

T.C
ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
EĞİTİM PROGRAMLARI VE ÖĞRETİM BİLİM DALI

ÇALIŞAN VE EMZİREN ANNELERİN ANNELİK VE İŞ DENEYİMLERİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

İLKEM SEMA ÖZTÜRK

ÇANAKKALE
Haziran, 2019

T.C.
Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi
Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı
Eğitim Programları ve Öğretim Bilim Dalı

Çalışan ve Emziren Annelerin Annelik ve İş Deneyimleri

İlkem Sema ÖZTÜRK
(Yüksek Lisans Tezi)

Danışman
Doç. Dr. Mehmet Ali İÇBAY

Çanakkale
Haziran, 2019

Taahhütname

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “ Çalışan ve Emziren Annelerin Annelik ve İş Deneyimleri ” adlı çalışmanın, tarafımdan bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakça’ da gösterilen eserlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

26.02.2018
Tarih/İmza

İlkem Sema ÖZTÜRK


Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi

Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Onay

İlkem Sema ÖZTÜRK tarafından hazırlanan çalışma, 26/06/2019 tarihinde yapılan tez savunma sınavı sonucunda jüri tarafından başarılı bulunmuş ve Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Tez Referans No : 10252873

Akademik Unvan	Adı SOYADI	İmza	
Doç. Dr.	Mehmet Ali İÇBAY		Danışman
Prof. Dr.	Çavuş ŞAHİN		Üye
Dr. Öğrt. Üyesi	Mehmet ULUTAŞ		Üye

Tarih:

İmza:

Prof. Dr. Salih Zeki GENÇ
Enstitü Müdürü

Önsöz

Bebek beslenmesi ile ilgili çalışmalara bakıldığında özellikle vurgulanan aş anne sütüdür. Bütün araştırmalar keza yine anne sütünün önemini vurgularken iki yaşına kadar hatta üç yaşına kadar emzirilmesi gerektiğini belirtmektedirler. Sağlık açısından hem anne hem bebek için faydalarının yanında kişinin her yönden gelişimini sağlayabilmesi için anne sütünün alımının bilinçlendirilmesinin yaygınlaştırılmasını sağlamak kaçınılmaz olmuştur. Artık dünyadaki birçok kuruluş ve ülkemizdeki kamu kurum ve kuruluşlar farkındalık yaratmış olsa da ülkemizdeki verimi arttırmak daha bir önem arz etmiştir.

Emzirme doğal yolla sağlanan beslenme şekliyle beraber bütün memeli canlıların gerçekleştirdiği bir eylemdir. Doğum sonrası hemen başlanması gerekmektedir. Emzirme ile alınan anne sütünün çoğalmasını, bebeğin beslenmesini sağlamada özellikle anneyi etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Özellikle çalışan ve emziren annelerin iş yaşamı, yasal izin durumları, emzirmesini sağlayacak ortamların olmaması, süt sağma odası, anneye yakın kreş gibi imkanların olmaması, bakıcı durumu gibi şartlar emzirme sıklığını azalttığı için bebeğin yeterince anne sütünü almasını engellediği gibi bazı bebekler hiç anne sütü alamamaktadırlar. Yaşam şartlarının değişmesiyle birlikte çalışma yaşamına katılan annelerin yükünü azaltmak ve hatta sağlıklı bebek yetiştirmek adına bebeğin yeterince emmesini sağlamakta babalara da önemli görevler düşmektedir. Aynı zamanda annelerin başarılı bir emzirme süreci yaşayabilmeleri için bilgilendirilmeye ve hatta yardıma ihtiyaçları vardır.

Sanayi devrimiyle iş hayatına giren kadının iş yükünün artmasıyla birlikte önemle vurgulanan anne sütü ve emzirmenin önemini ikinci plana atılmıştır. Zamanla çalışma yaşamında aktif rol almaya başlayan kadınlardan bazılarının anne sütünden vazgeçtikleri de söz edilmektedir. Günümüzde ise anne sütü ve emzirmenin önemini fark eden kadınlar ise ekonomik durumu da müsaitse işlerini bırakıp zamanını bebeğine harcamaktadırlar. Bu araştırma, en üretken döneminde çalışma hayatından ayrılan kadınlarımızın ve ülkemizin

geleceğini sağlayan bebeklerimiz için, daha sağlıklı bireyler yetiştirmek amacıyla anne sütünü 2 yaşına kadar almasını sağlamak ve çalışan ve emziren annenin verimini arttırmak ve onların yükünü hafifletmek ve esneklik sağlanması konusunda, çalışan ve emziren annelerin görüş ve önerileri doğrultusunda konsantrasyonu bakımından önemlidir. Araştırmada elde edilen bulgu, sonuç ve önerilerin, çalışan ve emziren annelere hem çalışıp hem emzirebilmenin refahını sağlamak adına yapılacak çalışmalara katkı sağlayacağı düşünölmektedir.

Araştırmanın birinci bölümünde, araştırmanın problem durumu, amacı, önemi, sınırlılıklar, varsayımlar ve tanımlar yer almaktadır. İkinci bölümünde ise araştırma ile ilgili kuramsal temelleri oluşturan anne sütünün önemi, emzirmenin önemi, çalışan kadın ve emzirme, yasal doğum ve emzirme süreleri, sağım ve emzirme odalarının yeterliliği, babaların bebek bakımına verdiği destek ile ilgili açıklamalar yer almıştır. Üçüncü bölümde ise, araştırmanın modeli, çalışma grubu, verilerin toplama süreci, verilerin çözümlenmesi, geçerlik ve güvenilirliğin sağlanmasıyla ilgili bilgiler ortay konmuştur. Dördüncü bölümde bulgulara ve bulgular doğrultusunda yapılan yorumlara yer verilmiş olup; beşinci bölümde de elde edilen sonuçlar ışığında önerilerde bulunulmuştur.

Her zaman farklı bakış açıları ile dikkatimi çeken, düşüncelelerini tarzıyla dillendiren, disiplini ve kendine has kurallarıyla, yüksek lisans eğitimim ve tez çalışmam boyunca her türlü desteğini eksik etmeyen danışman hocam Sayın Dr. Mehmet Ali İÇBAY' a, yüksek lisans eğitimime başlamama vesile olan Mustafa Bedir'e, her zaman her türlü desteğini esirgemeyen sınıf arkadaşım Betöl Kübra SARI' ya, araştırmama katılan çalışan ve emziren annelere, bu zorlu süreçte moral ve motivasyonumu sürekli yüksek tutmamı sağlayan, sabır ve sevgisini daima hissettiren ve çalışmalarımda bilgilerinden faydalanmamı sağlayan sevgili eşim Osman ÖZTÖRK' e, bu süreçte sürpriz yapıp hayatıma girip değiştiren, şekillendiren ve

beni en mutlu insan haline getiren, ‘anne’ yapan, ona örnek olmak adına daha da azimle
çalışmamı sağlayan biricik kızım Nil ÖZTÜRK ’e sonsuz teşekkür ederim.

İlkemSema Öztürk

Çanakkale, Haziran 2019



Özet

Çalışan ve Emziren Annelerin Annelik ve İş Deneyimleri

Bebeklerin gelişimindeki en temel besin kaynağı anne sütüdür. Emzirme ile gelişiminin ilk adımına başlayan bebeğin gelişiminin devamı için emzirmenin sürdürülebilir olması şarttır. Çalışan ve emziren annelerin bebeklerini ne kadar süre emzirebildiklerini tespit etmek araştırmanın amacıdır.

Araştırma, 15 Ekim 2018- 30 Mayıs 2019 tarihleri arasında yapılan nitel bir araştırmadır. Çalışma grubunu görüşme kriterlerine uyan ve görüşmeyi kabul eden 14 kadın oluşturmuştur. Araştırmada veriler, yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile araştırmacı tarafından aynı zamanda ses kayıtları alınarak oluşturulmuştur. Çalışmaya katılan 8 kadın öğretmen ile de odak grup görüşmesi gerçekleştirilmiştir. Elde edilen veriler doğrultusunda üç farklı tema ortaya çıkarılmıştır. Araştırmada nitel araştırma desenlerinden olgu bilim (fenomenoloji/phenomenology) deseni kullanılmıştır. Araştırmada, anne sütü ve emzirmenin önemi hakkında, yasal doğum ve emzirme izin süreleri hakkında, emzirme sürecinde babaların yani eşlerin bebek bakımına olan destekleri ile ilgili, işyerlerinde emzirme odası ve sağım odasının olup olmaması ve yeterliliği hakkında, işe erken başlama nedenleri hakkında katılımcıların görüşleri alınmıştır. Ayrıca hem çalışıp hem emzirmenin psikolojilerini nasıl etkilediği, sosyal hayatlarını nasıl etkilediği, aile hayatlarını ve bebeklerini nasıl etkilediği ile ilgili sorulan sorularla da katılımcının fikirleri ortaya konmuştur. Görüşmeler sonunda elde edilen veriler betimsel analiz yöntemiyle de analiz edilmiştir.

Araştırmada elde edilen veriler doğrultusunda sonuç olarak; çalışan ve emziren annelerin anne sütü ve emzirme ile ilgili yeterli bilgiye sahip olduğu fakat emzirmenin sürdürülebilirliği noktasında problem yaşadıkları belirlenmiştir. Yasal doğum ve emzirme izni sürelerinin çok kısa olduğunu ifade eden çalışan ve emziren anneler, işyerlerinde süt sağım ve

emzirme odalarının bulunmadığını, olanlarında yeterli donanıma sahip olmadıklarını ifade etmişlerdir. Çalışan ve emziren annelere, babaların yani eşlerin desteğinin emzirme oranını arttırıcı bir etken olarak düşünmektedirler. Çalışan ve emziren anneler erken dönemde işlerine tekrar geri dönmelerinin en büyük sebebinin ekonomik zorluklar olarak göstermektedirler. Çalışan ve emziren annelerin psikolojik durumlarının, aile ve sosyal hayatlarının çok değiştiğini, bu konulardaki olumlu yöndeki gelişmelerin anne sütünü ve emzirmeyi arttırıcı etkenler olduğunu ifade etmişlerdir.

Elde edilen sonuçlar ışığında, çalışan ve emzirilen annenin tavsiye edilen emzirme sürelerinde bebeklerini emzirmeleri için, yasal düzenlemeler getirilerek, toplumda anne sütü ve emzirme ile ilgili farkındalık yaratarak, annenin yaşamındaki olumsuzlukları en aza indirerek sağlanabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Çalışan ve emziren kadınlar, emzirme, doğum izni, süt izni

Abstract

Maternity and Work Experience of Working and Breastfeeding Mothers

Breast milk is the main source of nutrients in the growth of babies. Breastfeeding must be sustainable in order to continue the growth of the baby, which begins the first step of breast-feeding. The aim of this study is to determine how long the working and breastfeeding mothers can breastfeed their babies.

The work which is a qualitative work, made between 15 October 2018 - 30 May 2019. The study group consisted of 14 women who to be suitable to the criteria of interview and accepted the interview. In the study, the data were created by the researcher by using the semi-structured interview technique and by recording the sound recordings. Focus group interviews carried out with 8 female teachers who participated in the work. According to the data which was obtained, three different themes were exposed. Phenomenology is the one of the qualitative research designs, was used in the study. In this research, the opinions of the participants about the importance of breast milk and breast-feeding, legal maternity and breast-feeding permission periods, the support of fathers during to the baby care, and availability of breast-feeding room and laccation room in the workplaces and the reasons for early start of the work were taken. In addition, the opinions of the participants were presented with questions about how both working and breastfeeding affects their psychology, how they affect their social lives, and how they affect their family lives and their babies. The data obtained from the interviews were also analyzed by descriptive analysis method.

As a result of the data obtained in the research; it was determined that working and breastfeeding mothers have sufficient information about breast milk and breastfeeding but they have problems about sustainability of breast-feeding. Legal maternity and breast-feeding permissions are very short, working and breastfeeding mothers stated that they do not have

laccation and breastfeeding rooms in their workplaces and that they do not have sufficient equipment in those. They think that the support of fathers, , to work and to breastfeed mothers is a factor that increases the rate of breast-feeding. Working and breastfeeding mothers show that economic difficulties are the main reason for their return to work in the early period. They stated that the psychological status, family and social life of working and breast-feeding mothers changed very much and that the positive developments in these subjects were factors that increase breast milk and breast-feeding.

In the light of the results obtained, it is thought that working and breastfeeding mothers can be provided for breastfeeding during the recommended breastfeeding period by bringing legal regulations, raising awareness about breast milk and breastfeeding in the society and minimizing the negative effects of mother's life.

Keywords: Working and breastfeeding women, breastfeeding, maternity permission, breast-feeding permission

İçindekiler

Sayfa No

Taahhütname.....	i
Onay.....	ii
Önsöz.....	iii
Özet.....	vi
Abstract.....	viii
İçindekiler.....	x
Tablolar Listesi.....	xii
Kısaltmalar Listesi.....	xiii
Bölüm I: Giriş.....	1
Problem Durumu.....	3
Araştırmanın Amacı.....	5
Araştırmanın Önemi.....	6
Araştırmanın Sınırlılıkları.....	7
Araştırmanın Varsayımları.....	7
Tanımlar.....	7
Bölüm II: Kuramsal Temeller Ve İlgili Literatürler.....	8
Anne Sütünün Önemi.....	8
Emzirmenin Önemi.....	10
Çalışan Kadın Kavramı.....	12
Yasal Doğum ve Emzirme İznlerinin İçeriği.....	13
İşyerlerinde Emzirme Odası, Kreş, Sosyal Destek İmkânı Yeterlilik Durumu.....	14
Babaların Bebek Bakımına Desteği.....	15
Çalışan ve Emziren Annelerin İşe Başlamama Nedenleri.....	16
Çalışan Ve Emziren Annelerin İşe Başlama Nedenleri.....	17
Bölüm III: Yöntem.....	18
Araştırmanın Modeli.....	18
Çalışma Grubu.....	19
Araştırma Verilerinin Toplanma Süreci.....	21
Araştırma verilerin Çözümleme Süresi.....	22
Geçerlik ve Güvenirliğin Sağlanması.....	23
Bölüm IV: Bulgular ve Yorum.....	25
Anne Sütü, Emzirmenin Önemi ve Çalışma Hayatına Başlamadan Önceki Katılımcı Görüşleri.....	25

Çalışma Hayatı.....	26
Yasal Doğum ve Emzirme İzinleri İle İlgili Katılımcı Görüşleri	27
İşyerlerinde Sağım ve Emzirme Odası Gereksinimi.....	31
Bebek Bakımında Babaların Verdiği Destek.....	31
Emziren Annelerin İşe Başlama Nedenleri.....	33
Çalışan ve Emziren Annelerin Amirleriye ve İş Arkadaşlarıyla Olan İlişkileri.....	33
Çalışan ve Emziren Annenin Psikolojik Durumu	36
Çalışan ve Emziren Annenin Aile Hayatı	39
Çalışan ve Emziren Annenin Sosyal Hayatı	41
Çalışan ve Emziren Bebeğinin Durumu	43
Bölüm V: Sonuç, Tartışma Ve Öneriler.....	46
Sonuç ve Tartışma	46
Öneriler	48
KAYNAKLAR	50
EKLERİ	54
EK A. Rıza Formu	54
EK B. Görüşme Soruları.....	56
EK C. Odak Grup Görüşmesi Soruları	58
ÖZGEÇMİŞ	59

Tablolar Listesi

Tablo Numarası	Başlık	Sayfa
1	Katılımcılara Ait Kişisel Bilgiler	21
2	Veri Toplama Sürecine Ait Bilgiler	22
3	Veri Çözümleme Süreci	24



Kısaltmalar Listesi

OECD: Ekonomik Kalkınma ve İşbirliği Örgütü

Öğrt: Öğretmen

K: Katılımcı

TNSA: Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması

UNİCEF: Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu

WHO: Dünya Sağlık Örgütü



Bölüm 1: Giriş

Bu bölümde problem durumu, alt problemler, araştırmanın amacı, önemi, sınırlılıkları ve araştırmada kullanılan tanımlara yer verilmiştir.

İbn-i Sina'nın el-Kanun fi't-Tıb kitabında bebeğin beslenmesine dair şöyle der: "Bebek mümkün olduğunca anne sütü ile beslenmelidir. Çünkü o, bebeği büyüten, kana en yakın ve doğal olarak gelişip büyüme için en uygun olan besindir. Annenin göğsünde kan süte dönüşür. Bebek için yararlıdır ve onun yapısı için cazip ve kabul edilebilir özelliktedir (Kahya, 1995). Süt, içinde bulunan besin maddeleri nedeniyle, yeni doğan bebek için en ideal beslenmedir. Memeli hayvanların yavrularının beslenmesi için salgılanır. Her memelinin sütü yavrusu için yararlı olanıdır (Aykut, 2010). Bütün dünyaca, bebeklerin büyüme ve gelişmesi için onaylanan tek besin kaynağı anne sütüdür (Samur, 2002).

Bebeğe verilen diğer besin kaynaklarına göre anne sütü, besin değeri daha yüksek, en hijyenik, en ucuz besin kaynağı olduğu gibi anne ile bebeği arasındaki hissi kuvvetlendiren bir tesire sahiptir (World Health Organization, 2001). Çocuk hakları ile ilgili olarak Birleşmiş Milletler Genel Kurulu (BMGK)'nin onayladığı ve üstünde durduğu konulardan birisi de; tüm insanların emzirme ile ilgili bilgi sahibi olmaları gerektiği, yardıma ihtiyacı olanlara yardım edilmesi gerektiği ve insanların eğitilerek bilinçlendirilmesi gerektiğidir (BMGK, 1989).

Annenin ve bebeğinin sıhhatini ve birbirlerine olan hislerinin kuvvetlenmesini sağlayan en önemli beslenme yolu emzirmedir. World Health Organization (WHO) ve United Nation's Children's Fund (UNICEF), bebeklerin doğduktan sonra 6. aya kadar anne sütünden başka besin verilmemesi gerektiğini vurgulamıştır. Yine aynı kuruluşlar bebeğe 6. aydan sonra ek besin verilmesi gerektiğini ve bebeğin 2 yaşına gelene kadar hem anne sütü hem ek gıdayla beraber beslenmesi gerektiğini tavsiye etmiştir. Çocuk ölümlerinin azaltılmasındaki en aktif ve doğru seçim olan emzirme, bebeğin doğumundan 6. aya kadar sadece anne sütü ile

beslenmenin oranını yükseltmek için ülkelerde yapılan teşebbüslerde, çocuk ölümlerini %13 oranında azaltmıştır (Çalık, Çetin ve Erkaya, 2017).

Katılımcı 6: ‘Emzirme, çocukla kurulan duygusal bir bağ, çocuğun gelişimindeki en büyük destek, sağlık açısından çocuğa verebileceğimiz en güzel destek diye düşünüyorum. Sevgimizi birbirimize aktarabildiğimizi hissediyorum, onunla daha yakın bir bağ kurabildiğimizi hissediyorum ve ona faydalı olabildiğim için daha mutlu oluyorum.

Katılımcı 6'nın emzirmenin anlamını en basit ve en güzel kelimelerle ifade etmesiyle anne sütünün ne kadar önemli olduğunu anlamamak kaçınılmaz hale gelmektedir. “Sizce emzirme ne demek, nasıl tanımlarsınız, hissettikleriniz neler, çalışmaya ne zaman başladınız, emzirme ile ilgili düşünceleriniz neler, hem çalışıp hem emzirmek hayatınızı nasıl etkiledi? “ gibi soruları yanıtlamak araştırmanın amacı için yer olsa da emzirme konusuyla ilgili olarak ortaya koyacağımız asıl amaç çalışan ve emziren annelerin bebeklerini ne kadar süre emzirebildiklerini tespit etmek ve bunların nedenlerini ortaya koymaktır.

Annenin kaç yaşında olduğu, eğitim durumu, sosyal pozisyonu, ekonomik hali, çalışma durumu, kırsalda veya kentte yaşıyor olması, sigara kullanımı, kaçınıcı çocuğunu doğurmuş olması, doğum sırasında ve sonrasındaki sağlık durumu, ek besin desteği, annenin doğumdan sonra evine geldiğinde bakımı ve beslenmesi için yardım eden kişilerin olup olmaması, bebeğin ne kadar zaman anne sütünden yararlanacağını etkileyen en önemli etmenlerdir (Chezem, Friesen ve Boettcher, 2003; Taşkın, 2009). Toplumumuzda kadın ve erkeğin aile hayatındaki görevleri cinsiyete göre değişkenlik göstermektedir. Ev işleri, bebek bakımı sadece kadının yapması gereken işlermiş gibi düşünüldüğünden, annenin günlük yaşamıyla emzirme arasında önemli bir ilişki bulunmaktadır (Taşkın, 2009).

Kadınların çalışma oranı önceki yıllardaki azalmalara karşın 2011 yılında artarak %27,9 olduğu Türkiye İstatistik Kurumunun yaptığı çalışmalarda belirtilmiştir (Türkiye

İstatistik Kurumu [TÜİK], 2011). Toplumların kültürel ve sosyoekonomik özelliklerine göre farklılık gösterse de, kadınlar iş hayatında giderek daha fazla bulunmaktadır. (Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK], 2017). Kadınlar çalışmaya başladıktan sonra öğrenerek, araştırarak ve gözleyerek gerçek bilgilere daha basit bir şekilde ulaşmışlar ve bunlardan yararlanmışlardır. Bunun yanında çalışan kadınlar öğrendikleri bilgileri kendi sosyal çevrelerinde bilmeyenlere anlatmışlar ve birçok kimseye duyurarak topluma model olmuşlardır. Bu sebepten, çalışan ve emziren annelere emzirme konusunda yardımcı olmak, emzirmenin pozitif tesirlerinin insanların tümüne yayılmasına olanak sağlayacaktır (Gökdemirel, Bozkurt, Gökçay ve Bulut, 2008).

Toplumumuzda bebeklerin emzirilmesi gerektiğinin bilinmesinin yanı sıra, sanayileşme, çalışan kadınların sayıca artışı ve içinde bulunulan ekonomik durum çalışan ve emziren kadınların işlerine tekrar geri dönmesindeki en önemli etkidir. Çalışan ve emziren anneler, emzirme konusundaki bilinçsizlikleri ya da işyeri koşullarının emzirmeye müsait olmamasından dolayı emzirmeyi sonlandırmaktadır (Gökçay, 2002). Annelerin doğumdan sonra tekrar işe başlamasıyla bebekler daha fazla ek gıdaya ya da mamayla beslenmeye yönelerek anne sütünü almak istemeyebilmektedir. Dünya Sağlık Örgütü' nün tavsiye ettiği şekilde bebeklerin doğumdan sonra ilk 180 gün yalnız anne sütü, devamında ise bebek 24 aylık olana kadar hem anne sütü hem ek gıda ile beslenmesini annelerin vaktinden önce işe başlaması sebebiyle gerçekleştirememektedir (TNSA 2008, Gökçay 2002). Çalışan ve emziren annenin, çalışma saatlerindeki uyumsuzluklar, işyerlerinin emzirmek için hijyenik olmaması, çalıştığı yerde emzirmesine dair düşünce yapısının sağlanmamış olması emzirme müddetini negatif yönde etkilemektedir (Chen, 2006).

Problem Durumu

Bu araştırmada, çalışan ve emziren annelerin annelik ve iş deneyimleri ele alınarak, bu durumda bulunan öğretmenlerin görüşlerine yer verilmiştir. Anne sütü, bebeğin fizyolojik

gelişiminin en temel besin kaynağı olmasının yanında bebeğin zihinsel, psikolojik, sosyal ve davranışsal gelişiminin de ilk basamağıdır.

Anne sütü ve emzirmenin önemi yapılan bilimsel araştırmalar sonucunda kanıtlanmış, dünyanın önde gelen sağlık kuruluşları tarafından bebeğe ilk 6 ay sadece anne sütü verilmesi, bebek 2 yaşına gelene kadar da emzirilmesi tavsiye edilmiştir. Ülkemizde emzirme yaygın olarak yapılan bir davranış olsa da emzirmenin sürdürülebilirliği ile ilgili problemler vardır. Bu durumda toplumun, ailelerin, anne, babaların anne sütünün değerini bilmeleri önemli bir noktadır. Alan yazında bu konu ile ilgili kaynaklar oldukça mevcuttur. Ancak çalışan ve emziren annelerin annelik ve iş deneyimleri ile ilgili yeterince kaynaklara ulaşılmamıştır. Dolayısıyla bu araştırmadan elde edilecek bilgiler alana veri kaynağı oluşturduğu gibi, ileriki çalışmalara da ışık tutacaktır.

Problem Cümlesi. “Çalışan ve emziren annelerin bebeklerini ne kadar süre sadece anne sütü verebildikleri ve bebekleri kaç aylıkken süttten kestikleri” sorusu bu araştırmanın problem cümlesidir.

Alt Problemler. Problem cümlesi doğrultusunda araştırmada aşağıdaki sorularla ifade edilen alt problemlere yanıt aranmıştır.

- Çalışan ve emziren annenin anne sütü ve emzirmenin önemi ile ilgili yeterli bilgiye sahip olup olmadığı?
- Çalışan ve emziren annenin çalışma hayatına başlamadan önceki süreçte yaşadıkları nelerdir?
- Çalışan ve emziren annelerin onlara verilen yasal doğum ve süt izinleri ile ilgili görüşleri nelerdir?

- Çalışan ve emziren annelerin işyerlerindeki emzirme odası, kreş ve sosyal destek imkanlarından ne kadar faydalandığı ve bunların yeterlilik durumlarıyla ilgili görüşleri nelerdir?
- Çalışan ve emziren annelerin eşlerinin bu süreçte verdiği destekler nelerdir?
- Çalışan ve emziren annelerin işe başlama nedenleri nelerdir?
- Çalışan ve emziren annelerin çalışmaya başladıktan sonra amirleriyle ve iş arkadaşlarıyla olan ilişkileri nelerdir?
- Çalışan ve emziren annelerin çalışmaya başladıktan sonra psikolojik durumundaki değişimler nelerdir?
- Çalışan ve emziren annelerin çalışmaya başladıktan sonra aile hayatındaki değişimler nelerdir?
- Çalışan ve emziren annelerin çalışmaya başladıktan sonra sosyal hayatındaki değişimler nelerdir?
- Çalışan ve emziren annelerin çalışmaya başladıktan sonra bebeğindeki değişimler nelerdir?

Araştırmanın Amacı

Çalışan ve emziren öğretmenlerin bebeklerini ne kadar süre emzirebildiklerini tespit etmek araştırmanın asıl amacıdır. Bu süreçte 14 çalışan ve emziren öğretmenle yarı yapılandırılmış görüşmeler yapılmış, bunlardan 8 öğretmenle de odak grup görüşmesi tekniği uygulanmıştır. Çalışan ve emziren öğretmenin anne sütü ve emzirmenin önemi konusundaki bilgi birikiminin yeterli olup olmamasının tespiti, yasal doğum ve emzirme izin sürelerinin yeterliliği hakkındaki görüşleri, eşlerinin bebek bakımında ne kadar destek verebildiklerinin tespiti ve işyerlerinde emzirme ya da sağım odasının yeterlilik durumu hakkındaki görüşleri araştırmanın alt amaçlarındandır. Bunların yanında çalışan ve emziren annenin tekrardan işe

başlama nedenleri, psikolojik durumlarının tespiti, sosyal hayatlarındaki ve aile hayatlarındaki değişikliklerin tespiti de araştırmanın alt amaçlarını ortaya koymuştur.

Araştırmanın Önemi

Anne sütü, bebeklerin her türlü gelişimindeki en temel ihtiyaçtır. Bu sebepten bebeğin anne sütü almasının, yani emzirilmesinin önemi çok büyüktür. Bebeğin her yönden daha sağlıklı olmasını sağlayabilmek için, özellikle anne ile olan bağının gelişmesi için, anne sütü ve emzirme başlangıç noktasıdır. Bu başlangıç noktasından sonra, bebeğin anne sütünü ne kadar süre aldığı, emzirmenin sürdürülebilirliği de bir o kadar önemli bir husustur. Bu devamlılık, tüm dünyaca kabul edilen ilk 6 ay sadece anne sütü ve bebek 2 yaşına gelene kadar anne sütü ve ek gıdayla besleme olmalıdır. Ülkemizde anne sütü ve emzirmenin önemi oldukça bilinmektedir ve ülke olarak her bebek yüksek oranla emzirilmeye başlanmaktadır. Fakat emzirmenin dünyaca tavsiye edilen sürdürülebilirliği noktasında emzirme oranları düşüş yaşamaktadır ve istenen seviyenin çok altındadır.

Ülkelerin kalkınması, çağa ayak uydurması ve sürekli gelişim içinde olması için en kilit rolü gelecek nesiller oluşturmaktadır. Gelecek nesillerle ülkelerin kalkınmasının sürdürülebilirliği arasında bir bağ bulunmaktadır. Ülkelerin sağlıklı bireyler yetiştirmesi sürdürülebilir kalkınma hedeflerine ulaşmasını sağlar. Sağlıklı bireyler yetiştirmenin en birincil basamağı da bebek anne karnındayken ve doğduktan sonra fiziksel, zihinsel, sosyal ve davranışsal gelişimini sağlamaktır. Bu birincil basamağın vazgeçilmez unsuru da bebeğin anne sütünü dünyaca tavsiye edilen sürelerde alması, sürdürülebilir emzirmedir.

Dolayısıyla çalışan ve emziren annelerin emzirmeye ilişkin yaşantılarının incelenmesi, ne kadar süre emzirdiklerini ve hangi sebeplerden emzirmeyi bıraktıklarını belirlemek oldukça önemlidir. Bu nedenle bu araştırma, emzirmenin devamlılığını etkileyen sebepleri

ortaya koyarak, bu konuyla ilgili öneriler sunarak, daha sağlıklı bireyler yetiştirme yolunda katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma;

- 2018-2019 yılı, Muğla ili geneli kapsamında ulaşılan 14 çalışan ve emziren öğretmen ile görüşmeler ve görüşmelerden elde edilen ses kayıtları,
- Bu öğretmenlerin annelik ve iş deneyimleriyle ilgili önerileri,
- Araştırma konusuyla ilgili uzman görüşleri ve literatür taraması ile sınırlıdır.

Araştırmanın Varsayımları

Görüşmecilerin yöneltilen soruları içtenlikle cevapladıkları, yöneltilen soruların yeterli düzeyde oldukları varsayılmıştır.

Tanımlar

Emzirmek: Kadın veya dişi hayvan, memesindeki sütü yavruya vermek (TDK, 2005).

İzin: Bir kimseye çalıştığı yerde verilen tatil (TDK, 2005).

Bölüm 2: Kuramsal Temeller ve İlgili Literatürler

Araştırmanın bu bölümünde araştırmayla ilgili kuramsal temeller ve geçmişteki literatür taramalarına yer verilmiştir.

Anne Sütünün Önemi

Yeni doğmuş bir bebeğin fiziksel açıdan büyüüp gelişmesini sağlayan en mühim ve vazgeçilemez gıda, enerji kaynağı anne sütüdür. Anne sütünde bebeğin yaşamını devam ettirmesi için gereken tüm temel besin kaynakları olduğu gibi, bebeğin bu sütü alma süresi de çok önemli bir husustur. Yeni doğan bir bebek ilk 6 ay süresince yalnızca anne sütü almalıdır. Bu 6 aylık sürede sadece anne sütü alan bebeklerin fiziksel büyüme ve gelişmelerine paralel olarak hastalıklara karşı bağışıklıkları arttığı gibi anne ve bebeğin psikolojik sosyal ve ekonomik açıdan daha verimli bir süreç geçirmesini sağlar (Samur, 2008).

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), Birleşmiş Milletler Çocuk Fonu (UNICEF), Amerikan Pediatri Akademisi (AAP), Amerikan Aile Hekimliği Akademisi (AAFP), Amerikan Obstetri Ve Jinekoloji Cemiyeti (ACOG), Tıp Emzirme Akademisi (ABM) bebeklerin doğumdan hemen sonraki 6 aylık sürede yalnızca anne sütü ile beslenmesi gerektiğini su dahil hiçbir besin maddesinin bebelere verilmemesi gerektiğini vurgulamıştır. 6. ayı takiben başlanan ilave gıda takviyesiyle emzirmenin 2 yaşına kadar devam etmesi önerilmiştir. Dünyanın en önde gelen bu kuruluşlarının bilimsel araştırma yaparak bu sonuçlara vardığını düşündüğümüzde anne sütünün yararlılığını ve emzirmenin sürdürülebilirliğinin ne kadar önemli olduğu sonucuna varılabilir.

Anne sütünün yararlarını şu şekilde sıralamak mümkündür;

- Anne sütündeki besin öge miktarları anneden anneye çeşitli sebeplerden dolayı değişmekle birlikte şu şekildedir; anne sütünün %87'sinin sıvıdan oluşması nedeniyle, ilk altı ay bebeğin anne sütü haricinde su ya da benzeri sıvı besinlere gereksinim duymaz. Anne sütündeki protein oranı inek sütündeki protein

oranına göre daha az olmasına rağmen, biyolojik yararlılığı daha fazladır ve bebeğin doğumundan sonraki 6 aylık dönemde anne sütündeki protein miktarı bebeğin protein ihtiyacına yeterli olur. Anne sütünün yağ oranı inek sütündeki yağ oranından fazla olmakla birlikte, yağlar anne sütündeki enerjinin yarısını oluşturur. Anne sütünde yüksek miktarda laktoz bulunur. Anne sütünde D vitamini ve K vitamini haricinde yağda ve suda eriyen vitaminler bebek için gereksinimlerini karşılayacak seviyededir. Anne sütündeki mineraller bebeklerin mineral ihtiyacı için uygun düzeyde olup bebeklerin kemiklerinin gelişmesi için yeterli kalsiyuma sahiptir (Gür, 2007).

- Anne sütü bebeğin ihtiyaç duyduğu tüm besinleri uygun ölçüde ve yeterlilikte içerir.
- Enfeksiyonlara karşı korur. Bakterilerin üremesini durdurucu özelliği vardır.
- Anne sütü bebeğe dışarıdan verilebilecek mama ya da diğer besin maddelerine göre daha ekonomiktir.
- Anne sütü daima hazırdır ve temizdir.
- Anne sütünün ek gıda olarak verilebilecek besinlere göre hazırlama, soğutma, ısıtma muhafaza etme gibi gereksinimleri yoktur (Gün, Yılmaz, Şahin, İnanç, Aykut, Günay, Öztürk, Çıtıl, Çiçek, Ongan, Tuna, 2009).
- Anne sütü, anne ile bebek arasındaki psikolojik bağı kuvvetlendirdiği ve bebeğin kendini güvende hissetmesini sağladığı gibi, anne sütü ile beslenen bebeklerin psikomotor ve zihinsel gelişimi hızlanır, daha zeki ve başarılı çocuklar yetişir (Irmak, 2016).
- Yapılan çalışmalarda bebek anne sütüyle ne kadar uzun beslenirse dört yaşta aşırı etkinlik skorunun hafiflediği, daha sosyal bir çocuk olduğu, sonraki yaşlardaki zeka sınavlarında daha başarılı oldukları belirlenmiştir (Tetik, 2016).

- Anne sütü ile beslenen bebeklerle mama ile beslenen bebekler arasında, İzmir Dr. Behçet Uz Çocuk Hastanesinde vaka-kontrol çalışması yapılmıştır. Bu çalışmaya göre anne sütü ile beslenen çocukların davranışsal ve temelinde hareket olan becerilerin kazanılmasındaki gelişimlerinin daha iyi olduğu saptanmıştır.
- Julvez ve arkadaşları (2007), çocukların sinir gelişimleri ile emzirme süresi arasındaki bağı belirlemek üzerine çalışma yapmıştır. Yapılan çalışmada çocukların emme süreleri ile sosyal kapasiteleri, yürütücü fonksiyonları, dikkat noksanlıkları arasındaki bağlantı incelenmiştir. Emzirmenin dolaylı olarak çocuğun sinir gelişimine etkide bulunduğu vurgulanmıştır.

Bu çalışmalar ışığında anne sütü, bebeklerin fiziksel büyüme ve gelişmelerinin birincil ve en önemli basamağı olduğu gibi çocukların zihinsel, psikolojik, sosyal ve davranışsal gelişimlerindeki en önemli adımdır.

Emzirmenin Önemi

Bebeğin memeden alacağı ilk besine "ilksüt", "ağız sütü" ya da "kolostrum" denir. Bebeğin ilk aşısı olarak da tanımlayabileceğimiz kolostrumu alan bebeklerin hastalıklara yakalanma riski daha azdır. Fakat anne sütü ağız sütünden ibaret değildir ve sürdürülebilir olmalıdır. Bu sürenin ilk 6 ay sadece anne sütü, 2 yaşına kadar anne sütü ve ek gıda takviyesi olduğu WHO ve UNICEF'in 1991 yılında düzenlediği anne sütü ile ilgili toplantı sonucu olarak yayımlanan "Innocenti Bildirgesi" ile önemle vurgulanmıştır. Dolayısıyla bebeğin sağlıklı bir şekilde büyüebilmesi için emzirmenin önemini ailelerin kavraması sağlanmalıdır. Bunun en kolay yolu ülkelerin topluma anne sütünün vazgeçilmez bir besin kaynağı olduğu bilincine vardırılması ve bu konuda çalışmalar yapmasıdır.

Türkiye'de emzirme temel özelliklere göre farklılıklar gösterse de beş yaş altı çocukların %96'sı bir süre emzirilmektedir. Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması' nın

(TNSA) yaptığı araştırmada 2008 yılında bebeklerin yalnızca anne sütü ile beslenme oranı % 42 iken, 2013 yılında bu oran %30'a gerilemiştir. Genel çerçevede değerlendirildiğinde Türkiye' de emzirme yaygın olarak uygulansa da de tüm dünyaca kabul gören ilk 6 ay yalnızca anne sütü ile emzirme oranı düşüktür. Bunun nedeni annelerin bebek maması ya da diğer sıvılara erken başlama ve biberonla beslemeye yönelmesidir (Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması, 2013).

UNICEF ve Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından dünyadaki emzirme oranlarını yükseltmeyi hedefleyen yeni bir teşebbüs olan Küresel Emzirme Ortaklığı tüm dünyaya emzirme konusunda şunları tavsiye etmektedir;

- Bebek doğduktan 2 yaşına gelene kadar emziren anne sayısını yükseltmek için daha çok kaynak oluşturulması.
- Bebek mamalarının satışıyla ilgili milletlerarası kuralların ve Dünya Sağlık Kurulu'nun ilgili kararlarının kanuna dayalı tedbirlerle eksiksiz şekilde hayata geçirilmesi. Hayata geçirilen uygulamaların tarafsız kurumlarca izlenmesi.
- Uluslararası Çalışma Örgütü' nün anneliğin korunma rehberi esasında annelere ücretli olarak izin verilmesi ve çalıştığı yerlerde emzirmeye olanak tanınması.
- Doğum evlerinde Başarılı Bir Emzirme için On Adım' ın uygulanmasının hayata geçirilmesi.
- Sağlık tesislerinde geniş çerçeveli emzirme düşünce yapısının bir parçası olarak nitelikli emzirme konusunda insanların bilinçlendirilmesi.
- Emzirmede istenilen hedeflere ulaşmak üzere yapılan çalışmalardaki gelişmeleri değerlendirecek takip sistemlerinin güçlü duruma getirilmesi (United Nations International Children's Emergency Fund, 2018).

Bu çağrılara yanıt verebilen ülkeler sürdürülebilir kalkınma hedeflerine ulaşmak için önemli bir adım atmış olacaklardır.

Çalışma Yaşamı ve Emzirme

Çalışan kadın kavramı. Sosyal yaşamda kadınlar için en önemli değişim sanayi devrimidir. Sanayi devriminden önce aile içinde çalışan kadın sanayi devriminin getirdiği yeniliklerle birlikte aile dışında da ücretli olarak çalışmaya başlamıştır. Böylelikle kadın değişik sosyal çevreler edinmiş ve sosyal hayatında büyük değişimler gerçekleşmiştir (Özen Kapız, 2002).

Kadınların çalışma yaşamına dahil olmalarındaki en büyük etken, kadınların aile bütçesi için ikincil bir gelir kaynağı sağlama zorunluluğudur. Yıllar boyunca yapılan araştırmalar sonucunda bu çalışma zorunluluğu değişmemiş olduğu saptanmıştır. Kadınlardaki çalışma oranı eğitim seviyesiyle de ilintilidir. Eğitim seviyesi yükseldikçe kadın çalışma oranı artmakta, sadece ekonomik mecburiyetten değil yeni çevre edinme, mesleğini yapma isteği, hür bir birey olma, geleceğe güvenle bakabilme gibi sebeplerden dolayı kadın çalışmak istemektedir (Adakale Demirhan F. H. , Ekonomi M. , 2005).

Eurofond' un Avrupa Çalışma Koşulları Anketlerine göre kadınlar bir haftada yaklaşık olarak 64 saat çalışmaktadır. Yine aynı anketlere göre erkekler ise bir haftada yaklaşık 53 saat çalışmaktadır. Kadınların erkeklerden daha fazla çalışmasının temelinde kadınların günlük yaşayışı sağlayan çalışmalara 26 saat harcarken, erkeklerin bu çalışmalara 9 saat zaman ayırabilmesidir (Eurofond, 2013). OECD ülkeleriyle mukayese edildiğinde Türkiye'deki kadınların çalışma oranı 144 ülke arasında 130. sırada olup pek de iç açıcı değildir. McKinsey Global Institute'un Türkiye'de yaptığı araştırmaya göre, kadınların çalışma oranının artmasına paralel olarak GSYİH' nin artışı da öngörülmektedir (Benyamor, Hürriyet, 23.12.2016). Tüm bunların yanında OECD analizine göre iş hayatında kadınlar erkeklere göre daha kötü çalışma şartlarıyla karşı karşıya gelmektedir (OECD, 2016). Tüm bu istatistiksel verileri göz önünde bulundurursak kadının iş hayatı ve sosyal hayattaki çalışma yükünün çok fazla olduğunu anlayabiliriz. Bu yükü hafifletmede erkeğe büyük bir rol düşmektedir.

Türkiye Cumhuriyeti Başbakanlık İstatistik Kurumunun Hane Halkı İşgücü Araştırması 2008 Temmuz Dönemi Sonuçlarında kadınların işgücüne katılma oranı %27.2' dir. Eğitim düzeylerine göre işgücüne katılma oranı lise altı eğitimlilerde %23.7, lise ve dengi okul mezunlarında %33.8, yüksek öğretim mezunlarında %70.4' tür (TUIK 2008). Bu verilere dayanarak kadınlarda işgücüne katılma oranının eğitim düzeyleri arttıkça arttığı saptanmıştır.

Dolayısıyla ülkelerin ekonomik açıdan üst düzeylere taşımak ve toplumun kalkınması için kadın istihdamının önemi çok büyüktür. Kadın çalışanın artırılması ile kadın yoksulluğunun önlenmesi, aile gelirinin yükselmesi ve daha iyi yaşam şartları oluşturulabilir. Aynı zamanda kadınların çalışma hayatına girmesi toplumsal statülerinin yükselmesi bakımından gereklidir. Çalışan ve dolayısıyla ekonomik özgürlüğü elinde olan kadınlar daha sosyal, geleceğe güvenle bakan, ve her konuda daha bilinçli bireyler halini alırlar ve yetiştirdikleri çocukları da buna paralel olarak aynı yolu izler.

Yasal doğum ve emzirme izinlerinin içeriği. 4857 sayılı Kanunda analık döneminde çalışma ve izin sürelerine ilişkin düzenlemeler yer almıştır. 5510 sayılı Kanunun analık sigortası hükümlerinin kapsamına işçiler ve bağımsız çalışanlar alınırken; kamu görevlileri için 657 sayılı Kanun'da yer alan hükümlerle analık riskine karşı koruma sağlanmıştır.

Kadın memurların doğumdan evvel sekiz hafta doğumun ardından 8 hafta olarak toplamda 16 haftalık zaman için ücretli izin verilmiştir. Birden fazla bebeğe gebe kalınması halinde ise doğumdan evvel çalışmaması gereken sekiz haftalık süre 10 haftaya çıkartılmıştır. Fakat annenin sağlığının elverişli olduğu durumlarda doktorun çalışabilir raporu ile kadın memur doğumdan evvelki üç haftaya kadar çalışabilir. Örneğin kadın memur doğumdan önceki 8 haftalık izninin 5 haftasında doktor raporuyla işyerinde çalıştı ve son 3 hafta mecburen izne ayrıldı. Çalıştığı 5 haftalık süreç doğumdan sonraki izinlerine aktarılır ve kadın doğumdan sonra 13 hafta izin kullanır. Yasal doğum izin süresi biten memur istemesi halinde ücretsiz izin alabilir.

Torba Kanununun 106. maddesi ile 657 sayılı Devlet Memurları Kanununun 104/D maddesi, Şu Şekilde deęiŐtirilmiŐtir. Buna göre kadın memura yasal doğum izni süresi bitiminden itibaren sayılmak üzere ilk 6 aylık sürede günde 3 saat emzirme izni verilir. Takip eden 6 aylık sürede de günde 1,5 saat olmak üzere emzirme izni devam eder.

Bebeklerin ilk 6 ay boyunca yalnızca anne style beslenmesi gerektiğinden yola çıkarsak, ülkemizde ki doğum izni süresiyle ilgili yetersizlikler anlaşılmaktadır. Doğumdan sonra sadece 8 ya da 11 haftalık doğum izni sürecinde bebek 2-2,5 aylık yaşına gelir ve sonrasında annenin çalışması gerektiğini düŐünürsek kadın memurlarda 3 saat, çok yetersizdir. Annenin iŐyeriyle evi arasındaki mesafenin ne kadar olduğu ne kadar zamanda bebeğinin yanında olacağı kiŐiden kiŐiye değişmekle birlikte bu verilen zamanın bir kısmı yolda geçebilmektedir. Ayrıca anne sütünün daha fazla ve daha yararlı olabilmesi için annenin aşırı yorgunluktan ve stresten uzak bir yaşam sürmesi de çok önemli bir husustur.

Bebeklerin ek gıdaya başladığı 6. aydan itibaren 2 yaşına kadar emzirilmesi önerilmiştir. Bu durumda yasal düzenlemeyle doğum izninden sonra verilen kadın memurlarda ilk 6 ayda 3 saat ikinci 6 ayda 1,5 saat emzirme izniyle bebekler maksimum 15 aylık yaŐa gelir ve bu sreden sonra izin hakları yoktur. 24 ay emzirilmesi gereken bebek sadece anne işten eve geldiğinde emzirilir.

İŞyerlerinde emzirme odası, kreş, sosyal destek imkanı yeterlilik durumu.

Ülkemizde, Kamu Emekçileri Sendikası Konfederasyonu (KESK)'nun, sendikaya yeliği bulunan 5000 çalışan kadın ile gerçekleştirdiği araştırmaya göre, kadınların sadece % 21'inin, çalıştığı ortamda emzirme ya da süt verme imkanının olduğunu saptamıŐtır. Kadın Sorunları Genel Müdürlüğü' nün yaptığı bir araştırmaya göre de, çalışan kadınların sadece % 9,2 li kısmı çocuklarını kurumsal bakım hizmetlerinden faydalandırabilmektedir. Yapılan bu araŐtırmalardan da anlaŐılacaęı gibi kadınların büyük çoğunluğu bebeğini işyerinde emzirememekte ya da süt verememektedir (Gökdemirel, Bozkurt, Gökçay, Bulut, 2008).

Çalışan anneler, emzirme konusunda bilinçsiz olmaları ya da çalışma ortamları sebebiyle, emzirme problemleri yaşayarak vaktinden önce emzirmeyi sonlandırabilmektedirler. Annenin erken işe başlamasıyla daha fazla yorulmasından ve beslenme düzeninin bozulmasından dolayı bebekler emmeyi reddedebilmektedir (Gökçay, Baslo, 2002). Çalışan ve emziren annelerin emzirmeyi sürdürebilmeleri için işyeri şartlarının elverişli olması, sosyal yardım, kreş ve annelik haklarını içeren düzenlemelerin uygunluğu en önemli ihtiyaçlardır. Yapılan araştırmalarda işyerlerinde elverişli emzirme olanağı sağlanırsa emzirme oranının da arttığı saptanmıştır (Gökdemirel, Bozkurt, Gökçay, Bulut, 2008).

Yıllar boyu süre gelen çalışan ve emziren annenin çocuğuna mama vermektan başka seçiminin olmaması gibi toplumda bir algı yaratılmış olması, annenin annelik haklarını kullanamamasından kaynaklı sorunlar, bebeklerin emzirilmesinde engel teşkil edebilmektedir. Fakat tüm bireylerin bir yükümlülüğü olarak, çalışan ve emziren kadınlara bebeklerini emzirebilme imkanı verilmelidir (Eker, 1999).

Babaların bebek bakımına desteği. Pavill BC (2002) yaptığı çalışmada emzirme döneminde anneler kadar babalara da destek verilmesi, bilinçlendirilmesi gerektiğini vurgulamıştır. Emzirme döneminde sadece anneye değil babalara da büyük roller düşmektedir.

Emzirme sürecinde babaların, anneleri etkin şekilde destekleyebilmeleri için emzirme konusunda doğru ve yeterli bilgiye sahip olmaları gerekir. Bu nedenle anneler emzirme konusunda bilgilendirilirken babalara da emzirme eğitimi verilmelidir (Pisacane ve ark, 2005). Hemşireler, emzirmenin sürdürülebilirliği için babalara eğitim vererek ve destekleyerek babaların emzirme rollerini arttırmada katkıda bulunabilirler (Cangöl E. , Şahin N. H. , 2014).

Sherriff ve ark (2014)'nın yaptıkları grup çalışması sonucunda da, babaların sadece anne sütü ile besleme sürecine beş farklı yöntemde yardımcı oldukları saptanmıştır. Bunları şöyle özetlemişlerdir; bilgili olmak, pozitif tutumlar göstererek, karar verebilme dönemine katılarak, pratik ve psikolojik destek vermek şeklinde ifade etmişlerdir.

ABD'de 1993'te yapılan bir çalışmada babaların emzirmeye bakış açıları, tutumları incelenmiş olup babaların emzirmeye negatif bakması üzerine annelerin emzirmeden vazgeçebileceği gözlemlenmiştir (Freed ve ark, 1993). Bu sebepten annelerin emzirmeye devam edebilmesi için babaların anneleri emzirme teşvik etmesi ve emzirmeyle ilgili olumsuzluk yaratmaması şarttır.

Sonuç olarak bebeklerin anne sütünden yararlanma oranını arttırmak için annenin ve babanın anne sütü ve emzirmeyle ilgili bilgi sahibi olması önemlidir. Doğum sonrası süreçte anne ve babaya emzirme konusunda verilen eğitimler anne ve babanın bu konuda daha bilinçli olmasını sağlar ve emzirme üstüne pozitif etki yaratır (Yılmaz, 2016). Anne doğum yaptıktan sonra daha duygusallaşır ve daha hassas bir insan olabilir. Annenin sütünün daha fazla olması ya da kesilmemesi için fiziksel açıdan yorulmaması stresten uzak bir yaşam sürmesi ve iyi beslenmesi gerekmektedir. Bu bağlamda babalara çok büyük iş düşmektedir. Babaların anneye her türlü konuda yardımcı olması ve destek olması emzirme oranını artırır.

Çalışan ve Emziren Annelerin İşe Başlama ve Başlamama Nedenleri

Çalışan ve emziren annelerin işe başlamama nedenleri. Türk toplumunda kadınların birincil görevinin “ev kadınlığı” ve “annelik” olduğu yönünde benimsenmiş bir düşünce bulunmaktadır. Bundan dolayı çalışan kadın, işinden eve geldiğinde ev işlerinin de sorumluluğunu aldığından üstüne düşen görevler ikiye katlanmaktadır.

Çalışan bir kadının doğum izni bitip çalışmaya başlayacağı zaman geldiğinde kadın 2 yol ayrımıyla karşılaşır. 1. Yol çalışmaya devam edip bebeğinin bakımını, emzirmeyi kısıtlayarak bebeğiyle daha az zaman geçirerek para kazanmaktır. 2. Yolu ise iş yaşamında

en verimli olabileceği yaşlarında bebeğini büyütmek için çalışmamak olacaktır. Ülkemizde işe başlamayan ve bebeğini büyüten anne sayısı oldukça fazladır ve bu kadınların işgücüne dahil olma oranını ve sosyal yaşamını olumsuz yönde etkilemektedir (Bodur, Yıldız, Mermer ve Oran 2002; Ong, Yap, Li, ve Choo 2001).

Günümüzde anne olma durumunu düşündüğümüzde aklımıza gelen ilk görüntü; kucağında bebeği olan ve emziren bir anne imgesidir. Emzirmenin daha alt tabakadaki kadınlar için olduğu düşüncesi ve aşağılanan izlenimi yok olmuş durumdadır. Yapılan araştırmalara göre işçi ya da kırsal bölgelerde çalışan annelere göre eğitim seviyesi yüksek annelerin emzirme oranı daha yüksektir (Badinter, 2011). Bunun temel sebebi eğitilmiş annelerin “kusursuz ve mükemmel anne” olmak istemelerindedir. Annenin internet kanalıyla sürekli araştırma yapması doğru bilgiye ulaşmasıyla emzirmenin önemini ve 2 yaşına kadar emzirme zorunluluğunu hissetmesiyle iş hayatını ve kariyerini ikinci plana atması ve çalışmamasıdır. Oysa ki anne makul emzirme sürelerinin verildiği hijyenik ve düzenli bir emzirme odasında, kreş, sosyal imkanların bulunduğu bir işte çalışırsa bu kararı tekrar gözden geçirebileceği düşünülmelidir.

Çalışan ve emziren annelerin işe başlama nedenleri. Anne olma duygusu çok farklı bir duygudur ve her anne bebeğine her türlü imkanı sağlamak ister. 2 sene boyunca bebeğini emzirmesinin bebeği için çok yararlı olduğunu bilen bir anne neden çalışmaya başlar ve emzirme süresini kısıtlar?

- Aile içi ekonomik sıkıntılar annenin çalışmazsa alamayacağı maaşı anneyi çalışmak zorunda bırakır. En temel sebep budur.
- Bazı durumlarda ekonomik sıkıntılardan çok annenin psikolojisi de anneyi işe başlamaya yöneltir. Aylarca süren hamilelik, emzirme süreci, bebek bakımı, anneyi psikolojik olarak yıpratır ve anne işe başlamak ister.

Bölüm 3: Yöntem

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, araştırma verilerinin toplanma süreci, araştırma verilerinin çözümlenmesi, geçerlik ve güvenilirliğin sağlanması konuları anlatılmıştır.

Araştırmanın Modeli

Bu çalışmanın araştırma türü nitel araştırmadır. Nitel araştırma türü gözlem, görüşme ve doküman analizi gibi nitel bilgi toplama metotlarının yararlandığı, olayların ve algıların sahici bir ortamda gerçekçi ve tümüyle açığa çıkarılmasına sağlayan nitel bir ilerlemenin izlendiği araştırma olarak tarif edilebilir (Aypay, 2015). Başka bir deyişle, birden fazla subjektif veri çeşidi ve belirli koşullardaki fertlerin kendi doğal ortamlarında incelenmesine dayanan yorumsamacı araştırma yaklaşımıdır (Denzin ve Lincoln,1994). Nitel araştırmanın yorumsamacı oluşunu kelimelerden, resimlerden, elbiselerden, belgelerden, sayısal olmayan diğer bilgilerden anlaşılabilir. Veriler görüşmecilerin bakış açılarıyla anlamaya çalışılır. En önemli olan olayların iç yüzüne hakim kişilerin görüşleri oluşturmasıdır. Nitel araştırmada esas olan olguların bulunmasıdır. Nitel araştırma da verilerin oluşması için birçok yöntemler kullanılır. Kişisel deneyimler, iç gözlem analizi, hayat hikayesi, görüşmeler, gözlem, yazılı belgeler, fotoğraflar, tarihsel bilgiler gibi yöntemler kullanılır. Aynı zamanda nitel araştırmanın diğer özelliğini de doğal ortamında gerçekleşmesi oluşturur (Christensen, Johnson ve Turner, 2015). Nedeni anlamaya yönelik araştırma yöntemidir. Bu yüzden bu araştırmada da katılımcıların bakış açılarını iletme ve çözümlenerek araştırmanın hedefini bulmak için nitel araştırma uygulanmıştır.

Olgubilim deseni farkındalığı olunan fakat detaylı bir anlayışla hakim olunamayan olgulara odaklanmaktadır. Bu olgular günlük hayatımızda çeşitli şekillerde karşımıza çıksa da, tam olarak kavradığımız manasına gelmemektedir. Her gün önümüze çıkan, bize tanıdık gelen fakat tam anlamıyla bilmediğimiz olguları araştırmayı amaçlayan çalışmalar için

Olgubilim araştırması uygundur. Olgubilim araştırmalarında toplanan veriler olguyu yaşayan ve içinde olan bireylerden toplanması gerekmektedir. Görüşme olgubilim araştırmalarında veri toplama aracıdır. Araştırmacı ile görüşülen birey arasındaki güven ve empati değerlidir. Görüşme yapılan birey böylelikle daha önce farkında olmadığı ya da uzun uzadıya kafa yormadığı hayatı ve yaşadıklarını kolaylıkla anlatabilir. Olgubilim araştırmalarında nitel araştırmaya paralel olarak net sonuçlar ortaya çıkmayabilir (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Bu nedenlerle, araştırmada, nitel araştırma desenlerinden olgubilim (fenomenoloji/phenomenology) deseni kullanılmıştır.

Çalışma Grubu

Araştırma, alışan ve emziren annelerin yaşadıklarını ele almak amaçlansa da tüm çalışan ve emziren annelere ulaşılamayacağı için araştırma Muğla ili Menteşe ilçesinde ulaşılan, çalışan ve emziren 14 ğretmen oluşturmaktadır. Araştırma 15 Ekim 2018 - 30 Mart 2019 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın gerçekleştiği yer Türkiye'nin güney egesinde bulunan, turizmi ve tarihi güzellikleriyle ünlü olan Muğla ili Menteşe ilçesidir. Merkez ile diğer ilçeler kadar turistik değil aynı zamanda dağlık bir yapıya sahip olduğu için fazla gelişememiştir. Görüşmeler katılımcıların belirttiği yer ve saatte gerçekleştirilmiştir. Odak grup görüşmesi 8 branş ğretmeni ile onların belirttiği yer ve saatte gerçekleştirilmiştir.

Tablo 1: Katılımcılara Ait Kişisel Bilgiler

Katılımcı No	Yaş	Meslek	Hizmet Süresi (Yıl)	Emzirme Zamanı (Ay)
1	31	İngilizce Öğretmeni	7	11
2	35	Sınıf Öğrt.	8	22
3	32	Zihinsel Engelliler Öğrt.	11	10
4	33	Görsel Sanatlar Öğrt.	5	17
5	36	Sınıf Öğrt.	12	10
6	30	Matematik Öğrt.	4	22
7	34	İngilizce Öğrt.	11	11
8	28	İngilizce Öğrt.	4	15
9	33	İngilizce Öğrt.	11	13
10	30	Okul Öncesi Öğrt.	8	10
11	31	Okul Öncesi Öğrt.	8	9
12	36	Biyoloji Öğrt.	4	7
13	32	Edebiyat Öğrt.	11	10
14	37	Edebiyat Öğrt.	13	15

Araştırma Verilerinin Toplanma Süreci

Çalışan ve emziren annelerin yaşadığı süreci izah etmek için iki evrede veri toplama gerçekleştirilmiştir. Birinci aşamada katılımcılarla yarı yapılandırılmış görüşmeler yapılmıştır. 15 Ekim 2018 tarihinde başlayıp 30 Mart 2019 tarihleri arasında 14 çalışan ve emziren anne ile gerçekleştirilmiştir. En kısa görüşme 10 dakika, en uzun görüşme 36 dakika gerçekleştirilmiş olup ortalama görüşme süresi 18 dakika sürmüştür. Görüşmeyi yönlendiren soruların hazırlanmasında öncelikle literatür taraması yapılmış, incelenen kaynaklar ışığında konu ile ilgili alt problemler ortaya konmuştur. Alt problemlerle paralel olarak hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme formu araştırmaya danışmanlık eden, eğitim bilimleri alanında çalışan Doç. Dr. Mehmet Ali İÇBAY tarafından değerlendirilmiş ve gerekli düzeltmeler yapılmıştır. Araştırmanın ikinci aşamasında 8 çalışan ve emziren anne ile odak görüşme gerçekleştirilmiştir. 8 annenin mesleklerini öğretmenlik mesleği oluşturmaktadır. Çalışma ve emzirme izinlerine uygun olan, bakıcı vs. durumlarına en uygun kişiler ile gerçekleştirilmeye çalışıldığı için en uygun kişiler ile görüşülmüştür. 19 Şubat 2019 tarihinde gerçekleştirilmiş olup, 43 dakika sürmüştür. Odak toplantısının genel amacı, yarı yapılandırılmış görüşmelerden sonra hazırlanan sorular ile çalışan ve emziren anneleri durumları daha detaylı konuşarak ele almak olmuştur.

Tablo 2: *Veri Toplama Sürecine Ait bilgiler*

Veri Kaynağı	Yarı Yapılandırılmış Görüşmeler	Odak Görüşme
Katılımcı Sayısı	14	8
Veri Toplama Tarihi	15 Ekim2018/ 30Mayıs 2019	19 Şubat 2019

Araştırma Verilerinin Çözümlemesi

Çalışan ve emziren annelerin annelik ve iş deneyimlerini ele alıp açıklamaya çalışan bu çalışmada veri çözümleme süreci birbirini izleyen üç aşamadan oluşmuştur. Birinci aşamada ham veriler çözümlenmeye hazır hale getirilmiştir. İlk olarak yapılan yarı yapılandırılmış görüşmeler ve daha sonra yapılan odak görüşmesi yazımlaştırılmıştır. İkinci aşamada yazımlaştırılmış kayıtlar kodlandırılmıştır. Yine önce yarı yapılandırılmış görüşmeler kodlandıktan sonra odak görüşme kodlanmıştır. Odak grubu ile konu daha ayrıntılı bir şekilde düşünülerek tartışılmıştır. Daha sonra kodlardan temalar oluşturulmuş olup temalar altında yorumlanmıştır. Elde edilen veriler oluşturulan temalara göre yorumlandığı için betimsel analiz yöntemi kullanılmıştır. Betimsel analiz, türlü veri toplama yöntemleriyle oluşturulmuş verilerin daha önceden belirli duruma getirilen ana konulara göre kısaltılması ve yorumlanmasını içeren bir nitel veri analiz çeşididir. Bu analiz çeşidinde araştırmacı görüşerek ya da gözlem yaparak veri topladığı fertlerin fikirlerini tam anlamıyla ortaya koymak adına direkt alıntılara fazlasıyla yer verebilmektedir. Elde edilen bulguların okuyucuya özetlenmesi ve konu hakkında yorum katılması betimsel analiz türünün asıl amacıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2013). Araştırmada, betimsel analizle özetlenen ve yorumlanan veriler, içerik analiziyle daha yoğun incelenmiş betimsel analizle ortaya konamayan kavramlar bu analizle ortaya konmuştur. İçerik analizi birbirinin aynısı gibi görünen verileri bazı kavram ve temalarla birleştirerek kolay anlaşılabilir bir şekilde düzenleyerek yorumlamaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2013).

Tablo 3: *Veri Çözümleme Süreci*

Aşama 1	Aşama 2	Aşama 3
Ham Verilerin İşlenmesi	Kod Ve Temaların Oluşturulması	Doğrulama
Yazımlaştırma	Odak Görüşme ve Yarı Yapılandırılmış Görüşmelerin Kodlanması	Temaların Bulgu Başlıklarına Dönüştürülmesi
Sınıflama	Geçici Temaların Oluşturulması	
Sıralama		

Geçerlik ve Güvenirliğin Sağlanması

Nitel araştırmada geçerlik, araştırmacının araştırdığı konu, kavram ve olguları, olduğu şekliyle, nesnel ve subjektif olmayan bir biçimde gözlemesi anlamına gelmektedir. Nitel araştırmada bireylerin ve içinde oldukları doğal ortamın sürekli değişmesinden dolayı araştırmanın benzer insanlarla tekrarlanmasıyla aynı sonuçlar elde edilemeyebilmektedir.

Bu araştırmanın geçerliliği, farklı yaşlarda ve farklı çalışma sürelerine sahip katılımcılarla görüşülmesi, Katılımcı görüşmeleriyle ortaya konan bulgular doğrudan alıntı yapılarak ve değiştirilmeden gösterilmiştir. Araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama süreci ve verilerin çözümlenmesi başlıklarıyla araştırma süreci detaylı şekilde anlatılmıştır. Bunların yanında, araştırmacının da çalışan ve emziren bir anne ve bir öğretmen olması, katılımcıların kendilerini daha rahat hissetmesi ve sorulan sorulara içtenlikle ve samimiyetle cevap vermelerine olanak sağlamıştır. Araştırma boyunca araştırmaya danışmanlık eden Doç.

Dr. Mehmet Ali İÇBAY' ın önerileri ve yönlendirmeleri araştırmanın vasfını arttırıcı değerli bir unsur olmuştur.

Araştırmanın güvenilirliğini sağlamak için; görüşmelerde yapılan ses kayıtları ve ses kayıtlarının yazılı hale getirilmiş dokümanları, gerekirse incelenebilmek üzere saklanmaktadır. Araştırma sürecinde yapılanlar adım adım detaylı olarak açıklanmıştır.



Bölüm 4: Bulgular ve Yorum

Bu bölümde, Çalışan ve emziren annelerin annelik ve iş deneyimleri ile ilgili düşüncelerini ve yaşadıklarını ortaya koymak amacıyla, 14 çalışan ve emziren öğretmenle yarı yapılandırılmış görüşme tekniğiyle görüşmeler gerçekleştirilmiş. Görüşmelerden elde edilen cevaplar doğrultusunda bulgulara ve bu bulgulardan yola çıkılarak yapılan yorumlara yer verilmiştir.

Anne Sütü Emzirmenin Önemi ve Çalışma Hayatına Başlamadan Önceki Süreçteki Katılımcı Görüşleri

Bu bölümde, çalışan ve emziren annelerin çalışma hayatına başlamadan önceki süreçte yaşadıkları, anne sütü ve emzirmenin öneminin bilinmesiyle ilgili sorulara verdikleri cevaplar doğrultusunda elde edilen bulgular ve bu bulgular ışığında yapılan yorumlara yer verilmiştir.

Annelerin doğum yaptıktan sonra tüm hayatları değişmiş sorumlulukları artmış, daha korumacı, daha tedirgin ve daha duygusal insanlar olmuşlardır. “Emzirme sizce nedir? “ sorusuna “bebeğin beslenmesi büyüme ve gelişimi için en önemli besin kaynağıdır” cevabı annelerin anne sütü ve emzirmenin öneminin bilincinde olduklarını göstermektedir. Bu konuyla ilgili katılımcı görüşleri şu şekildedir:

K-1: iki farklı şekilde tanımlayabilirim, ilk olarak bebeğin beslenmesi ikinci olarak da anne ve bebek arasındaki bağ.

K-5: Emzirme, çocukla kurulan duygusal bir bağ, çocuğun gelişimindeki en büyük destek, yani sağlık açısından çocuğa verebileceğimiz en güzel destek diye düşünüyorum.

K-8: Anne ile bebeğin tek vücut olması diyebilirim yani aynı şey gibi anne karnındayken nasıl plasentadan besleniyorsa çıkınca da bana bağlı hala. Benden besleniyor olması tek vücutta olduğumuzu gösteriyor bence.

K-10: Emzirme bebek ile anne arasındaki en mucizevi bağ bence ve anne sütü kadar yararlı bir şey olmadığı için anne sütünün tarifi yoktur.

Emzirmeyle bebeğine daha çok bağlanan anne bebeğinin emdiğini izlerken daha mutlu olmaktadır. Anne olduğunu daha çok hissetmekte duygusal olarak rahatlamaktadır. Katılımcıların anne sütünü tanımlarken ‘anne ve bebek arasındaki en büyük bağ’ olduğunu söylemeleri bunu açıklamaktadır.

K-8: Çok farklı özel duygular açıkçası bebekle daha çok bağlandığımı hissediyorum. Onu emzirince hem vicdanen rahatlıyorum hem de duygusal olarak çok rahatlıyorum. Onun emerken mutlu oluşu beni de mutlu ediyor.

K-5: Sevgimizi birbirimize aktarabildiğimizi hissediyorum, onunla daha yakın bir bağ kurabildiğimizi hissediyorum ve ona faydalı olabildiğim için daha mutlu oluyorum.

Çalışma Hayatı

Bu bölümde, çalışan ve emziren annelerin ne kadar yasal doğum izni kullandıkları ile ilgili sorulara verdikleri yanıtlar doğrultusunda elde edilen bulgular ve bu bulgular ışığında yapılan yorumlara yer verilmiştir.

Doğumdan önce izin hakkının bir bölümünü ya da tamamını kullanan anne doğumdan sonra kalan doğum izinlerini de kullanarak yasal izin hakkı sürelerini doldurmuştur. Artık anne işe başlamalıdır. Mesleği öğretmen olan anneler yaz tatilinin doğum izni sonuna denk gelmesiyle biraz daha rahatlamış ve bebeklerine bakma süresini 3 aya yakın daha uzatmışlardır. İzni yaz tatiline denk gelmeyen öğretmenler ise ya tekrar izin almışlar ya da rapor alarak bu süreyi uzatma yoluna gitmişlerdir. Bazı anneler ise yasal doğum izni bittikten hemen sonra işe başlamışlardır. Annelerin bu konuyla ilgili ifadeleri ise şu şekildedir:

K-1: Doğum öncesi 8 haftayı kullandım. Doğum sonrası da heyet raporuyla bebeği bir 6 aylık falan yaptık herhalde zaten yaz tatili girdi sonra araya öğretmen olunca öyle bir ekleme eklemeye bebek 8 aylıkken işe başladım.

K-3: 5. Ayda başladım.

K-5: İzin kullandım. Yaz tatili de girdi tabi devreye bebeğim 7,5 aylıkken işe başladım.

K-7: 7 ay olmuştu işe başlayalı ek gıdaya başlamıştı.

K-8: Bebeğin 6. ayı bitmiş oluyor o zaman 7. ayından gün almaya başlıyoruz o zaman.

K-9: Araya yaz tatili girdi, 5 ay sonra çocuk 5 aylıktı başladığımda.

Yasal Doğum ve Emzirme İzinleri İlgili Katılımcı Görüşleri

Bu bölümde, çalışan ve emziren annelerin yasal doğum ve emzirme izni süreleri hakkındaki görüşleri doğrultusunda elde edilen bulgular ve bu bulgular doğrultusunda yapılan yorumlara yer verilmiştir.

Annelere verilen yasal doğum izni süresi doğumdan önce 8 hafta doğumdan sonra 8 haftadır. Doğumdan önceki 8 haftanın son 3 haftasında doğum iznine çıkması mecburidir. Geri kalan 5 haftada doktorun çalışabilir raporuyla çalışabilir ve bu doğumdan önceki kullanmadığı 5 haftalık izni doğumdan sonrasında kullanabilir. Sonuç olarak doğumdan sonraki 8 haftanın üstüne doğum öncesi 5 haftalık izni eklediğinde 13 haftalık izni bulunur. Annelerdeki genel kanı bir sağlık problemi olmadıkça doğum öncesi izinlerini doğum sonrasına aktararak bebeklerini daha çok emzirme ve bakma üzerine kurulmuştur. Bu durum annelerin aşağıdaki ifadelerinde anlaşılmaktadır:

K-1: Doğum öncesinde 37. haftaya kadar çalıştım, iznimi sonraki zamana bebeğime ayırmak için. Doğum sonrasında da bir süre rapor aldım, izin kullandım.

K-6: Doğum öncesi hiç izin kullanmadım, sonuna kadar çalıştım, 15 tatilde okuldan ayrıldım, 2 hafta sonra doğum yaptım o öncesinde kullanmadığım doğum iznini sonrasına aktardım zaten dönemi kapattım yani 1 dönemi kapatmış oldum.

Bazı annelerde sağlık problemlerinden dolayı doğumdan önceki izinlerini doğumdan sonraya aktaramamıştır. Aktaramadığı için de bebeğinin henüz çok küçük olduğunu düşünerek rapor ve izin alma yoluna gitmiştir.

K-13: Ben yatarak hamilelik geçirdim zaten ondan sonrada doğumdan sonra da bayağı bir raporlar aldım kalp rahatsızlığımda olduğu için raporlar falan kullandım yani bayağı bir izin kullandım. Heyet raporu kullandım hep, doğumdan sonrada ailevi sorunlarımız oldu işe gelemedim 1 seneden sonra hem çocuğu küçük bırakamadım hem de psikolojik olarak hazır hissetmedim için raporlar aldım kalp rahatsızlığımdan dolayı.

K-4: Doğum öncesinde ben 2 ay önceden bıraktım. 3 ay sonradan aldım, 1ay da mecburen raporlarla falan tamamladım, 4. aya kadar baktım. 5. ayında kayınvalidem baktı. 9. aydan sonrada bakıcıya bıraktım.

Annelere göre ” yasal doğum izni süreleri yeterli mi?” sorusuna hiçbir anneden “evet yeterli“ cevabı alınamamıştır. Çünkü anneler çocuğuna 6 ay sadece anne sütü vermesi gerektiğinin ve 2 yaşına kadar emzirmesi gerektiğinin farkındadır. Tabi ki bu farkındalık annenin sosyo- ekonomik durumu, eğitim seviyesi, çalışan bir kadın olmasıyla da alakalı bir durumdur. Bu sorunun cevabını anneler şu şekilde ifade etmişlerdir:

K-5: Kesinlikle yetersiz, çünkü en az 2 yaş deniyor ki ama yapılan araştırmalar 2 yaşında ilerisinde emzirmeyi öneriyorken bize verilen izin benim Nisan 12’de bitmişti. Ben eylüle kadar iznim kullandığım halde yine bana yetersiz geldi.

Mevcut yasal düzenlemeyle doğum izni süresinin az olduğunu düşünen anneler için doğum izni süresi ne kadar olmalıdır sorusunun cevabı anneden anneye değişmekle birlikte genel olarak en az 6 ay (bebek ek gıdaya başlayana kadar) olmasının gerektiği ifade edilmiştir. Bu ifadeler şu şekildedir:

K-4: Doğum izni ve emzirme izni ikisi birlikte değerlendirilmeli ve dediğim gibi 2 yıl boyunca bebeği annesi büyütmeli hem emzirip hem büyütmeli.

K-5: O da kesinlikle yetersiz, bebeğin anneye en muhtaç olduğu zamanda mecbur anneyi işe yönlendirme oluyor, tabi ki ücretsiz izne yönlendiriliyor ama tabi ki

şartlardan kaynaklı maddi imkansızlıklardan kaynaklı bunu kullanamadığımız içinde devletin bize verdiği bu sürecin yetersiz olduğunu düşünüyorum.

K-9: Doğum izni çok az. 8 hafta öncesi var, ayrıldın diyelim sağlık problemlerinden 8 haftalık bebeği bırakıp çalışmaya başlıyorsun. Ne ücretsiz izin alabiliyorsun ne rapor alabiliyorsun. Sınıf öğretmeni bir arkadaşım var o da başladı, bebeği henüz 2 aylık. Çok çok yetersiz bizim ülkede, 2 sene en az ücretli izin olmalı bir de Almanya'daki gibi.

K-14: Doğum izni son 3 hafta zorunlu olarak ayrılıyor güzel bir vakit erken doğum riski de göz önüne alınarak ama doğum sonrası biraz daha özellikle ücretli kısım hem annenin psikolojisi açısından hem annenin gelişimi açısından çok kıymetli. Bizden artık geçti ama bizden sonra gelecek çalışan anneler için çok büyük desteği olacaktır.

Sonuç olarak yasal doğum izniyle ilgili çalışan annelerin genel görüşü doğum izni süresinin yetersiz olmasıdır. Yetersiz doğum izni süresi sonunda işe başlayan anne artık ‘‘çalışan ve emziren anne’’ olmuştur. Çalışmaya başlayınca bebeğini emzirmekten vazgeçmeyen anne bakıcıya bıraktığı bebeğini gün içinde ne kadar zaman aralıklarıyla ve ne kadar süre emzirebilir? Anne için zorluklar devam etmektedir. İş yaşamındaki sıkıntı, stres, yorgunluk ve sorumluluklarının yanında aklında hep bebeği vardır. ‘ Acaba acıktı mı? , beni özledi mi? , acaba ağlıyor mu? , emzirme izni süremde çok hızlı olmalıyım’ gibi sorular ve düşüncelerle hem verimli çalışmamakta hem de bebeğinin yanında olamamaktadır. Bunun yanında çalışan ve emziren anneler yasal izin olarak verilen emzirme süresinde zamanla da yarışmaktadır. 3 saat ya da 1,5 saat verilen emzirme süresinde anne evine gidip bebeğini emzirip tekrar işinin başına dönmelidir. Bu sürenin birazı yolda geçecektir ama anne kararlı bir şekilde bebeği için bunu başarır fakat yorgunluktan sütünün azaldığının da farkındadır. Çalışan ve emziren anneler yasal emzirme izni sürecinde yaşadıklarını şöyle ifade etmişlerdir:

K-1: Kullanamıyorsun ki çünkü yani 50 km bir okula gidip geliyorsun. Süt izni denilen mevzu günde şu kadar saat denilmiş. günde şahsi olarak bir araç günde sadece bir aracın

geldiği ve seni onunla gelebileceğin bir yerde çalışıyorsan o süt izni bilmem ne izniler yalan oluyor tabi ki onlar bana hiç realite gelmiyor.

K-7: Bence doğum izini yeterli değil, yasal emzirme süresi bence 3 saatten fazla olabilirdi biz küçük yerde yasıyoruz büyük şehirde yaşayanları düşünüyorum kendimi düşünmekten ziyade İstanbul' da yaşayanlar için çok zor biraz daha fazla olabilirdi süresi en azından gidiş gelişleri dahil edebilirdi.

K-4: Kesinlikle yeterli değil ikinci izinim fazla olsaydı belki de bebeğim hala emzirecekti zaten kısa süre yetişemiyorum diye birde dış sorunu çıktı diye bırakmak zorunda kaldık.

K-11: 1,5 saat veriyorlar zaten buradan çıktın eve gittin 1 saatin yarısı doluyor hiç bir şey anlamıyorsun bence 1 yıl boyunca 3 saat olması lazım komple.

K-14: İlk 6 ay 3 saat, ikinci 6 ay 1,5 saat bizim öğretmenlik mesleği açısından bakarsan ilk 6 ay yeterli olabilir ama ikinci 6 ay değil bunu belki de 1 yıla kadar uzatılabilirlerse ilk 3 saatin daha sonrasında daha kısa olması daha mantıklı olur gibi geliyor bana. Çocuk her ne kadar ek gıdaya başlasa dahi 1 yaşına kadar ana besin ögesi anne sütü 1 yaşından sonra ek gıdaya daha ağırlık veriliyor.

Çalışan ve emziren annenin en önemli sorunlarından biri olan yasal doğum ve emzirme izni süreleri belirlenirken annelerin isteği; daha gerçekçi, problemi çözebilen, ihtiyaçları karşılayan, eşit izin süreleri verilerek anne ve bebeğin birlikte geçireceği zamanın arttırılmasıdır. Çalışan ve emziren annelerin yasal doğum ve emzirme izni ile ilgili önerilerini şöyle ifade etmişlerdir:

K-1: Ne önerebilirim dediğim gibi şartlar ve durumlar daha gerçekçi olmalı sadece yapılmış olmak için kağıt üzerinde hazırlanmış yönergelerle hareket edileceğine fiziksel ihtiyaçları daha çok karşılayan bir işin gerçekten içinden olan insanların bu durumu yaşamış insanların düşünceleriyle yeniden zamanlama planlanmalı bunu isterim.

İşyerlerinde Sağım ve Emzirme Odası Gereksinimi

Bu bölümde, çalışan ve emziren annelerin işyerlerindeki emzirme ve sağım odası imkanlarından ne kadar faydalandığı ve yeterlilik durumu ile ilgili sorulara verdikleri yanıtlar doğrultusunda elde edilen bulgular ve bu bulgular doğrultusunda yapılan yorumlara yer verilmiştir.

Çalışan ve emziren anne için işyerinde hijyenik bir emzirme yada süt sağım odasının bulunması çok gereklidir. Anne bu odada bebeğini rahatça emzirebilir ya da sağım yapacaksa rahatça sağım yapabilirse hem annenin sütünde azalma olmaz hem de bebek için sürdürülebilir bir emzirme süreci olur. Annelerin büyük çoğunluğu emzirme odasının ya da sağım odasının olmamasından yakınmakta ve şu ifadeleri kullanmaktadır:

K-12: Annelere göre işyerlerinde emzirme odası gibi sağma için saklama yerleri olabilir öyle ortamımız yok.

Bebek Bakımında Babaların Verdiği Destek

Bu bölümde, çalışan ve emziren annelerin eşlerinin bebek bakımında ne kadar destek verdiği ile ilgili sorulara verdikleri yanıtlar doğrultusunda elde edilen bulgular ve bu bulgular doğrultusunda yapılan yorumlara yer verilmiştir.

Annelerin emzirme dönemlerindeki en büyük yardımcıları eşleri yani babalardır. Bütün gece sürekli uyanan ve ağlayan bir bebeği uyutmak için anneye yardımcı olan bir eş annenin de uyuma süresini arttırır. Çalışan ve emziren bir anne için babanın verdiği her türlü destek anne için çok önemlidir. Babanın yemek yapma, bulaşık yıkama, çamaşır yıkama, temizlik gibi ev işlerinde anneye yardımcı olması annenin yükünü daha da hafifletir. En önemlisi duygusallaşmış bir anneye onun yanında olduğunu ve yardıma hazır olduğunu gösteren bir baba, anneyi psikolojik olarak rahatlatır. Babaların büyük bir bölümünün eşlerine bu süreçte yardımcı oldukları annelerin şu ifadelerinden anlaşılmaktadır:

K-1: O olmasaydı ben herhalde tımarhaneye falan gitmiş olurum. O dönemde o da kendi işini tehlikeye atıp günde en azından 2 kere 3 kere eve geldi gitti ben doğum yaptıktan sonra, doğum iznindeyken kahvaltımı hazırladı, akşam yemeğimi yaptı. Ben sadece Deniz ile ilgilendim diyebilirim.

K-5: Evet sağ olsun her konuda yardımcı oluyor, uykusuz kaldığımız gecelerde bile destektir. Psikolojik olarak bana çok büyük destek oldu, ev işlerinde yardımcı oldu, bebek bakımında da yardımcı.

K-6: Kesinlikle, mesela biz 13 aylıkken gece emzirmelerini bıraktık. Gerçekten bence gece emzirmesini bıraktıktan sonra insan olduğumuzu hatırladık, tekrar o sürece geri döndük. 13 aylıkken doktor eşliğinde bıraktık 4 günde bıraktık gece emzirmelerini, gündüz emziriyorum 22 aylık hala daha emziriyorum, doktor eşliğinde gece emzirmelerini bıraktık o 4 gün eşim baktı oğluma gece gündüz.

K-7: Evet oluyor. Ya her şeyimi yapıyor diyebilirim. İlk doğum yaptığım zamanlar her yönüyle yani her şeyi yapıyordu, yemek yapıyordu, çamaşır asıyordu, yıkıyordu yani ne bileyim bana destek oluyordu, süpürge yapıyordu, çocuğumun gazını çıkarıyordu her türlü her şeyi yaptı yani evde olduğu sürece izinli olduğu sürece her şeyi yaptı. İşten geldikten sonra mesela yemek yiyorsak biz mesela aramızda sen topla ben topla bile yoktur yani mesela ben yorgun hissediyorsam yani o yapıyor yani ben yapıyorum aramızda bunun lafı bile olmuyor yani.

Bazı anneler ise bu süreçte eşlerinden destek görmemektedir. Babaların iş yoğunluğu anneye destek konusunda eksiklikler yaratmaktadır. Bu konuda annelerin ifadeleri ise şu şekildedir:

K-9: Yani elinden geldiğince diyeyim artık aslında tam değil. Siyaset işiyle de uğraşıyor eşim o yüzden yoğun olduğu için hem siyaset hem muhasebeci, çok da fazla olmadı açıkçası.

Emziren Annelerin İşe Başlama Nedenleri

Bu bölümde, çalışan ve emziren annelerin yasal izin süreleri bittikten sonra işlerine başlama nedenleriyle ilgili sorulara verdikleri yanıtlar ışığında elde edilen bulgular ve bu bulgular doğrultusunda yapılan yorumlara yer verilmiştir.

Yasal izni biten anne için önünde iki yol bulunmaktadır. Ya ücretsiz izin alarak bebeğine bakmaya devam edecek ya da bebeğini bakıcıya ya da bir akrabasına bırakarak işine geri dönecektir. Bu yol ayrımındaki en büyük etken maddi sıkıntılardır. Çalışmazsa ücret alamayacak olan anne bebeğini bırakarak mecburen çalışma hayatına geri döner. Çünkü maaş alamazsa bebeğinin ve ailesinin ihtiyaçlarını karşılayamayacaktır. Bu süreçte çalışmaya başlamak zorunda olan annelerin ifadeleri ise şu şekildedir:

K-12: Maddi olarak evet maddi olarak çalışmam gerektiği için zaten çalışmaya başladım.

K-5: Mecburen evet oldu tabi ki, bu devirde mecburuz çalışmaya

K-14: Tabi ki su an ben mesela ev kredisi ödüyorum çalışmama gibi bir durum çalışır halde ayarlandığı için her şey ona göre borçların altına girdiğimiz için çalışmama gibi bir durum bizi fazlaca sarsacaktır hani çalışmak evet gerekiyor. Çünkü borçlarımız var.

K-4: Ya ben ücretsiz izne ayrılamazdım zaten ya çünkü tek maaşla geçinmek su dönemde çok zor yanı o yüzden çalışmak gerekiyor maddi yönden.

Çalışan ve Emziren Annenin Amirleriyle ve İş Arkadaşlarıyla Olan İlişkileri

Bu bölümde, çalışan ve emziren annelerin amirleriyle ve iş arkadaşlarıyla olan ilişkileri hakkında katılımcı görüşleri doğrultusunda elde edilen bulgular ve bu bulgular doğrultusunda yapılan yorumlara yer verilmiştir.

Doğumdan önce ve sonra belli bir süre izin kullanan anne artık işe başlamıştır. Fakat işyerindeki durumu bebeği olmadan önceki gibi değildir. Emzirmesi gereken bir bebeği vardır. Emzirme izni süresinde bebeğini emzirmeli aynı zamanda işyerindeki sorumluluklarını

da yerine getirmelidir. Emzirme konusunda anne ve idareci arasındaki en önemli sorunlardan birisi emzirme zamanının ne zaman olacağına karar verilmesidir. İdareci işyerinde işlerin yürümesini istemesinden dolayı kendi belirlediği zamanlarda anneye emzirme izni vermek ister, annede bunu reddedebilir. Yasalar annenin seçeceği zamanlarda anne emzirme izni kullanır dese de pratikte bu uygulanamayabilir ya da uygulansa da anne ile idareci arasında sıkıntılar doğurabilir. Yasal emzirme izni kullanmayla ilgili anne görüşleri ise şu şekilde ifade edilmiştir:

K-5: Yani idarecilerin elinde olan bir şey yok, şartlardan kaynaklı maddi imkansızlıklardan kaynaklı bunu kullanamadığımız içinde devletin bize verdiği bu sürecin yetersiz yönetmelikten kaynaklı olumsuzluklar, onların da elinden gelen bir şey yok, mecbur onu uyguluyorlar.

K-7: Okulda ilk başta program çok sıkıntılıydı. Yapamadılar hanı şöyle ben öğleye kadar ders istiyordum. Bir de sınıf öğretmeni olunca biraz sıkıntı oldu ama söyle şu an düzene girdi artık. Şu an memnunum hanı okul idaresi kesinlikle şey olması lazım emzirme saatlerini çok iyi ayarlamalı öğretmenin istediği gibi ya da çalışan annenin istediği gibi olması gerekiyor.

K-4: Süt izni ile ilgili ilk başta sıkıntım oldu ama o sorunu hallettim itirazlar oldu önce zorunluluklar hatırlatılınca ve ısrar edince bir şey diyemediler.

Emziren annenin iş hayatına geri dönüp çalışmaya başladığında idareci ile olan ilişkileri bazı durumlarda annenin istediği yönde ilerlemektedir. Personelinin bir bebek büyüttüğünün farkında olan idareci anneye emzirme izni zamanının seçiminde ve birçok özel problemlerinde yardımcı olmaya çalışmaktadır. Annelerin bu konuyla ilgili ifadeleri ise şu şekildedir:

K-10: Anlayışlılardı bu konuda hiç sıkıntı yaşamadım gerçekten.

K-11: Hiç değişmedi yani şöyle söyleyeyim olumsuz anlamda değişmedi ama herhangi bir çocuğumla alakalı sıkıntım veya sorunum olduğu zaman çok anlayışlı bir müdürüm olduğu için sıkıntı yaşamıyorum.

K-13: Çok tolere ediyorlar birçok sorunu, çok yanımda oldular, benim istediğim bazı özel durumlarda bunlardan biri ders programı mesela çok rahat bir şekilde hani anlaştık, uyum sağladık yani.

K-14: Amirlerimin bana karşı tutumu çok güzeldi çünkü süt iznine göre bir ders programı yapıldı, geçen dönem yarım gün çalıştım yarım gün evdeydim çok daha rahattı bu konuda şu ana kadar bir sıkıntı yaşamadım.

Uzun süre çalışmayıp işine geri dönen emziren anne için evde eşlerinin desteği ne kadar önemli ise iş ortamında da iş arkadaşlarının desteği o kadar önemlidir. Annenin işlerini yetiştiremezse ya da işiyle ilgili herhangi bir olumsuzlukta yanında arkadaşlarının varlığını hissetmesi anneyi psikolojik açıdan rahatlatır. Bu durumu yaşamış empati kurabilen iş arkadaşları anneye yardım konusunda diğerlerine göre daha öndedir. Bu annelerin şu ifadelerinden anlaşılmaktadır:

K-1: Yaşayanlar destek veriyor, her türlü ihtiyacında işte şey şunu şöyle yapalım şunu böyle yapalım o süt sağma mevzusunda bile birinin kapıda seni bekliyor olması bile bazı ortamlarda ama yaşamayanların çok da umurunda olmuyor tabi.

K-10: Değişmedi, onlarda anlayışlı, öğrencilerim durumu anlamadığı için idrak edemiyorlar velilerimde çoğu anlayışla karşılamaya çalıştı.

İzinleri bitip işine geri dönen emziren anne iş arkadaşlarının emzirme konusunda onu anlayamamasından dolayı üzüntüye kapılıp morali bozulabilmektedir. Arkadaşlarının değiştiğini, eski günlerdeki güzel ve sıcak çalışma ortamının olmadığını düşünebilmektedir. Buna yönelik örnek çalışan ve emziren anne ifadeleri şu şekildedir:

K-3: İş arkadaşlarım; ‘ bizim zamanımızda süt izni diye bir şey yoktu, siz yine halinize şükredin’ şeklindeki yorumları yani yaşlıların iş arkadaşlarımın çok moralimi bozdu. Hani kadın hakları diye ortalıkta geziyoruz ama kadının haklarına gelince işin rengi değişiyor. Öğle arası gittiğim için öğrencilerim anlamadılar işim aksamadı olumsuz olarak tek etkilenen ben oldum.

K-2: Yani hepsi de aşağı yukarı değişmişler o ortamdan kopunca artık o eski sıcaklığı eski ortamı bulamadım. Mesela emzirme şeylerinde müdüre şey dedim “en azından perde taktırsanız sütümü sağarım” dedim, o “olmaz” falan dedi, ‘git yukarda depo gibi çatı katı var orda yapabilirsin” dedi. Ben orda çalışmıyorum ki gidip orda hırsız gibi, ben oraya emzirme için gidemem ki doğal bir süreç bu yani bir perde taktırsa olabilirdi mama saatinde çocuk böylece anne sütü alabilirdi.

Bazı emziren anneler içinde emzirme konusunda iş arkadaşlarının desteğini alamadığı gibi bu konuyla ilgili sorunlar da yaşayabilirler. Bu konuyla ilgili örnek öğretmen ifadesi ise şu şekildedir:

K-4: İş arkadaşlarım sorun çıkardı hatta bu yüzden başka okula gönderildiler beni bu yüzden şikayet etmişler bende onları şikayet ettim müfettişler geldi falan şimdi başka okuldalar, bekar öğretmenler bu durumu basit görüyorlar ve aynı servisle gidemediğim için sorun çıkarttılar, sonuçta benim emzirme iznim var ve bebeğimi emzirmem kadar doğal bir şey yok yani zor bir süreci ama bu sorunu halletmek zamanımı aldı.

Çalışan ve Emziren Annenin Psikolojik Durumu

Bu bölümde, çalışan ve emziren annelerin çalışma sürecindeki psikolojik durumları hakkındaki görüşleri doğrultusunda elde edilen bulgular ve bu bulgular doğrultusunda yapılan yorumlara yer verilmiştir.

Emziren ve çalışan anneler için çalışırken aşılması en zor durum annenin kötüye giden psikolojisi, sürekli bebeğini düşünmeden kendini alamaması ve aklındaki sorulardır. Anne

bazen bebeğinin yanında olamadığı için kendini suçlu hissedebilir. Bazen de bebeğinin ona ihtiyacı olduğunu bile bile yanında ayrıldığı için vicdanı rahat değildir. Anne çalışırken bir an önce zamanın geçmesini ve bebeğine kavuşmayı ister. Annenin çalışma sürecindeki psikolojik durumunu bazı anneler şu şekilde ifade etmiştir:

K-3: Sanki işimde değil de bebeğimin yanında olmam gerektiğini hissediyorum, emzirip ayrılırken böyle vicdan hani onu niye bırakıyorum sorgulamasını çok yaşadım içimde.

K-10: Onun ihtiyacı olduğunda emziremediğimden dolayı kendimi çok suçlu hissettim yeri geldi istifa etmeyi düşündüm emzirmedeği için.

K-2: Yani bebeğine bir an önce gitmek istiyorsun aklının bir köşesi hep onda oluyor sana ihtiyacı olduğunu sürekli düşünüyorsun.

K-1: İlk baslarda zorlanıyorsun da aklın hep evde kalıyor çocuk aç kalıyor gibi oluyor çocukla anneyi koparmışlar gibi hissediyorsun da ondan sonra da süreçle alışyorsun ilk baslarda tabi stresli oluyorsun ben nasıl yapacağım diyorsun.

Çalışmak zorunda olan ve bebeğinden ayrılıp işe başlayan annenin aklındaki sorular hiç bitmemektedir. “Acaba bebeğimin bana ihtiyacı var mı? , acaba bebeğim şimdi ne yapıyor? “ sorularına bir de “Acaba emzirmedeğim için sütüm azalır mı? ”sorusu ekleniyor. Bir katılımcı bu sorunun cevabını şöyle anlatıyor:

K-4: Sütün yetmeyeceğini düşündüm ilk zamanlar hatta azalacağımı düşünüp çantamda badem ceviz fındık hep taşıdım hocalarda hep şey diyordu sütün vardır ama yine de onu besleyici şeyler ye falan diyorlardı devamlı çantamda yani devamlı bir şeyler bulunduruyordum üzüliyordum kızımın sütü azalacak, çalışma döneminde emziremiyorsun.

Eviyle işyeri arası uzak olan çalışan ve emziren anneler sütlerini sağarak ve muhafaza ederek iş bitiminde bebeklerine verme yoluna da gidebilmektedirler. Fakat bu

durumda da yıpranan, yorulan, strese giren ve psikolojileri bozulmuş olan yine emziren ve çalışan annelerin kendileri olmaktadır. Annelerin bu konuyla ilgili ifadeleri ise Şe Şekildedir:

K-8: Şöyle diyeyim, ilk günler sağdım sütünümü ve çok kötü hissettim sütünümü sağarken hani neden sağmak zorundayım ki hani neden emziremiyorum hani böyle ağlamaklı oldum. Çok farklıydı sütünü sağıyor olmak. Orda çok kötü olduğumu hatırlıyorum hatta sonrasında sağmayı bıraktım kendimi o kadar kötü hissedince.

K-5: Kötü bir durum. Çocuğumun reflüsü var, düzenli olarak gün içerisinde emzirmem gerekiyor ama yapamıyorum. Makine ile sağım yapamıyorum dolayısıyla eve yeteri kadar sütün bırakamıyorum. Çocuğun bu aylık alacağı belki 100-120 cc sütün ama benim bırakabildiğim 40-50 cc oluyor o da çocuğa yetmiyor.

K-11: Ev uzakta olduğu için ben burada sürekli sağıyorum o konuda zorluk çekiyorum. Günde en az 2 kere sağım yapıyorum burada, sonra buzlarla eve götürüyorum.

İşyerinde sütünü sağan çalışan ve emziren anne sağım esnasında da tedirgindir. Sağım yaparken birilerinin onu görmesinden tedirgin olan anne, sağımı tam anlamıyla gerçekleştiremez. Hem ona verilen dinlenme aralarında dinlenememekte hem de yeterince sağım yapamamaktadır. Bu konuyla ilgili anne ifadesi ise Şu Şekildedir:

K-1: Şöyle bir noktada kötü etkilendim. Çünkü okulda emziremiyorsun. Sağmak zorundasın sütünü ve olup olmadık yerlerde iki memeni de çıkartıyorsun. Makineleri takıyorsun, camdan, pencereden birileri var mı diye bakıyorsun, kapı açılır mı diye düşünüyorsun. Zaten dinlenmen için olan çok kısa bir süreyi sütünü sağmak için harcıyorsun. Sonrasında da ne tam olarak emzirebilmiş, ne tam olarak besleyebilmiş oluyorsun. Böyle yarım yamalak bir süreç.

İşyerleriyle evleri yakın olan çalışan ve emziren anneler evlerine gelir bebeklerini emzirir tekrar işyerlerine geri dönebilirler. Çalışan ve emziren anneler içinde emzirme

konusunda en rahat olan bu imkanlara sahip olan anneler dahi bazen sıkıntılı süreçlerden geçebilir. Bir katılımcı bu konuyla ilgili şöyle bir ifade kullanmıştır:

K-12: Emzirme açısından zorlanmıyorum çalışarak uygun saatlerde bana izin verildiği sürece emzirmekte hiç sorun yaşamıyorum ama uygun saatler olmadığı sürece yani çocuğun uyku saatlerine göre ayarlayamazsam ben o zaman geldiğimde uyuyor oluyor mesela o zaman hiçbir anlamı kalmıyor. Yani çocuğun uyanık olduğu saate getirmek gerekiyor hatta müdürle biz bu konuda tartışma yaşadık. O zaman o saatte çocuğunu uyandır emzir diyordu. Benim de o saatte uyandırırım ondan sonra çocuk durmuyor, yani anneler bilir bunu, o saatten sonra çocuk durmuyor zaten sürekli bu sefer emmek istiyor. O saatte bakıcı veya kayınvalidem varsa ya da aileden bir yakınım varsa o saatte zorlanıyor zaten çocuk durmuyor bu sefer anneyi arıyor, o bakımdan zor oluyor.

Çalışan ve emziren bir anne için en önemli psikolojik destek, yalnız olmadığını bilmesidir. Anneyi destekleyen eşi, ailesi, akrabaları, arkadaşları olabilir. Bu desteğe sahip olmayan annenin psikolojik durumu gerçekten kötüdür. Hiç kimseden bu konuyla ilgili destek alamayan annenin ifadeleri ise şu şekildedir:

K-7: Çünkü ben yalnız bir anneyim kimse yok hiç bir aile yakın yok arkadaş olarak da çok az var. Onlara da hadi bugün gelin yarın gelin gibi her zaman olmuyor yani o yüzden çok etkiledi bu da bazen bebeğe yansıdı ister istemez yansıdı, çünkü elimden gelen fazla bir şey olmadı.

Çalışan ve Emziren Annenin Aile Hayatı

Bu bölümde, çalışan ve emziren annelerin çalışma sürecinde aile hayatlarının durumu hakkındaki görüşleri doğrultusunda elde edilen bulgular ve bu bulgular doğrultusunda yapılan yorumlara yer verilmiştir.

Ailesine yeni bir üye eklenen çalışan ve emziren anne içinde eşi içinde aile hayatı eskisi gibi olmayacaktır. Anne ve baba birbirlerine daha az zaman ayıracak, bebekleriyle daha

çok zaman geçireceklerdir. Aile içi yapılan plan ve programların büyük kısmında bebeğin durumu ön planda olacaktır. Bu konuyla ilgili anne görüşleri ise şu şekildedir:

K-4: Dediğim gibi önceden daha rahatken şimdi öncelikler değişiyor kızım geliyor onu düşünerek hareket ediyoruz, düzen oluşturmak için uğraşıyoruz.

K-11: Öyle şey ailemizde eşimizle çok fazla vakit geçiremiyoruz çoluk çocuk oluyor ön planda.

K-13: Evet çok kaliteli zaman geçiremiyoruz eşimle, daha çok bebeğin etrafında geçiyor her şey.

Geceleri uyku problemi çeken ve sürekli uyanan bir bebeğe sahip anneler geceyi bebeklerinin yanında geçirmek zorunda kaldıklarından, eşlerinin yanında olamadıklarından aile hayatları olumsuz etkilenebiliyor. Bu konuyla ilgili bir anne ifadesi ise şu şekildedir:

K-1: Vereceğim cevaplar müstehcen olabilir, tabi zorlaştırıyor emzirmek durumu, çünkü ben daha 2 hafta öncesine kadar gecede en azından 6 kere kalkıyordum yani, saatte bir 40 dakikada bir uyku problemi vardı. Doğal olarak şimdi eşinin yanında bir geceyi geçiremeyen bir kadın oluyorsun anneliğin dışında aile hayatını birazcık kötü etkiliyor.

Çalışan ve emziren anne için aile hayatındaki en büyük sorun olabilecek kısım babaların yani eşlerin anneye yeterince yardım etmemeleridir. Bu durumda annelerin omuzlarına iki kat yük binmekte, anne yorgun düşmekte ve aile içi tartışmalar kaçınılmaz olmaktadır. Bu konudaki katılımcı görüşleri şu şekildedir:

K-8: Eğer yardımcı olmayan bir eşiniz varsa sıkıntı hakikaten zor oluyor, mesela eşim çok yoğun olduğu geç geldiği veya şehir dışında çalıştığı süreçlerde zorlanıyor insan ister istemez. Çünkü çocuğun emmesi gerekiyor ilgilenilmesi gerekiyor sizin başka yapacak işleriniz var, bu süreçte ailem hiç yalnız bırakmamaya çalıştı beni. Çok da yalnız kalmadım ama hem çalışıp hem emzirmek her zaman kolay olmuyor gerçekten.

K-9: Ben hep yorgunum, bu yorgunluğa bağlı tabi ister istemez sitemde bulunuyorum, tartışmalar oluyor bu yüzden.

Çalışan ve emziren anne için doğumdan sonra ki ilk 6 aylık süreç daha sancılıdır. Bebeği sadece anne sütü ile beslediği için sürekli emzirmek zorundadır. Geceleri acıkan ve sürekli uyanan bebeklerini emzirmek için uykuları bölünen anne daha kolay olması açısından bebeğinin yanında uyumak zorunda kalır ve eşiyile birlikte uyuyamaz. Buna yönelik anne ifadeleri ise şu şekildedir:

K-6: Aile hayatımı nasıl etkiledi, benim aile hayatımı sadece geceleri etkilemişti. Yani gece emzirmek beni gerçekten çok zorlamaya başlamıştı. Yani ağladığımı biliyorum, gece kalkıp ağladığımı biliyorum artık sınırdan böyle çocuğumu da olumsuz etkilemeye başlamıştım, çünkü sinirlenen bir anne var ama 15 dakikada uyanan bir bebek var. Yani dediğim gibi ne zaman gece emzirmelerini bıraktık biz evet rahatladık, her şey bitti yani orda.

K-2: Aile hayatında şöyle ki; nasıl söyleyeyim, geceye kadar aslında sıkıntı yok. Gece bebek yanında yatınca ister istemez eşinden ayrı kalıyorsun o başka bir yerde sen başka bir yerde, bu sonra bir alışkanlık oluyor ondan kopamıyorsun gece uykularında ilk 6 ay çok sıkıntı yaşadım ben ondan sonra gece maşallah güzel uyudu sıkıntı olmadı.

Çalışan ve Emziren Annenin Sosyal Hayatı

Bu bölümde, çalışan ve emziren annelerin çalışma sürecinde sosyal hayatlarının durumu hakkındaki görüşleri doğrultusunda elde edilen bulgular ve bu bulgular doğrultusunda yapılan yorumlara yer verilmiştir.

Haftanın büyük bir kısmında gündüzleri işinde çalışan, işten sonraki zamanlarında bebeğinin bakım ve beslenmesi, ev işleri ile zamanını geçiren anne yorulmuştur ya da uykusuzdur. Kendine ayıracak zamanı kalmamıştır. Bu sebepten sosyal hayatı kalmayan anneler bunu şu şekilde ifade etmişlerdir:

K-13: Tabi yani artık kararlarımızı bebeğe göre alıyoruz, hiç dışarı çıkamıyoruz haftada bir belki.

K-10: O tabi çocuk olduğu için sosyal hayat olmuyor, sürekli çocuk.

K-8: Yüzde yüz sıfırladı, ne diyeyim hiç bir aktivitemi, hiç bir hobimi gerçekleştiremedim.

K-7: Sıfır sosyal hayat. Hiç bir şey yok yani sadece yaptığım kendime kahve herhalde onun haricinde hiç bir şey yok.

Tüm bu yoğun iş temposu ve bebeğiyle ilgilenmeye çalışan anne için, bebeğiyle dışarda zaman geçirmek bazı durumlarda zorlaşmaktadır. Bebeğinin ne zaman acıkacağını ya da emmek isteyeceğini bilemeyen anne, dışarıda örtü altından emzirdiğinde tedirgin olabilir. Emzirirken insanların ona bakmasından utanabilir ve dışarıda emziremediğinden çok fazla dışarı çıkmak istemez. Bu da annenin sosyal hayatını olumsuz etkileyebilir. Tam tersi durumda da; eğer anne dışarıda ya da herhangi bir yerde örtü altı emzirme durumunu aşmış ve bu duruma alışmış olabilir. Bu durum annenin sosyal hayatını pozitif yönde etkilemektedir. Bu konuyla ilgili iki annenin ifadeleri şu şekildedir:

K-11: Sosyal hayat mı, şöyle ben çok rahat dışarıda emzirebilen bir anne değilim. Bu durum hem benden hem çevreden kaynaklandığını düşünüyorum, bir sıkıntı oluverecek biri bir şey diyecek diye tedirginlik hissettiğim için, böyle çok fazla insan olan yerde ya da böyle çok fazla örtüyle falan emzirme taraftarı değilim ben böyle kapalı yerlerde olmaya çalışıyorum. 2. ben su an rahatım dediğim gibi şu an oyuna döndü bizimkisi emzirmenin son süreci ama eskiden!

K-2: Muğla'ya mal olmuş memelerim var artık. Bunun zamanı belirli bir kriteri yok, dur şurada emzirilir, şurada emzirilmez gibi bir durum yok bebek nerde ağladı, nerde bunu istediye ya da nerde acıktıysa o an neredeysem ve hayattan kopmak istemiyorsam her yerde bunu yapmak zorunda kalıyorsun. Sosyal hayatında birazcık daha boş vermiş

biraz daha utanmayan bir insan olamazsan çok zor oluyor durum, bunu başarırsan aman bana ne deyip daha kolay bir hale getirebiliyorsun.

Her çalışan ve emziren annenin sosyal hayatı tükenmemiştir. Hayatını bebeğine göre yönlendiren anne, bugün arkadaşlarıyla ya da dostlarıyla birlikte bir plan, program yaparken, yarın için yapamamaktadır. Bebeği olmadan önceki kadar sosyal bir insan olamasa da ara sıra sosyalleşmenin onu rahatlattığını düşünmektedir. Bu konudaki katılımcı görüşleri ise şöyledir:

K-12: Tabi ki kendimle alakalı bir durum sosyal hayatı seviyorsan gezmeyi seviyorsan, bir şekilde çocuk dursa da durmasa da gidiyorsun yapıyorsun. Ama tabi ki bir yere giderken çıkarken 10 kez düşünüyorsun artık yani çıksam mı gitsem mi diye düşünüyorsun eskisi gibi olmuyor.

K-5: Daha önceden eşimin dışarıya çıktığı akşamlarda bende kız arkadaşlarımla eğlenceli, yemekli dışarıya çıkıyordum şimdi biraz daha bu konuda daha pasif kaldığımı düşünüyorum. Tabi ki tamamen asosyalleşmedim çünkü hem çalışıyorsun hem bir mücadelenin içindesin eve gidiyorsun, ev işi, çocuk işi, işe geliyorsun o yüzden çok asosyalleşmemeye çalışıyorum ama şöyle bir etkisi oldu. Her yere katılamıyorum ama en azından arada bir katılmaya çalışıyorum.

Annenin sosyal hayatını etkileyen diğer bir faktörde mevsimler ve hava durumudur. Çocuğunun kışın hasta olabileceğinden korkan anne, yazın daha fazla dışarı çıkarak daha sosyal bir insan olmaktadır. Bir annenin bu konudaki ifadesi ise şu şekildedir:

K-8: Yaz döneminde daha iyiydi, kış döneminde iyi olduğunu söyleyemem.

Çalışan ve Emziren Annenin Bebeğinin Durumu

Bu bölümde, çalışan ve emziren annelerin çalışma sürecinde bebeklerinde yaşanan değişiklikler hakkındaki görüşleri doğrultusunda elde edilen bulgular ve bu bulgular doğrultusunda yapılan yorumlara yer verilmiştir.

Anne doğum yaptıktan sonra çalıştığı işine geri dönene kadar uzun bir süre bebeğinin yanında kalmıştır. Anne bebeğini bir bakıcıya ya da bir akrabasına bırakıp çalışmaya başladığında, bebeğine bir korku hakim olur. Bu annelerin şe ifadelerinden anlaşılmaktadır:

K-1: Her gün beni uğurluyorlar, ilk başlarda oyun gibiydi ama şu an her şeyin farkında. Sabahları ben çıkarken ağla, akşamları ben geldiğimde de sanki yeniden gidecekmişim gibi bütün bir akşam uyuyana kadar benim kucağında ve bacağımda duruyor. Çocukta gideceğim korkusu oluştu.

K-11: İlk başlarda zorlandı ama şu an kabullendi. Kabullense de var yani etkileri çocukta anneyi yanında istiyor.

K-13: Çok ağladı. Benim evde olmadığımı fark ediyor onu bırakacağını zannediyor, gelmeyeceğimi zannediyor. Bakıcıya bırakmaya başladığımdan beri anne bırakıp gidecek korkusu başladı.

Annesini yanında göremeyen ve korkan, çalışan ve emziren annenin bebeğinin uyku düzeni bozulabilir, hırçınlaşabilir, hareketleri değişebilir ve ağlayabilir. Çünkü bebek alıştığı, annesinin yanında olduğu eski düzenine geri dönmek ister. Annelerin bu konuyla ilgili ifadeleri şöyledir:

K-3: Bebeği de olumsuz etkiledi. Niye anne yanımda değil şeklinde hal ve hareketlerinde değişmeler oldu tabi bir de bakıcıya bırakılma durumu etkiledi tabi.

K-5: Olumsuz, ilk zamanlarda olumsuzdu, hırçınlaştı, uyku düzeni çok bozuldu, Şu an bir de bakıcı değişimi yaşıyoruz. O olaydan dolayı da tekrar bir olumsuzluk yaşıyoruz, olumsuz etkiledi yani.

Emzirme bebeğın beslenmesi için önemli olduğu kadar anne ve bebeğın arasındaki bağı kuvvetlendirmektedir. Çalışan ve emziren anne çalışmaya başladığında bebeğini ne kadar özleyorsa bebeği de annesini o kadar özlemektedir. Bebek emerken kendini güvende

hissetmekte, bir süre sonra emmek bebek için beslenmek değil, anneye yakınlaşma, mutlu olma aracı olmaktadır. Bu konuyu anneler şöyle ifade etmektedir:

K-4: Bebeği şöyle etkiledi, bana daha çok düşkün oldu yani çalışmasaydım sadece evde olsaydım belki bu kadar şey olmayacaktı ama mesela şimdi büyüdü anladı, her şeyin farkında beni gördüğü zaman kesinlikle üstümden inmek istemiyor. Yani açlık veya tokluk meselesinde değil artık olay emme artık, onun için eğlence aracı farklı bir şey, özlem kokuyor şimdi öğlenleri bir gidiyorum emdiği maksimumu 30 saniye, o oynama süreci kucakta olma süreci daha farklı geliyor çocuğa.

K-7: Ya şöyle; ben öğlen gittiğim zaman beni çok özlemiş oluyor, gittiğim zaman çok mutlu oluyor, o mutluluğunu hanı sarılıyor, duruyor duruyor bir daha sarılıyor, sarılıyor tekrar böyle sırtımdan böyle kavırıyor. Artık kimseyi görmüyor öğleden sonra benden başka illa beni istiyor koklayacak işte, ne bileyim dokunacak onu istiyor yanı.

K-8: Onu etkiliyordur muhakkak, olumsuz etkilediğini düşünüyorum başlarda. Çünkü halen çocuk emme diyor, o kelimeyi kullanıyor, hiçbir şekilde ben bu kelimeyi kullanmama rağmen bu kelimeyi kullanıyor. İstiyor yani istediğini de belirtiyor, onun için olumsuz olduğunu düşünüyorum, çünkü sürekli yani emmeyi isteyen bir çocuk her istediğinde de veren birisiyim bende öyle olunca uzakta kalınca da olumsuz etkiliyor onu ayrı kalmak.

Çalışan ve emziren bir annenin bebeği için en kötü durum, anne çalışmaya başladıktan sonra bebeğin emmeyi bırakması, mama ya da ek gıdaya yönelmesidir. 2 sene boyunca emmesi tavsiye edilen bebek anne çalışmaya başladığı ve yanında olmadığı için emmeyi bırakabilir. Bir annenin bu konuyla ilgili ifadesi ise şu şekildedir:

K-12: Memeyi bıraktık artık emmiyor sürekli gözünün önünde olsam koklasa belki de emerdi.

Bölüm 5: Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Çalışan ve emziren annelerin annelik ve iş deneyimlerinin incelendiği bu araştırmanın bu bölümünde elde edilen bulgular doğrultusunda ulaşılan sonuçlara yer verilmiş ve bu sonuçların literatürle uyumu tartışılmıştır.

Sonuç ve Tartışma

Bu çalışma çalışan ve emziren annelerin annelik ve iş deneyimlerini değerlendirmeyi amaçlayan nitel bir çalışma örneğidir. Annelerin yaşadığı süreci değerlendirmek için iki aşamada veriler toplanmış, birinci aşamada katılımcılarla yarı yapılandırılmış görüşmeler yapılmıştır. Araştırmanın ikinci aşamasında 8 çalışan ve emziren anne ile odak görüşme gerçekleştirilmiştir. Bu veri toplama sürecine yön veren temel problemler annenin bebeğini emziremediği ya da daha az emzirmek zorunda kaldığı noktada başlamıştır. Elde edilen bulgular doğrultusunda ulaşılan sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

1- Araştırmada çalışan ve emziren annelere anne sütü ve emzirmenin önemi ile ilgili sorular sorulmuştur. Çalışan ve emziren anneler, emzirmenin ve anne sütünün vazgeçilemez bir besin kaynağı olduğunu, bebeğinin zihinsel, psikolojik ve fiziksel büyümesi için ilk 6 ay anne sütünden başka besin tercih etmek istemediklerini ve bebek 2 yaşına gelene kadar emzirmek istediklerini belirtmişlerdir.

Anne sütü ve emzirme ile ilgili literatüre baktığımızda, Samur (2008) ' a göre anne sütünde bebeğin yaşamına devam etmesi için tüm besin kaynakları mevcuttur ve bebek ilk 6 ay sadece anne sütü almalıdır. Buna göre çalışma sonuçlarının literatürle uyum sağladığı görülmekte olup çalışan ve emziren annelerin anne sütü ve emzirmeyle ilgili yeterli bilgiye sahip oldukları anlaşılmaktadır.

2- Çalışan ve emziren annelere yasal doğum ve emzirme izinlerinin yeterliliğiyle ilgili sorular sorulmuştur. Çalışan ve emziren annelerin hepsi bu sürenin kısa olduğunu bu sebepten bebeklerini tavsiye edilen sürelerde emziremediklerini belirtmişlerdir. Doğum öncesi izin bir

kısmını doğum sonrasına aktarması, yasal izin süreleri biten annelerin rapor alma ya da ücretsiz izin alma istekleri çalışan annelerin bebeğiyle daha uzun vakit geçirmek ve tavsiye edilen sürelerde emzirmek istemelerinden olduğu belirlenmiştir. İşe erken başlayan anneler, bebeklerinin daha erken sürede hastalandığını belirtmekte ve sütlerinin yetersiz olduğundan ek gıda takviyesi vermek zorunda kaldıklarını belirtmişlerdir.

3- Çalışan ve emziren annelere emzirme sürecinde eşlerin verdiği desteğin emzirme sürecini nasıl etkilediği yönünde sorular sorulmuştur. Çalışan ve emziren annelere göre, babaların yani eşlerin verdiği psikolojik destek ve ev işlerindeki iş bölümü anneyi bu emzirme sürecinde rahatlatmaktadır. Dolayısıyla bu durum anne sütünün artmasını sağladığı gibi çalışma ortamında da anneyi rahatlattığı görülmektedir. Eğitim seviyesinin artmasıyla bilinçli babaların sayısının arttığı ve emzirmeyi pozitif yönde etkilediği görülmektedir.

Pisacane ve ark. (2005) 'a göre babaların emzirme konusundaki bilgilerinin yeterliliğiyle emzirme arasında mutlak bir bağ olduğunu ortaya koymuştur. Buna göre çalışma sonuçlarının literatürle uyum sağladığı görülmekte olup çalışan ve emziren annelerin eşlerinin verdiği desteğin emzirmeye pozitif etkilediği anlaşılmaktadır.

4- Çalışan ve emziren annelere emzirme sürecinde işyerinde ya da evi dışında da emzirmeye olanak tanıyan hijyenik emzirme odası ve sağım odalarının bulunması ve yeterlilik durumlarıyla ilgili sorular sorulmuştur. Elde edilen verilere göre katılımcıların büyük çoğunluğu iş yerlerinde ya da çalışılan kurumlarda emzirme odası, süt sağma odası gibi hijyenik yerlerin mevcut olmadığını, iş yerlerin bebeğe uzaklığının çok olması gibi durumlar göz önüne alınırsa bu durum bebeğin yeterince anne sütü alamamasına hatta anne sütünün kesilmesine neden olduğunu ifade etmişlerdir.

5- Çalışan ve emziren annelere emzirme sürecinde neden işlerine geri döndüklerine ilişkin sorular sorulmuştur. Elde edilen verilere göre çalışan ve emziren annelerin işe başlamasındaki en büyük sebep ekonomik zorluklardır. Ödenmeyi bekleyen krediler, bakıcı

durumu, iş yeri uzaklığından kaynaklanan yol durumu gibi şartlar ve bebeklerini de en iyi şartlarda büyümesini isteyen ebeveynler işe dönüş yapmak zorunda kaldıklarını, ücretsiz izinden dahi yararlanamadıklarını belirtmişlerdir.

6- Çalışan ve emziren annelere emzirme sürecinde psikolojileri, aile ve sosyal hayatındaki değişimler sorulmuştur. Elde edilen verilere göre katılımcıların psikolojilerinin tamamen değiştiği daha duygusal bireyler haline geldikleri ifade edilmiştir. Aile hayatında ve iş hayatında yeterince uygun zamanı bulan ve yaratan anne daha verimli olduğunu belirtmektedir.

Öneriler

Araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda çalışan ve emziren annelerin emzirme sürecinde yaşadıklarına dair şu öneriler ortaya konmuştur:

- Anne sütü ve emzirmenin ne kadar önemli olduğunun tüm anneler ve toplum tarafından bilinmesi gerekmektedir. Bu farkındalığı sağlamak için sağlık kuruluşlarının anne sütü ve emzirmeyi arttırmaya yönelik çalışmalar yapması emzirme oranını arttırmasına dair bir öneridir.
- Bulgulardan yola çıkarak bir öneri olarak, yasal doğum izni süresinin emziren anne için ek gıda takviyesine başlama ayı olan 6. ay olarak değiştirilmesi, emzirme izninin bebek 6 aylıktan 2 yaşına gelene kadar günlük 3 saat olarak değiştirilmesi emzirme oranını arttırmasına olanak sağlayabilir.
- Yarı maaşlı ya da yarı zamanlı çalışma şekli çalışan ve emziren annelerin yükünü bir nebze de olsa rahatlatabileceği gibi hem iş hem aile hayatında daha da üretkenlik yaratabileceği düşünülebilir.
- Çalışan ve emziren anne planlı ve programlı bir şekilde hem iş hayatını, hem aile hayatını ve sosyal hayatını yönettiğinde daha mutlu bir anne ve bebek olabileceği düşünülüp, bu yönde annelere seminerler verilebilir.

- Her şeyden önce öncelik bebek olduğu için onların en iyi şekilde büyümesini sağlamak, bütün olanaklardan en iyi şekilde yararlanmasını sağlayabilmek hem anne hem baba aynı zamanda toplum ve devletin de görevidir. Dolayısıyla her yönden sağlıklı bireyler yetiştirebilmek için herkes kendine düşen payı en iyi şekilde araştırıp, gerçekleşmesine olanak sağlamalıdır. Gelişen toplumun bu şekilde ilerlemesini sağlamak hepimizin görevidir. Bebeğin anne karnındayken başlayan serüvenine, anne ile olan bağını, güven duygusunu yaşatabilmek toplum adına herkese büyük görev düşmektedir.



KAYNAKLAR

- Adakale Demirhan, F. H. ve Ekonomi, M. (2005). Türkiye’de kadın işçilerle ilgili koruyucu yasal düzenlemeler ve 4857 sayılı yeni İş Kanunu ile getirilen Yenilikler. *İtü Dergisi/d Mühendislik Cilt:4, Sayı:5, 55-67.*
- Demirtaş, B., Ergöçmen, B. ve Taşkın, L. (2012). Annelerin günlük yaşam yükü emzirmeye engel mi? *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 2012; 15: 3*
- Atasay, B. ve Arslan, S. (2004). ‘‘Anne ve yenidoğan hakları’’ Barselona Deklarasyonu. *TBB Dergisi, Sayı:52, 172-176.*
- Aykut, M. (2010). Toplum beslenmesi. *Kayseri Erciyes Üniversitesi Yayınları, 2010;1247-417*
- Badinter, E. (2011). *Kadınlık mı annelik mi?* İstanbul: İletişim
- Balcı, E. (2011). Anne sütünün çocuk büyüme ve gelişmesine etkisi. *Türk Aile Hek. Dergisi 15(3):135-138.*
- Benmayor, G. (2016). ‘‘Büyümenin anahtarı kadın işgücü’’, *Hürriyet Gazetesi, 23.12.2016.*
- Cangöl, E. ve Şahin, N. H. (2014). Emzirmeyi etkileyen faktörler ve emzirme danışmanlığı. *Zeynep Kamil Tıp Bülteni 45:100-5.*
- Chezem, J., Friesen, C. ve Boettcher, J. (2003). Breastfeeding knowledge, breastfeeding confidence and Infant feeding Plans: effects on actual feeding practices. *Journal of Obstetric Gynecologic&Neonatal Nursing 2003;32(1):40-7.*
- Christensen, L. B., Burke Johnson, R. ve Turner, L. A. (2015). *Research methods design and analysis.* Ankara: Çağlayan
- Çeçer, Ö. (2011). *Çalışan Annelerin Emzirme Özelliklerinin İncelenmesi.* (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İzmir.
- Eker, M. (1999). *Devlet Memuru Olan Kadınların Doğum Sonu Süt İzni ve Ücretsiz İzin Kullanma Durumlarının Bebek Beslenmesine Etkisinin Değerlendirilmesi.* (Yüksek Lisans Tezi). Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Kayseri.
- Freed, G. L., Fraley, K. ve Schanler, R. (1992). Attitudes of expectant fathers regarding breast-feeding. *Pediatrics, 90(2), 224-7.*
- Gökçay, G. ve Baslo, G. (2002). Anne sütü ile beslenmede kanıtta dayalı uygulamalar, yetersiz anne sütü, çalışan anne, ilaçlar ve hastalıklar. *Çocuk Dergisi, 2002;2: 139-143*
- Gökdemirel, S., Bozkurt, G., Gökçay, G. Ve Bulut, A. (2008). Çalışan annelerin emzirme sürecinde yaşadıkları: Niteliksel bir çalışma. *Çocuk Dergisi 8(4), 221-234.*

- Gün, İ., Yılmaz, M., Şahin, H., İnanç, N., Aykut, M., Günay, O., Öztürk, A., Çıtıl, R., Çiçek, B., Ongan, D. ve Tuna, Ş. (2009). Kayseri Melikgazi Eğitim ve Araştırma Bölgesi'nde 0-36 aylık çocuklarda anne sütü alma durumu. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi, Cilt 52*, 176-182.
- Gür, E. (2007). Anne sütü ile beslenme. *Türk Ped. Arş; 42 Özel Sayı*: 11-5
- Irmak, N. (2016). Anne sütünün önemi ve ilk 6 ay sadece anne sütü vermeyi etkileyen unsurlar. *Jour Turk Fam Phy. 07 (2)*: 27-31.
- İbn-i Sina. Çocuk bakımı. El-Kanun fi't-Tıb'da. Ed. (Çev. Kahya E). *Ankara, Atatürk Kültür, Dil ve Tarih Yüksek Kurumu Atatürk Kültür Merkezi Yayınları Külliyatlar Dizisi, 1995*;229-42.
- Julvez, J., Ribas-Fito, N., Forns, M., Garcia-Esteban, R., Torrent, M., Sunyer, J. (2007). Attention behaviour and hyperactivity at age 4 and duration of breast-feeding. *Acta Paediatrica 2007*;96(6):842-7.
- Özen Kapız, S. (2002). İş-aile yaşamı dengesi ve dengeye yönelik yeni bir yaklaşım: Sınır teorisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 4(3)*.
- Özilice, Ö. ve Günay, T. (2018). Emzirme ve sürdürülebilir kalkınma. *İzmir Dr. Behçet Uz Çocuk Hast. Dergisi 8(1)*:1-7.
- Pisacane, A., Continisio, G. I., Aldinucci, M., D'Amora, S. ve Continisio, P. (2005). A controlled trial of the father's role in breastfeeding promotion. *Pediatrics ;116*;494-498.
- Samur, G. (2008). *Anne Sütü*. Ankara: Pegem Yayıncılık
- Samur, G. (2002). Anne sütünün oligosakkarit bileşimi ve miktarı. *Sendrom 2002*; 58-63.
- Sherriff, N., Hall, V. ve Panton, C. (2014). Engaging and supporting fathers to promote breast feeding: A concept analysis. *Midwifery, 30(6)*, 667-77.
- Tanır, F. (2006). *Bebekleri 0-2 Yaş Arasında Olan Bir Grup Annenin Emzirmeye İlişkin İnanç ve Tutumları*. (Uzmanlık Tezi). İstanbul. İstanbulsaglik.gov.tr
- Taşkın, L. (2009). *Doğum ve Kadın Sağlığı Hemşireliği*. Genişletilmiş IX. Baskı, Sistem Ofset Matbaacılık, Ankara, 2009;493-496.
- Tetik, K. B. (2016). *Anne Sütü ve Emzirme Danışmanlığında Güncel Bilgiler*. Ankara Med J, Vol. 16, Num. 1.
- Türk Dil Kurumu. (2005). *Türkçe Sözlük*. Ankara: TDK Yayınları.

Türkiye Cumhuriyeti Başbakanlık Türkiye İstatistik Kurumu, Hanehalkı İşgücü Araştırması 2011 Mart Dönemi Sonuçları. (Şubat, Mart, Nisan 2011), <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=8531> Erişim Tarihi: 10.04.2011

Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması. (2013). *Beslenme Durumu Ve Çocuk Sağlığı*, s:157-174, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü

TUIK (T.C. Başbakanlık Türkiye İstatistik Kurumu) (2008). Hane halkı işgücü araştırması 2008 Temmuz dönemi sonuçları. *T.C. Başbakanlık Türkiye İstatistik Kurumu Haber Bülteni, Sayı:165*, www.tuik.gov.tr (29.10.2008).

Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırmaları (TNSA) (2003). Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü. Ankara.

Uğur, S. Ve Uğur, Ö. (2017). İş kanunu ve devlet memurları kanunu kapsamında çalışanların ebeveynliğe ilişkin hakları. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi C.22, S.3*, s.663-684.

UNICEF. (2018). <https://www.unicefturk.org/yazi/emzirmehaftasi> Erişim Tarihi: 22.10.2018.

Eurofound (2013). Women, men and working conditions in europe. <http://www.eurofound.europa.eu/publications/htmlfiles/ef1349.htm> Erişim Tarihi: 15.03.2018

Yeşilçiçek Çalık, K., Coşar Çetin, F. ve Erkaya, R. (2017). Annelerin Emzirme Konusunda Uygulamaları ve Etkileyen Faktörler. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi 6(3)*: 80-91.

Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2013). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin.

Yılmaz, C. (2016). *Doğum Sonrası Erken Dönemde Ebeveynlere Verilen Emzirme Eğitiminin Bebeklerin İlk Altı Ay Anne Sütü Alma Durumuna Etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Aydın: Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Ebelik Yüksek Lisans Programı.

Yuvalı, E. (2013). 4857 Sayılı İş Kanunu'nun ve İlgili Mevzuatın Kadın İşçiler İle İlgili Hükümlerine Genel Bir Bakış. *TBB Dergisi (106)*.

Yılmaz, T., Şahin, N. H. (2008). İş-aile çatışması ve kadın yaşam üzerine etkileri. *İ.Ü.F.N. Hem. Dergi Cilt 16 - Sayı 63*: 188-194.

Yorgancı Sökücü, F., ASLAN, E. (2012). Kadının çalışma durumunun emzirmeye etkisi. *İ.Ü.F.N. Hem. Dergi Cilt 20 - Sayı 1*, 62-68

WHO (2001). Department of Nutrition for Health and Development, Department of Child and Adolescent Health Development, Report of the Expert 56 Consultation on the Optimal Duration of Exclusive Breastfeeding, Geneva, Switzerland, 28-30 March 2001. http://www.who.int/nutrition/publications/optimal_duration_of_exc_bfeeding_report_eng.pdf adresinden 12 Kasım 2018 tarihinde erişildi.

WHO/ UNICEF (1991). Innocenti declaration on the protection, promotion and support of breastfeeding. <http://www.unicef.org/programme/breastfeeding/innoncenti.htm> adresinden 10 Aralık 2018 tarihinde erişildi



Ekler

Ek A. Rıza Formu

BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

LÜTFEN BU DÖKÜMANI DİKKATLİCE OKUMAK İÇİN ZAMAN AYIRINIZ

Sizi tarafımdan yürütülen “Çalışan ve Emziren Kadınların Yaşadığı Süreçleri: Bir Eylem Araştırması adlı tezimde hem çalışan hem emziren anne olarak yaşanan durumları nasıl değerlendirmektedirler?” başlıklı araştırmaya davet ediyorum. Bu araştırmaya katılıp katılmama kararını vermeden önce, araştırmanın neden ve nasıl yapılacağını bilmeniz gerekmektedir. Bu nedenle bu formun okunup anlaşılması büyük önem taşımaktadır. Eğer anlayamadığımız ve sizin için açık olmayan şeyler varsa, ya da daha fazla bilgi isterseniz bize sorunuz.

Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmadan çıkma hakkında sahipsiniz. Çalışmayı yanıtlamanız, araştırmaya katılım için onam verdiğiniz biçiminde yorumlanacaktır. Bu formlardan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacaktır.

Saygılarımla...

Eğitim Programları ve Öğretimi Bölümü Yüksek Lisans Öğrencisi :

Çanakkale 18 Mart Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü, Eğitim Programları ve Öğretim Ana Bilim Dalı, Çanakkale.

Lütfen bu araştırmaya katılmak konusundaki tercihinizi aşağıdaki seçeneklerden size en uygun gelenin altına imzanızı atarak belirtiniz.

- ✓ Bu araştırmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum.
- ✓ çalışmayı istediğim zaman yarıda kesip bırakabileceğimi biliyorum ve verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı olarak kullanılmasını

Kabul ediyorum

Kabul etmiyorum

Ek B. Görüşme Soruları

Görüşme Soruları

Yaş:

Kaç Kişilik Aile:

Ne İş Yapıyorsunuz:

Meslekte Kaçınıcı Senesi:

Eşiniz Ne İş Yapıyor:

Eşiniz Bu Süreçte Yardımcı Oluyor mu:

Kaç Yaşında Doğum Yaptınız:

Kaç Yıldır Çalışıyorsunuz:

Mesleğinizin Kaçınıcı Yılında Doğum Yaptınız:

Gelir Düzeyiniz:

Öncelikle çalışmanın amacı belirtilir. Daha sonra konuşmacıyla dilediği zamanda sorulara geçilir:

1. Ne zaman doğum yaptınız?
2. Ne kadar süredir emziriyorsunuz?
3. Sizce emzirme ne demektir? Nasıl tanımlarsınız?
4. Bu süreçte(emzirme döneminde)hissettikleriniz nelerdir?
5. Ne iş yapıyorsunuz?
6. Doğum öncesi ve doğum sonrası ne kadar izin kullandınız?
7. Çalışmaya ne zaman başladınız?
8. Emzirme ile ilgili düşünceleriniz nelerdir?

9. Doğumdan sonra çalışmaya başladığınızda iş hayatınızda olumlu/olumsuz neler değişti?
10. Hem çalışıp hem emzirmenin peki bu durum psikolojinizi nasıl etkiledi?
11. Hem çalışıp hem emzirmenin Aile hayatınızı nasıl etkiledi?
12. Hem çalışıp hem emzirmenin Sosyal hayatınızı nasıl etkiledi?
13. Bebeğinizi nasıl etkiledi?
14. Amirlerinizin size karşı tutumu nasıldı?
15. İş arkadaşlarının tutumu nasıl oldu?(Öğretmen ise velinin, il milli eğitimin ve öğrencilerin tutumu nasıl oldu?)
16. Çalışmaya başladıktan sonra maddi olarak getirisi ne oldu?
17. Sizce çalışan ve emziren bir kadın olarak iş hayatında bu süreci yaşarken neler önerebilirsiniz?
18. Elinizde bir şans olsa çocuğunuzu bir ya da bir kaç sene, kreşe gidene kadar falan kendiniz mi büyütmek istersiniz, yoksa hem çalışıp hem emzirmek sizin için sosyal, psikolojik, maddi vs. açısından daha mı iyi olur, bu konuda hakkında düşünceleriniz nelerdir?
19. Yasal emzirme süresi nedir? Sizce bu süre yeterli mi?
20. Doğum izni ve emzirme izni ile ilgili ne düşünüyorsunuz?
21. Emzirme sürecinde meslekten kopmama adına kendinizi nasıl yönlendirdiniz?
22. Eklemek istediğiniz nelerdir?

Ek C. Odak Grup Görüşmesi Soruları

Odak Grup Görüşmesi Soruları

1. Arkadaşlar burada bulunan herkes farklı sürelerde bebeğini emziriyor. Buna göre kendi emzirme sürenizi düşünürseniz fazla emen ya da az emen bebekler arasında ne gibi farklar vardır size göre? Neler söylersiniz?
2. Fazla emzirmenin ya da az emzirmenin sizin için, bebeğiniz için ve aileniz için ne gibi avantajları ve dezavantajları oldu?
3. Çalışan ve emziren annelerin sizce yeterince emzirememe nedenleri neler olabilir?
4. Çalışan ve emziren annelerin yeterince emzirme nedenleri neler olabilir?
5. Doğumdan sonra çalışmaya başladığınızda iş hayatınızda olumlu/olumsuz neler değişti?
6. Hem çalışıp hem emziren annelerin iş hayatının verimliliğini, idare ile olan durumu, iş arkadaşları vs.. durumları olumsuz etkiledi mi?
7. Doğumdan sonra çalışmaya başlamanızın sebepleri nelerdir?
8. Sizce hem çalışan hem emziren kadın olarak emzirme ve doğum süreci takvimi nasıl olmalı? Çalışma koşulları nasıl olmalı?

Özgeçmiş

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı: İlkem Sema ÖZTÜRK

Doğum Yeri: Muğla

Doğum Tarihi: 09.09.1984

Eğitim Durumu: Lisans

İlköğrenim: Muğla Merkez Atatürk İlkokulu (1990-1995)

Muğla Merkez Ortaokulu (1995-1997)

Ortaöğrenim: Turgut Reis Süper Lise (1997-2001)

Lisans Öğrenimi: Pamukkale Üniversitesi, Sınıf Öğretmenliği (2003-2007)

Yüksek Lisans Öğrenimi: Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü,

Eğitim Programları ve Öğretim Bilim Dalı (2016-2019)

Yabancı Dil: İngilizce

İş Deneyimi: (01.02.2011-31.12.2011) Şırnak Beytüşşebab Taşarası İlköğretim Okulu

(07.09.2011-11.09.2013) Van Erciş Çetintaş İlkokulu

(11.09.2013-29-12-2014) Çanakkale Ayvacık Korubaşı İlkokulu

(29.12.2014-27.01.2015) Çanakkale Ayvacık Kösedere İlkokulu

(27.01.2015-19.01.2019) Çanakkale Mustafa Kemal İlkokulu

(04.02.2019- Devam) Çanakkale Anafartalar İlkokulu

İletişim: ilkemsema@gmail.com

İletişim: 05322613684

