasındaki kişilerarası çatışmalar, gebelikte ortaya çıkan emosyonel değişiklikler tarafından ağırlaştırılabildiğini belirtmektedir.





- Herhangi bir toplumun kültürü onun teknolojisi, sosyal yapısı, normları ve inanç sisteminden oluşur.
- Kültür kabaca toplumun yaşam biçimi olarak tanımlanabilir.
- Kültürel özellikler toplumdan topluma değişeceği gibi aynı toplumda farklı gruplar arasında da farklı kültürel uygulamalar görmek mümkündür.





- Evrensel olan biyolojik gebelik deneyimi de onu çevreleyen sosyal ve kültürel çevre tarafından şekillendirilir.
- Kadın ve ailesinin kültürel özellikleri onların gebeliğe uyumlarını, gebeliğe karşı tutumlarını, gebelik ve doğum sürecinde nasıl bir rol alacaklarını belirler.



- Bir çok kültürde gebe kadının beslenmesine özel bir önem veren uygulamalar vardır.
- Aermeye normal bir olay olarak bakılır ve fetüsün sağlığı için yaşamsal olduğu kabul edilir.
- Bazı kültürlerde ise yiyecek tabuları sık olarak görülür.





- Gebelikte cinsel aktiviteye yönelik kültürel uygulamalar çok farklılık göstermektedir.
- Çoğu kültürde gebe kadının normal günlük aktivitelerini sürdürmesi ancak aşırı çalışmaktan kaçınması önerilir.



- Bazı toplumlar önceden yapılan hazırlıklar yada fetüse isimle hitap etmenin kötü kadere neden olacağı inancı olabilir.
- Doğum sırasında ağrı ifadesi, doğumun nerde olacağı, kimin katılacağı, doğum pozisyonları, göbek kordonu ve plasentaya ilişkin uygulamalarda da büyük ölçüde kültürün etkili olduğu görülmektedir.



- Sağlık personeli bakım verdiği ailelerde var olan gebelik ve doğum sürecini etkileyebilecek kültürel uygulamaları belirlemelidir.
- Aşağıda bu amaçla sorulabilecek sorular vardır.
- Bu kültürde üremenin anlamı ve değeri nedir?
- Gebeliğe nasıl bakılıyor (sağlıklı bir yaşam olayı mı yaksa bir hastalık yada duyarlılık dönemi mi)?
- Bir ebeveyn olarak bireylerin sorumlulukları nelerdir?



- Doğum normal bir olay olarak mı görülüyor, yoksa kadının hayatını tehlikeye atan bir olay mı?
- Doğumda kimin bulunmasına izin veriliyor?
- Gebelik ve doğum sırasında kadına izin verilen aktivite tipleri ve seviyesi ne?
- Doğumdan sonra kimden yardım alınıyor?
- Doğumdan sonra kadın eve yenidoğan için ne gibi önerilerde bulunuluyor?



- Yıllardır gebeliğe bir kadın görevi olarak bakılmıştır. Bugünse erkekler gebelik ve doğum olaylarında daha fazla rol almak istemektedirler.
- Bu anlamda yeterli sosyal destek sunulmadığı gibi uygun rol modellerin de sayısı azdır.







- Erkeklerin gebeliğe tepkileri aile ve arkadaşlarının ebebeynliğe tepkileri, babalık rolüne uyma ve algılamayı içerir.





- Babalık davranışı kültürden etkilenir. Bazı babalar gebelik ve doğum olaylarını her yönü ile incelemeye ve araştırmaya açıktırlar.
- Kültürel olarak gebelik ve doğumu kadın işi olarak gören erkekler gebelik ve babalık hakkındaki gerçek duygularını ifade edemeyebilirler.



- Erkeklerin gebelik ve doğum süreçlerine uyum yapma şekillerini etkileyen diğer faktörler;
- Kendi babasıyla ilişkisi
- Çocuklarla önceki deneyimleri
- Bebeğe bakım verme yeteneğine güvenlerini kapsar.



- Gebelik haberine erkeğin ilk reaksiyonu gurur ve sevinç olabilir. Ancak sorumluluk almaya hazır değilse ambivalan duygulara yaşayabilir.
- Yaşadıkları fiziksel heyecanları ve duyguları açık bir şekilde paylaşan kadınlar, baba adayına onların da sürecin parçası olduğunu hissettirir.





- Kardeşlerin, annelerinin gebeliğine psikososyal tepkileri ve uyumları yaşları ve gelişme düzeylerine bağlıdır.
- Büyük ebebeynlerin gebeliğe tepkilerini yaş, bu rolü nasıl algıladıkları ve diğer torunların sayısı ve yaşları etkiler.



