

T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ BÖLÜMÜ
DİN PSİKOLOJİSİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

GEBELİK SÜRECİNDE
DİNİ MANEVİ YAŞAM ÜZERİNE
NİTEL BİR ARAŞTIRMA

DERYA KILIÇ

2501140174

TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. GÜLÜŞAN GÖCEN

İSTANBUL, 2019



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



YÜKSEK LİSANS
TEZ ONAYI

ÖĞRENCİNİN;

Adı ve Soyadı : DERYA KILIÇ Numarası : 2501140174
Anabilim Dalı /
Anasanat Dalı / Programı : FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ Danışmanı : DOÇ.DR. ÜMİT HOROZCU
Tez Savunma Tarihi : 31.07.2019 Saati : 11:00
Tez Başlığı : GEBELİK SÜRECİNDE DİNİ MANEVİ YAŞAM ÜZERİNE NİTEL BİR ARAŞTIRMA

TEZ SAVUNMA SINAVI, İÜ Lisansüstü Eğitim-Öğretim Yönetmeliği'nin 36. Maddesi uyarınca yapılmış,
sorulan sorulara alınan cevaplar sonunda adayın tezinin KABULÜNE OYBİRLİĞİ / OYÇOKLUĞUYLA karar verilmiştir.

JÜRİ ÜYESİ	İMZA	KANAATI (KABUL / RED / DÜZELTME)
1- DOÇ.DR. ÜMİT HOROZCU		KABUL
2- DOÇ.DR.GÜLÜŞAN GÖCEN		KABUL
3- DR.ÖĞR.ÜYESİ SEVDE DÜZGÜNER		Kabul

YEDEK JÜRİ ÜYESİ	İMZA	KANAATI (KABUL / RED / DÜZELTME)
1- PROF.DR. ALİ ULVİ MEHMEDOĞLU		
2 DOÇ.DR. MEHMET ATALAY		

ÖZ

GEBELİK SÜRECİNDE

DİNİ MANEVİ YAŞAM ÜZERİNE NİTEL BİR ARAŞTIRMA

Derya KILIÇ

Bu çalışmanın temel amacı, gebe olan kadının dini/manevi yaşamı bağlamında duygularını, deneyimlerini, arzularını anlamaya çalışmak ve etkinliklerini ortaya çıkarmaktır. Bu şekilde çalışmamızda gebe olan kadının dini/manevi eğilim ve yaşantıları ile gebeliğin, Allah tasavvurlarını etkileyip etkilemediği anlaşılmaya çalışılmıştır. Nitel bir araştırmayı içeren çalışmada durum çalışması deseni benimsenmiştir. Amaçlı örneklem çeşitlerinden kartopu örnekleme yöntemi uygulanmış buna göre çalışma grubunu gebeliğinin farklı trimesterlerinde olan İstanbul ve Kocaeli’de yaşayan yaşları 21- 42 arasında değişen (yaş ortalaması 29.8 olan) 20 kadın oluşturmuştur. Veriler, mülakat tekniği kullanılarak, yarı yapılandırılmış görüşme formuyla katılımcılarla yüz yüze görüşmeler yapılarak toplanmıştır. Elde edilen bulgular sunulmuş ve betimsel analiz yöntemi ile değerlendirmeler yapılmıştır.

Araştırmadan edinilen sonuçlara göre, gebelere göre insanın çocuk sahibi olma sürecini etkileyen faktörler “neslin devamı için üreme arzusu, annelik duygusunu yaşama isteği, faydalı nesil yetiştirmek, üretici/verici bir insan olma gayesi, küçük ailelerini büyütme isteği, çevreden evli insanlara gelen çocuk sahibi olmaya yönelik baskı” olarak belirtilmiştir. Gebelikle beraber bir kadının yaşam tercihleri, beklentileri, deneyimleri, çevresiyle olan iletişimini etkilediği görülmüştür. Gebeliğin trimesterine göre anne bebek ilişkisinin de çeşitlendiği örneğin değişen beden görüntüsüyle kadının annelik duygularının daha belirginleştiği gözlemlenmiştir. Yine gebeliğin kadına sorumluluk, olgunluk kattığı ve manevi yönelimi artırdığı izlenmiştir. Gebelik ve sosyal çevre ilişkisinin doğru orantılı olup kadının eş, aile, arkadaş çevresinden gebelikleriyle aldıkları olumlu dönütlerin katılımcıların psikolojik ve manevi iyi oluşlarına da olumlu etki ettiği görülmüştür. Ayrıca bu dönemde katılımcıların bolca karşılaştıkları, çevrelerinden aldığı beslenme, sağlık ve dini/manevi içerikli uyarı ve tavsiyelerden rahatsız olmadıkları

da gözlenmiştir. Bir can içinde bir başka canın varlığını hissetmenin, kadının yaşamında tevekkül ve tefekkür gibi duyguların yoğunluğunu arttırdığı, bu tecrübenin gebelerin dini/manevi yaşamlarındaki etkinliklerinde de (Kur'an okuma, dua etme, namaz kılma gibi) artış oluşturduğu anlaşılmıştır. Ayrıca gebelerin Allah algılarına/tasavvurlarına bakıldığında da, daha çok Allah'la olan ilişkilerini O'nun merhamet/şefkat yönü ile öne çıkardıkları Allah inancını, içinde taşıdığı canla ilişkilendirip görmediği ama hissettiği varlığın Allah'a bağlılıklarını ve yakınlıklarını daha çok arttırdığını ifade etmişlerdir.

Anahtar Kelimeler: Gebelik, inanç, ibadet, dini/manevi yaşam ve değişimler, Allah tasavvurları, annelik duygusu, dua

ABSTRACT
A QUALITATIVE RESEARCH ON
RELIGIOUS/SPIRITUAL LIFE DURING PREGNANCY
DERYA KILIÇ

The main purpose of this thesis is to investigate the feelings, experiences, and desires of the pregnant woman in the context of her religious/spiritual life and to reveal the activities related to her religious/spiritual life during the period of pregnancy. The study focused on whether religious-spiritual motivations, experiences and the description of Allah of the woman are influenced or not in the period of pregnancy. The case study design was adopted in the study which is a qualitative research. The snowball sampling method among the purposeful sampling methods was carried out and the study group consisted of twenty woman whose ages are between 21 and 42 (Mean=29,8) and are in different trimester of their pregnancy living in Kocaeli and İstanbul. The data were collected in a semi-structured interview form in accordance with the interview method and the interviews were conducted by face to face. The data were analyzed through descriptive analysis, the findings were interpreted, and the necessary evaluations were made.

According to the results of the study, the factors affecting people's process to have a baby are indicated as reproduction desire for continuity of generation, desire to feel of motherhood, to grow helpful generation, to be producer/transmitter, to extend their small family, the pressure coming from society to have a child to married people. With the pregnancy it was seen that communication with her environment was affected with choice of life of a woman, her expectations, experiences. Based on the trimester, mother and baby relationship was directly proportional. For example; sense of motherhood of woman became clearer with change in body image. Moreover; it was seen that the pregnancy adds responsibility and maturity and increases spiritual tendency. The relationship between the pregnancy and social environment was directly proportional and the favorable effect to psychologic and spiritual situations of participant woman was seen with positive feedback from partner, family, friend and environment. Besides, it was seen that

woman are not disturbed by warnings and suggestions about nutritional, health and religious/spiritual content received from their environment. Feeling another life in a life increased density of emotions like resignation and contemplation and this experience increased effects in religious or spiritual lives such as reading Qur'an, praying, and performing salaah of pregnant woman. In addition; when the sense of Allah of pregnant woman was observed, they put forward their relationship with Allah by compassion of Allah's and associated the belief in Allah with the baby they carry, the baby increased their loyalty and closeness to Allah more.

Key Words: Pregnancy, religious/spiritual life and changes, faith, worship, religiosity, descriptions of Allah, sense of motherhood, pray

ÖNSÖZ

Gebelik, kadın için yeni bir kimlik, benlik oluşumu içinde olduğu bir dönem olarak kabul edilmektedir. Bu kişilik yapılanmasının oluşumu, kadının gebeliğini öğrendiği andan itibaren başlar ve bebeğin doğumundan sonra da devam ederek ölünceye kadar kadını şekillendirir.

Bu yeni yaşama uyum sürecinde kadının gebeliğini etkileyen pek çok faktör bulunmaktadır. Bu faktörlerin başında hormonal, fiziksel ve psikolojik değişimler geldiği gibi, keza dini ve manevi faktörler de bu değişimin bir aktörüdürler. Kişinin tutum ve davranışlarını etkileyen din, bu süreçte de anne adayının hayatında büyük ve hayati bir anlama sahiptir. Anne adayının iyi kötü, doğru yanlışlarını, umutlarını, korkularını, tercihlerini etkileyen dini ve manevi yaşam, kadının hayatında bu dönemde oldukça yönlendirici olabilmektedir. Araştırmamıza başlamadan önce özellikle ülkemizde gebelik ile ilgili yapılmış çalışmalara baktığımızda konuyla ilgili literatürün daha çok gebeliğin fiziksel ve psikolojik yönüne odaklandığı görülmüştür. Buradan hareketle hayatın içindeki gözlemlerimizde gebelik sürecini yakinen etkilediğini gördüğümüz dini ve manevi yaşamın diğer tarafıyla kadının gebe oluşuyla değişime giren dini ve manevi hayatın fotoğrafı çekilmek istenmiştir. Hassaten bu çalışmada gebelik sürecinde anne adayının bu süreç içerisindeki dini inanç ve tutumları, Allah'la kurduğu ilişkilerinin bundan nasıl etkilendiği incelenmek amaçlanmıştır. Gebelik ve dini/manevi yaşamla sorular katılımcılara yöneltilirken görüşmeler esnasında katılımcılardan alınan geri bildirimler de, araştırmanın gebelik döneminin bütüncül ele alınması için önemli bir ögesi olduğunu, bu alan için önemini göstermektedir. Ayrıca çalışmamızın gebe olan kadının fiziksel ve psikolojik sağlığı ile dini/manevi yaşamına dair araştırmalara yön vereceği de düşünülmektedir. Çünkü din psikolojisi alanında gebelik döneminin bu şekilde derinlemesine ele alındığı ulaşılabildiğimiz kadarıyla müstakil bir çalışma bulunmamaktadır.

Büyük emek ve istekle hazırladığım bu çalışmamda, beni araştırma yapma konusunda cesaretlendiren, bilimsel bilgi ve deneyimlerinden istifade ettiğim, her görüşmede bana yeni açılımlar sağlayan, çalışma boyunca benden anlayışını, sabrını, zamanını esirgemeyen danışman hocam Doç. Dr. Gülüşan GÖCEN'e minnettarım.

Lisans hayatımda Din Psikolojisi alanını sevdiren ve devamında beni akademik hayata yönlendiren ve yoluma ışık tutan Doç. Dr. Ümit HOROZCU'ya rehberliğinden dolayı minnet ve şükranlarımı sunarım. Araştırma yöntem ve teknikleri konusunda bilimsel uyarı ve önerilerinden yararlandığım Prof. Dr. Halil Ekşi'ye çok teşekkür ediyorum. Eğitim dönemi içinde verdikleri akademik konferanslarla ilmi gelişmemize destek veren Türkiye Milli Kültür Vakfı'na teşekkür ediyorum.

Olaylara bakış açısı kazandıran ve yardımlarını esirgemeyen öğretmen arkadaşlarıma ve araştırmanın saha çalışması yapıldığı dönemde bana evlerini ve yüreklerini açan katılımcılara katkılarından dolayı teşekkür ediyorum.

Son olarak beni her durumda koşulsuz destekleyen, yalnız bırakmayan, başaracağıma inandıran, bu günlere gelmemde büyük katkıları olan annem, babam ve kız kardeşlerime sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Derya KILIÇ

İstanbul, 2019

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAY SAYFASI.....	ii
ÖZ.....	iii
ABSTRACT.....	v
ÖNSÖZ.....	vii
TABLolar LİSTESİ.....	xi
KISALTMALAR LİSTESİ.....	xii
GİRİŞ.....	1

BİRİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Gebelik.....	4
1.1.1. Gebelikte Fiziksel Sağlık.....	5
1.1.2. Gebelikte Psiko-Sosyal Sağlık.....	7
1.1.3. Gebelik Döneminde Meydana Gelen Fiziksel ve Psiko-Sosyal Değişimler.....	13
1.2. Dini- Manevi Yaşam ve Gebelik.....	16
1.2.1. Din, Dindarlık Tanımları ve Dindarlığın Boyutları.....	16
1.2.2. Maneviyat.....	21
1.2.3. İslam Dinine Göre Annelik.....	24
1.2.3.1.Kur'an-ı Kerim'e Göre Annelik.....	25
1.2.3.2. Hz. Peygamber'in Söz ve Yaşantısında Annelik.....	30
1.2.4. Gebelik Döneminde Dini Manevi Yaşam Değişimleri, İhtiyaçları ve Görüntüleri.....	37

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli.....	43
2.2. Araştırma Çalışma Grubunun Nitelikleri.....	44
2.3. Veri Toplama Aracının Oluşturulması.....	46
2.4. Araştırma Verilerinin Toplama Süreci.....	46
2.5. Verilerin Çözümleme Süreci.....	48

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR VE YORUM

3.1. Gebelerin Çocuk Sahibi Olma Motivasyonu.....	50
3.2. Gebelik ve Sosyal Çevre İlişkisi.....	60
3.3. Gebelik ve Beden Algısı.....	67
3.4. Gebelik Döneminde Allah Tasavvurları.....	74
3.5. Gebelik ve Dindarlık İlişkisi.....	79
3.5.1. Gebeliğin Dindarlık Üzerindeki Etkisi.....	79
3.5.2. Dindarlığın Gebelik Üzerindeki Etkisi.....	85
3.6. Gebelik ve Dini-Manevi Uygulamalar.....	96
3.7. Gebelikte Manevi Yaşam.....	104
SONUÇ ve ÖNERİLER.....	114
KAYNAKÇA.....	120
EKLER.....	131

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 3-1 : Çocuk Sahibi Olma Motivasyonu Temasına Ait Alt Temalar.....	51
Tablo 3-2 : Çocuk Sahibi Olmaya Karar Verme Temasına Ait Alt Temalar.....	56
Tablo 3-3 : Katılımcıların Gebeliklerini İlk Öğrendikleri Andaki Duygularına Ait Alt Temalar.....	61
Tablo 3-4 : Gebelikte Bedende Olan Değişimin Psikolojik Değerlendirmesine Ait Alt Temalar -1.....	68
Tablo 3-5 : Gebelikte Bedende Olan Değişimin Psikolojik Değerlendirmesine Ait Alt Temalar -2.....	71
Tablo 3-6 : Gebelik Döneminde Allah Tasavvurlarına Ait Alt Temalar.....	74
Tablo 3-7 : Gebelikte Birlikte İnanç Hayatında Ortaya Çıkan Değişimlere Ait Değerlendirmeler.....	80
Tablo 3-8 : Gebeliğe Ait Zorluklarla Mücadele Ederek Destek Aldığı Faktörlere Ait Alt Temalar.....	86
Tablo 3-9 : Doğum Anı İle İlgili Düşüncelere Ait Alt Temalar.....	90
Tablo 3-10 : Doğum Anı İle İlgili Düşüncelerde Dini Motivasyona Ait Alt Temalar.....	93
Tablo 3-11 : Gebelikte Bebeğin İyi Oluşunu Desteklemek İçin Yapılmış Dini Uygulamalara Ait Alt Temalar.....	97
Tablo 3-12 : Gebelerin Bebeklerine İsim Koyma Yönelimine Ait a Alt Temalar... 	102
Tablo 3-13 : Gebelerin Annelik Kavramına İlişkin Ait Alt Temalar.....	104
Tablo 3-14 : Gebelerin Mükemmel Anne Algısına Ait Alt Temalar.....	107
Tablo 3-15 : Gebelik Öncesi İle Gebelik Döneminin Psikolojik Değişimler Açısından Karşılaştırılmasına Ait Alt Temalar.....	110

KISALTMALAR LİSTESİ

ABD	: Amerika Birleşik Devletleri
a.g.e.	: Adı geçen eser
a.g.m.	: Adı geçen makale
a.g.t.	: Adı geçen tez
ark.	: Arkadaşları
c.	: Cilt
çev.	: Çeviren
DEU	: Dokuz Eylül Üniversitesi
DEM	: Değerler Eğitim Merkezi
D.İ.B.	: Diyanet islam Ansiklopedisi
Edt.	: Editör
MÜİF	: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi
OMÜ	: Ondokuz Mayıs Üniversitesi
r.a.	: Radiyallahu anh
s.	: Sayfa
s.a.v.	: Sallallahü aleyi ve sellem
sy.	: Sayı
TDK	: Türk Dil Kurumu
TDV	: Türkiye Diyanet Vakfı
TUİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
SBE	: Sosyal Bilimler Enstitüsü
Üni.	: Üniversite
Vd.	: Ve diğerleri
yay.	: Yayınevi

GİRİŞ

İnsan, soyunu sürdürme içgüdüsüne sahiptir. Soyunu sürdürme isteği, çocuk sahibi olma duygusunu tetikler. Bu durum eşler için yaşamlarında yeni bir evre olarak kabul edilmektedir. İstenilen bir gebeliğin başlangıcında anne-baba olmak son derece heyecan ve mutluluk verici, tatmin edici, güven ve güçlü hissedeceği bir deneyim olarak görülmektedir. Çalışmamızın kapsamını kadınlar oluşturduğu için biz burada sadece kadınların bir başka deyişle anne adayının dini/manevi boyutlarını konu edineceğiz. Gebeliğin hayatın normal akışına uyum sürecinde dini/manevi unsurların kadının yaşamındaki yerini çeşitli boyutlarıyla ortaya koymaya çalışacağız.

Yapılan pek çok araştırmada gebelik doğal yaşam krizi olarak nitelendirilmektedir. İstenilen gebeliğin başlangıcında dahi anne adayının hem bedeninde hem de sosyal hayatında yaşanan değişimlere uyum sağlamada zorlandığı ifade edilmektedir. Gebenin yaşamla kendi arasında denge kurmaya çalışırken anne adayında sıkıntılar, gerginlikler ve duygusal ikilemler üst seviyede yaşanılmaktadır. Bu durum ise gebeyi stres, anksiyete, kaygı, depresyon gibi psikolojik sorunlara yatkın hale getirdiği bilinmektedir. Ayrıca üreme hormonlarında değişim olduğu dönemlerde kadınların depresyona daha yatkın olduğu da tespit edilmiştir.¹ Stern, kadının bedeninde ve sosyal hayatındaki değişimlerin annenin iç dünyasında dramatik ve zorlayıcı etkisi olduğunu belirtmektedir. Kadının gebeliğini öğrenmesiyle daha önceki güdülere, kırılganlıkları, duygusal tepkileri vs. bütün zihinsel yapısını kenara iterek yeni bir zihin yapısıyla hareket etmeye çalıştığını da belirtir. Böylelikle anne adayı bilinmeyen bir deneyim dünyasına girer.² Anne adayının yaşadığı bu zihinsel süreç, gebeliğin doğal yaşam krizi olarak nitelenmesine

¹ Nesim Kuğu, Gamze Akyüz, “Gebelikte Depresyon”, **Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi**, Sivas, 2001, 23 (1), 61-64; Tarık Solmuş, **Kadınlık ve Annelik Psikolojisi**, Nobel Akademi yay., Ankara, 2012, s.9, Suna Kılıçarslan, “**Edirne Şehir Merkezinde’ki Son Trimester Gebelerin Sosyodemografik Özellikleri, Yaşam Kaliteleri, Kaygı Düzeyleri**”, Trakya Üni. Tıp Fak. Aile Hekimliği Anabilimdalı, Uzmanlık Tezi, Edirne, 2008, s.14; Feyza Sevinç, “**Elazığ İlinde Gebelikte Depresyon Prevelansı ve Etkileyen Faktörler**” Fırat Üni. Sağlık Bilimleri Ens., Yüksek Lisans Tezi, Elazığ 2005, s.24

² Daniel N. Stern, Nadia Bruschweiler Stern, Alison Freeland, **The Birth of Mother How the Experience of Motherhood Changes You Forever Basic** (Çev. Meltem Aydoğdu), İstanbul Bilgi Üniversitesi yay., İstanbul , 2013, s.3-24

sebeup olmaktadır. Biz bu çalışmamızda anne adayının yaşadığı bu gerçekliği bilmekle beraber gebe olan kadının yaşam memnuniyeti üzerinde durmaya çalışacağız ve yaşamla kendi arasında kurduğu dinamikleri dinlemek, anlamak adına çaba sarfedeceğiz.

Çocuk sahibi olmak, bugünün insanının önemli konuları arasındadır. Nitekim çalışmalarda doğurganlık hızının dünya çapında düştüğüne dair pek çok araştırmalar yapılmıştır. Türkiye dahil birçok ülkede doğurganlık hızının, nüfus yenilenme düzeyinin altında kaldığına dair istatistikler bu konunun önemini ortaya çıkarmaktadır. ABD merkezli tıp dergisi, The Lancet'te yayımlanan araştırmaya göre, 1950 yılında kadının dünyaya çocuk getirme oranı 4,7 iken bu oran 2017'de 2,4'lere kadar gerilediği açıklanmıştır. Ayrıca 1950 ve 2017 yılları arasında tüm dünya üzerindeki verileri inceleyen çalışma, doğurganlıktaki bu hızlı düşüşün dünya ülkelerinin yarısında, mevcut nüfusun sürdürebilecek oranda çocuk doğmadığı anlamına geldiğini de söylemiştir.³ Bu konunun önemini bize Türkiye'nin son iki yılın doğum istatistikleri de göstermektedir. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), Mayıs ayında 2018 yılına ait doğum istatistiklerini açıklamış olup Türkiye'de canlı doğan bebek sayısı, geçtiğimiz yıl için 1 milyon 248 bin 847 olup bir önceki yıla göre yüzde 3,6 azalarak gerilediğini açıklamıştır. 2017 yılı verileri ise 1 milyon 295 bin 784 olarak belirlenmiştir.⁴ Tüm bu veriler bize çocuk sahibi olma sürecinde insana düşen görev ve sorumluluğun da önemini göstermektedir. Bu görev ve sorumluluk ise doğurganlık rolü ile gerçekleşmektedir.

Doğurganlık rolünde etkin söz sahibi olan kadın için gebelik, fiziksel değişimle birlikte psikolojik olarak annelik rolünün de olduğu bir dönemdir. Çalışmamızda bunu dikkate alarak kavramsal çerçeve iki ana başlık altında incelenmiştir. Birinci ana başlık gebelik, diğeri ise dini ve manevi yaşamdır. İlk ana başlık gebelik olup gebelik tanımı, gebelikte fiziksel ve psikolojik sağlık ve her biri üç aylık dönemlerden oluşan trimesterlerde yaşanan değişiklikler ele alınmıştır. İkinci ana başlık dini ve manevi yaşam olup bu başlık ise iki alt başlıkta incelenmeye

³ <https://www.bbc.com/turkce/haberler-dunya-46148247> (Erişim Tarihi: 09.11.2018)

⁴ <https://www.cnnturk.com/turkiye/turkiyenin-dogum-istatistikleri-aciklandi> (Erişim tarihi:17.05.2019)

uygun görülmüştür. İlk alt başlıkta din, dindarlık tanımlamaları verilip dindarlığın boyutları incelenmiştir. Hemen akabinde maneviyat kavramı genel hatlarıyla ifade edilmiştir. İkinci alt başlık ise İslam dinine göre annelik kavramı derinlemesine ifade edilmiştir. Biz bu çalışmada dini değerlerin ve maneviyatın anneliği anlamlandırdığını düşünmekteyiz. Keza İslam dini de bu anlamda annelik üzerine pek çok açıklama getirmiştir. İslamın anneliğe bakış açısını anlamak için bu bölümde Kur'an-ı Kerim ve Hadis-i Şeriflere göre annelik nasıl konumlandırılmıştır bunu irdelleyeceğiz. Bir sonraki alt başlıkta ise gebelik döneminde dini manevi yaşam değişimleri, ihtiyaçları ve görüntüleri ele alınmıştır. Ayrıca burada alan araştırmasında karşımıza çıkan yerli ve yabancı kaynaklara da değinilmiştir.

İkinci bölümde araştırmanın yöntem bölümü ele alınmıştır. Bu bölümde araştırmanın modeli ve uygulanması, çalışma grubunun oluşturulması, verilerin toplanma ve çözümlenme süreçlerinden detaylıca bahsedilmiştir.

Araştırmanın son bölümünde ise çalışma grubundan elde edilen veriler, bulgular ve yorum başlığı altında incelenmiştir. Veriler, yedi tema altında gruplandırılmıştır. Bunlar, gebelerin çocuk sahibi olma motivasyonu, gebelik ve sosyal çevre ilişkisi, gebelik ve beden algısı, gebelik döneminde Allah tasavvurları, gebelik ve inanç ilişkisi, gebelik ve dini/ manevi yaşam ve uygulamalardır. Çalışmanın sonunda ise araştırmadan elde edilen sonuçlar verilmiştir.

Bu çalışmada gebe olan kadına duygudaşlık yapmak, zevklerini, arzularını, tedirginliğini dinleyip anlamaya çalışmak, kadının bedeninden beslenen canlının anneye hissettirdiklerini ve dini/manevi yaşantının seyrini resmedebilmek amaçlanmıştır. Yaratıcıya ait olan yaratma eylemini bizzat yaşayan annenin ister istemez dine yaklaşımı artacağı ve manevi duyguların yoğun yaşanacağı ön kabulünden hareketle bu çalışmada manevi yaşam değişimleri ele alınmıştır. Din psikolojisi alanında bu tarz bir çalışmanın eksikliğini gördüğümüzden bu konuya eğilme ihtiyacı hissedilmiştir. Sonuç itibarıyla bundan sonraki çalışmalar için de bir ilham kaynağı olması umut edilmektedir.

BİRİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Gebelik

Kadın ve erkeğin hayatlarını birleştirmesiyle başlayan aile kurumunun, neslin devamını sağlamada önemli bir rolü vardır. Bu rol, üreme ve doğurganlık işlevi ile yerine getirilmektedir. Kadına özel kılınmış gebelik hali, döllenmiş yumurtanın rahim zarına başarılı bir şekilde yerleşmesiyle başlar ve embriyonun gelişimi ile devam eder. Yeni bir varlığın oluşma dönemini temsil eden gebelik, sadece kadının yaşamında değil, aynı zamanda eşin ve tüm ailenin yaşamında derin değişimler oluşturmaktadır. Gebelik, doğum ve ebeveynlik için fiziksel ve psikolojik hazırlık aşamasıdır.⁵ Araştırmalarda insanın üreme ve doğurganlığını etkileyen pek çok unsur olduğu ifade edilmiştir. Bunların başında biyolojik, fizyolojik, psikolojik, sosyolojik, kültürel sebepler gelmektedir.⁶

Evli çiftlerin büyük bir çoğunluğu, çocuk sahibi olmayı planlamaktadır. Bu plan, biyolojik sebep olarak gerekçelendirilirken insanın üreme arzusunun içgüdüsel olup varlığını uzun yıllar sürdürme isteği olarak açıklanmaktadır. Psikolojik olarak açıklama yapıldığında şüphesiz karşılıksız sevmek ve sevilme duygusunu tatmak veya topluma bir birey kazandırarak üretimin verdiği onur ve gururu yaşamak için bir ihtiyaç olarak görülmektedir. Sosyolojik sebepler göz önüne alındığında, yalnız kalmamak için kişiler kendi dünyasındaki varlıkların sayısını artırarak kendi çemberini genişletmek dikkat çekici bir durum iken kültürel olarak da toplumda var olan annelik ve babalık rollerini üstlenmek ve deneyimsel bilgi aktarımına şahitlik yaparak yaşamın sağlamasını yapma ihtiyacından kaynaklanabilmektedir. Görüldüğü üzere çocuk sahibi olma ihtiyacı, farklı unsurların etkin rol oynamasıyla eşlerin hayatında yeni bir evre açmaktadır. Bu da evli çiftler için ciddi ve hayati bir önem taşımaktadır.

⁵ Roger W. Harms, Myra Wick, Mayo Clinic, **Guide To A Healthy Pregnancy**, Collins Living, America, 2004, s. 16

⁶ Nesim Kuğu, Gamze Akyüz, “Gebelikte Ruhsal Durum”, **Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi**, 2001, c.1, sayı.23, s.61

İnsanda olan çocuk sahibi olma arzusunun sebepleri kısaca özetledikten sonra, çalışmamızın bu bölümünde gebelikte fiziksel ve psikolojik sağlık hakkında genel bilgiler verilecektir.

1.1.1. Gebelikte Fiziksel Sağlık

Her canlının amacı, yarına kalmaktır. Her cins kendi sürekliliğini, üreme fonksiyonu sayesinde gerçekleştirir ve kendi türünün varlığını garanti altına almak ister.⁷ Yumurta ile spermin başarılı şekilde birleşmesine, “üreme” denir. Üremenin kısaca geçirdiği safhalar şu şekildedir; ovülasyon (yumurtalıklardan “yumurta” atılması) veya ovumun (yumurta) canlılık süresince cinsel ilişki (koitus) olursa vajinaya bırakılan milyonlarca sperm servikal kanala (rahim ağzına) doğru hareket etmeye başlar. Spermilerin yaklaşık 300-500 tanesi tubaların ampulla (yumurta kanalı/ insan yaşamının ilk başladığı yer) bölümünde ovuma ulaşır. Spermilerin serviksten ampullaya uzanan yolculukları 2-7 saat sürer. Ovumun etrafını saran dölleme yeteneğine sahip spermilerden sadece bir tanesi çıkardığı salgı ile zona pellusidayı (ovumun etrafını saran saydam tabaka) eriterek başını içeri sokar. Kuyruk bölümü dışarda kalır. Ardından zona pellusida kalınlaşarak diğer spermilerin geçişine engel olur. Böylece ovum ile sperm birleşir, bu olaya fertilizasyon (dölleme) adı verilir.⁸

Kadının yumurtalıklarından atılan yumurta hücresi ile erkeğin sperm hücresinin dölleme sonucu başlayan olaya “gebelik” denir. Kadın Doğum Uzmanı Seyfettin Uludağ’ın yalın bir tanımıyla; “Gebelik, bedensel ve ruhsal olgunluğa ulaşmış karşı cinslerin üreme iç dürtüsü ile yaşadıkları cinsellik sonrasında kadın vücudunda yuvalanmış olan dölleme yumurtanın büyüme ve gelişmesi ile özelleşen “annelik” durumudur”⁹. Anne rahminde fetüs, gebelik süresi boyunca kadın

⁷ Ayça Demiryay, “Gebe Kadınların Fiziksel ve Emosyonel Yaklaşımları” (Yüksek Lisans Tezi), Afyon Kocatepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Afyon, 2006, s.8

⁸ **Gebelik ve Fetüs Fizyolojisi**, Milli Eğitim Bakanlığı Sağlık Hizmetleri, Ankara, 2016, s.5

⁹ <http://www.seyfettinuludag.com.tr/uploads/gebelik-nedir.pdf> (Erişim tarihi: 10.11. 2018)

vücudundan beslenme ve oksijen ihtiyacını karşılayarak büyüme ve gelişme gösterir. Fetüsün anne karnındaki yaşamı doğuma kadar sürer.¹⁰

Gebeliğin süresi 280 gün veya 37 ile 40 hafta olarak kabul edilmektedir. Gebelik, her biri üç aydan oluşan üç ayrı bölüme ayrılır. Trimester adı verilen bu bölümlerin gebelikte her biri bir dönüm noktasıdır. Zira her trimesterin kendine özgü fiziksel ve psikolojik değişimleri olmaktadır. Üç aylık periyotlardan oluşan gebelik süreci, ilk üç aylık dönem (0–12 haftalar arası) “I. trimester”, 2. üç aylık dönem (13–24 hafta arası) “II. trimester”, 3. üç aylık dönem (25–40 haftalar arası) ise “III. trimester” olarak adlandırılmaktadır. Fetüs açısından bakıldığında ilk üç ay hücrelerin çoğaldığı ve organların oluştuğu dönemdir, sonraki ikinci ve üçüncü üç aylık dönemde oluşan bu organların gelişim süreci tamamlanmaktadır.¹¹

Bebenin gelişimine göre de dönemler farklı isimlerle adlandırılmaktadır. Gebeliğin başlangıcı ile 8. hafta arası “embriyonik dönem” olarak isimlendirilirken, 3. aydan doğuma kadar geçen döneme bebeğin bedeninin büyümesi, doku ve organların olgunlaşması ile karakterize olan süreç fetal dönem olarak adlandırılmaktadır.¹²

Gebelik, bir kadının vücudunu tamamen değiştirir. Cildi, göğüsleri, saçı, dişleri, hormon seviyesi, kilosu gibi pek çok şeyi değiştirir. Vücut her zamankinden daha fazla suya ihtiyaç duyar ve vücudunda neredeyse bebek için bir litre daha fazla kan vardır. Aslında tüm organlar anne ve bebeği desteklemek için bir çok değişikliğe girer. Fiziksel değişimlerin yanında gebe olan kadın çok güçlü duygusal değişimler de yaşar. Her zamankinden daha çok ağlayıp daha çok gülme reaksiyonu gösterir. Yoğun ve karmaşık duygular, gebelikle beraber ortaya çıkan endişe ve korkular, bebeğin sağlıklı olarak doğup doğmayacağı gibi düşünceler gebeliğin gidişatını

¹⁰ Lale Sariye Akan, “Gebe Kadınların Diyet Örneklere, Diyet Kalite İndeksleri Ve Sağlıklı Yeme İndekslerinin Belirlenmesi”, (Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Fakültesi 2011, s.4

¹¹ Bahriye Arslan, “Gebelerde Anksiyete ve Depresyonla İlişkili Sosyodemografik Özellikler”, Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi (Uzmanlık Tezi), Isparta, 2010, s.4

¹² Hülya Uçar, “Gebelerin Psikososyal Sağlık Durumları İle Annelik Rolü Arasındaki İlişki” (Yüksek Lisans Tezi), Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Erzurum, 2014, s. 4

etkiler.¹³ Görüldüğü üzere gebelik fizyolojik bir olay olmanın yanında kadın için önemli bir yük ve stres kaynağıdır. Gebelik boyunca annenin organ faaliyetleri fetüs emrine girer ve bütün kaynaklar fetüs için seferber edilir.¹⁴ Kadının hem vücudu hem de ruhsal durumu dramatik olarak değişebilmektedir. Duygu durumunda kızgınlık, pişmanlık birden bire neşelenme ve ciddi üzüntü gibi dalgalanmalar olabilmektedir.¹⁵

Hem bedensel olarak fetüsün etkisi altında olan hem de küçük bir canlıyı taşımanın getirdiği sorumluluğu içinde olan anne adayı için inişli çıkışlı duygusal dalgalanmaların olması çok tabii bir olaydır. Bu da annenin ruh sağlığı kalitesini etkileyecektir.

1.1.2. Gebelikte Psiko-Sosyal Sağlık

Huizink ve ark (2017), gebelik ve annelikte kaygı, stres üzerine yaptığı çalışmada, gebeliği kadınların ve eşlerinin aile ve sosyal rollerinde ve kendi ilişkilerinde büyük değişiklikler yaşadığı iç içe geçmiş büyük yaşam geçişleri olarak tanımlamakta ve bu geçişlere uyum sağlamanın, olumlu duyguların yanı sıra, stres ve kaygıyı da beraberinde getirdiğini ifade etmektedir.¹⁶ Nitekim kadının özellikle ilk gebelik ve annelik deneyimi, duygusal olarak kırılganlığın arttığı bir dönem olarak kabul edilmektedir.¹⁷

Kadının gebelikteki psikolojik sağlığından önce hayatın önemli bir kulvarına giren anneliğe nasıl karar verdiğini ve kadının motivasyonunu sağlayan faktörlerin neler olduğunu konuşmak yerinde olacaktır. Çocuk sahibi olma motivasyonları¹⁸ üzerinde pek çok araştırma yapılmıştır fakat bu konuda ister teorik ister pratik alanda olsun ortaya konulan çalışmalarda görüş birliği sağlanamamıştır. Nitekim Miller (1995), doğurganlık motivasyonunu modellemek için ABD’de

¹³ <https://www.fpa.org.uk/sites/default/files/pregnancy-young-persons-guide.pdf> (Erişim Tarihi: 02.06.2019)

¹⁴ Demiryay, a.g.t., s.15

¹⁵ Meryem Türkan Işık, “Gebelik Sürecinde Tıbbi Aydınlatma” (Doktora Tezi), Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Adana, 2010, s. 6

¹⁶ A.C. Huizink ve ark. “From Prenatal Anxiety To Parenting Stress: A Longitudinal Study”, **Arch Womens Ment Health**, 2017, sy.20, s.663

¹⁷ Demiryay, a.g.t., s.9

¹⁸ Warren B. Miller, “Childbearing Motivation and Its Measurement”, **Journal of Biosocial Science**, 1995, c. 27, sy. 4, 1995, s. 473-487

yaşayan çiftler üzerinde yaptığı bir araştırmasında üreme davranışlarını etkileyen motivasyonların neler olduğunu belirlemenin zorluğundan bahseder. Zira üreme davranışlarını güdüleyen unsurların psikolojik olarak çok karmaşık olduğunu belirtmektedir. Kişilik özellikleri ve her kadının içinde bulunan güçlerine göre farklılıklar gösterdiğini ifade etmektedir.¹⁹ Ortak bir görüş sağlanamamasının sebepleri arasında üreme davranışlarını etkileyen pek çok unsurun olduğunu düşünmekteyiz.

Guedes vd. (2015), doğurganlık modellerinde son değişiklikleri de göz önüne alarak çocuk doğurma motivasyonlarının değerlendirmek için bir öz bildirim ölçeği geliştirmiştir. Bu çalışmada, *Çocuk Doğurma Motivasyonları Ölçeği*'nin son halini oluşturmak amaçlamıştır. 19-49 yaşları arasındaki 614 katılımcıya uygulanan ölçekte çocuk sahibi olma motivasyonlarının alt ölçeğinde 26 madde toplanmıştır. Bunlardan başlıcaları şunlardır; eşimle bağı güçlendirmek, soyadının devam etmesi, bir çocuğa kan bağıyla bağlı olmak, toplumsal olarak değerli olmak, aile mirasını iletmek, ahlaki bir yükümlülüğü yerine getirmek, ailenin ve toplumun beklentilerini karşılamak olarak belirtilmesinde de görüldüğü üzere çocuk sahibi olmada bir çok motivasyon kaynağı vardır.²⁰ Ölçeğin Türkçe'ye standardizasyonu yapan Şimşek, bu motivasyonların; eşi ile bağı (ilişkisini) güçlendirmek, nesli devam ettirmek, hayata anlam katmak, aile olabilmek ve o ruhu hissetmek, manevi sorumlulukları yerine getirmek olarak saptamıştır.²¹ Başka bir çalışmada ise Solmuş (2012) yukarıdaki maddelere ek olarak; aile, eş ya da sosyal çevre baskısı, bir çocuğu olabileceğini kanıtlama isteği (üretme), kadın olmanın bir gereği olduğu inancı, yaşamda sadece kendine ait olduğunu bir canlıyı var etme isteği, diğer çocuğa kardeş olması/ yalnızlık çekmemesi, geleceğini garanti altına alma ihtiyacı, sevmek ve sevilme

¹⁹ Warren B. Miller ve ark., "A Framework for Modelling Fertility Motivation in Couples", **Population Studies**, 2004, c.58, sy. 2, s.193- 205

²⁰ Maryse Guedes, Marco Pereira, Raquel Pires, Paula Carvalho, Maria Cristina Canavarro, "Childbearing Motivations Scale: Construction of a New Measure and its Preliminary Psychometric Properties", **Journal of Child and Family Studies**, 2015, c.24, sy.1, s.180-194

²¹ Anjelika Şimşek, "Çocuk Sahibi Olma Motivasyonları Ölçeği", **Sosyal Bilimler Dergisi**, 2017, c.4, sy.13, s.395-408

ihtiyacı, dinsel tutumların gereği vb. belirterek temel annelik motivasyonlarını ifade etmiştir.²²

Tezimizin de konu içeriği bağlamında çocuk sahibi olma motivasyonları arasında dini ve manevi değerlerin de etkin rol oynadığını görmekteyiz. İslam dininin bu konudaki teşvikleri çocuk sahibi olma arzusunu perçinlemektedir. Aslan'ın (2004) bu konuda yaptığı çalışma kayda değer olup çocuk sahibi olma arzuları arasında dini temellerin de olduğunu vurgulamaktadır.²³ Nitekim Kur'an-ı Kerim'de de bu insanların çocuk sahibi olma istekleri ayetlerde geçmektedir. "Rabbimiz bize hayırlı evlat ver"²⁴ "Rabbimiz, bizim soyumuzdan, neslimizden göz aydınlığı olacak zürriyetler nasip eyle"²⁵ Ayetlerde görüldüğü üzere Yüce Allah Müslümanlara hayırlı evlat istemeye yönelik teşvik ettiği anlaşılmaktadır. Hz. Muhammed'in (sav) de bu konuda "Evlenin çocuk sahibi olun; ben kıyamet gününde ümmetimin çokluğuyla övüneceğim"²⁶ şeklindeki tavsiyesi ve yönlendirmesi de dini bir motivasyon olarak kişilerin üreme davranışlarını etkilemektedir.

Gebelik sürecinin başladığını öğrenen kadın için bu dönem, gelişen yeni duruma uyum sağlama çabası, yaşamla kendisi arasında yeni bir denge kurma arayışdır. Bir başka ifadeyle annelik rolünü alacak kadın için gebelik, yeni bir kimlik kazandığı dönemdir.²⁷ Kimlik kazanımında her kadın gebeliğe karşı kendi ruh yapısına göre, sosyoekonomik, kültürel ve dini yapısına uygun bir davranış geliştirip göstermektedir.²⁸

Annelik rolü kavramı, kadının çocukluk dönemindeki deneyimleriyle başlar ve gebelik dönemindeki rol modellerini izlemesiyle anlam kazanmaya başlar. Bebeğin doğmasıyla da annenin kendi tarzını bulma çabası ve sonunda kendini

²² Solmuş, **a.g.e.**, s. 14- 15

²³ Nesibe Aslan, "Çocuk Sahibi Olma Sorumluluğu", **Diyanet İlmi Dergi**, 2004, c.40, sayı.2, s. 93-94

²⁴ A'raf 7/189

²⁵ Furkan 25/74

²⁶ Beyhakî, VII/81

²⁷ Tarık Solmuş, **Kadınlık ve Annelik Psikolojisi**, Nobel Akademik Yay., Ankara, 2012, s.9

²⁸ Feyza Sevindik, "Elazığ ilinde Gebelikte Depresyon Prevelansı ve Etkileyen Faktörler" (Yüksek Lisans Tezi), Fırat üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ, 2005, s.24

yeterli bir anne olarak algıladığında tamamlanır.²⁹ Annelik rolüne uyumda ilk adım kadının gebeliğini kabul edip kendi hayatı ile bağdaştırmasıdır. Kendi beden imgesine fetüsü de dahil eden anne adayının, onun ayrı bir can taşıdığını kabul etmesi gerekmektedir. Gebeliğini benimseyemeyen ve gebeliğe özgü rahatsızlık yaşayan kadınların annelik rolünü benimsemede zorluk yaşadığı bilinmektedir. Ayrıca kendi özgeçmişindeki tecrübeler ve ruhsal yapısındaki dengesizlikler, kadınların annelik rolünü benimse ve uyum sürecini de olumsuz yönde etkilediği de bilinmektedir.³⁰ Annelik rolünü benimseme üzerine burada kayda değer bir çalışmadan bahsetmek yerinde olacaktır. Annenin değişim sürecinden geçerken neler yaşadığını anlatan Stern kadının bu dönemde iç dünyasında yaşadığı dramatik değişimleri resmederek bu yeni kimliğe uyumunu anlatır.

Stern, “Bir Annenin Doğuşu”³¹ adlı kitabında kadının gebelik boyunca ve sonrasındaki tecrübelerini anlatarak anneliğin psikolojisini ortaya koymaya çalışmaktadır. Gebelikte kadının hem fiziksel hem de psikolojik sağlığı bebek için mobilize edildiğini ve bedeni fetüsün oluşumunu üstlenmişken zihin ise nasıl bir anne olacağına dair düşünce oluşumunu üstlendiğini vurgulamaktadır. Stern, kadının bebeğiyle ilgili kurduğu düşüncelerin ay ay değişim gösterdiğini ifade etmektedir. Öncelikle kadının gebelik süreci ile ilgili farklı bir yorum getirerek kadın için aynı anda üç gebeliğin devam ettiğini belirtir ve şöyle açıklar: Anne adayının rahminde fiziksel olarak gelişimini saylayan bir fetüs, ruhunda gelişen bir annelik zihin yapısı ve zihinde şekil alan, hayal edilen bir bebek olmak üzere gebeliğin üç aşamalı süreç olduğunu belirtmektedir. Görüldüğü üzere Stern, gebeliği fiziksel sürecin ötesinde görüp aslında bu sürecin yeni bir kimliğe hazırlık olarak nitelendirdiği anlaşılmaktadır.

Kadın zihin dünyasında gebelik sürecinde pek çok senaryolar kurduğunu, değiştiğini, bunların yıkılıp yeniden tekrar yazıldığını vurgular. Stern, gebelikte zihni, “gelişmekte olan icat benzeri geleceğin birleştirildiği ve üzerinde çalışıldığı bir

²⁹ Hüsnüye Çalışır, “İlk Kez Anne Olan Kadınların Annelik Rolü Başarımlarını Etkileyen Etmenlerin İncelenmesi (Doktora Tezi), Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, İzmir, 2003, s.13

³⁰ Hülya Demirci, “İlk Gebeliği Olan Kadınların Psikolojik Tepkilerin İncelenmesi” (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 1996, s.8

³¹ Stern, a.g.e., s. 10 - 36

çalışma alanı” olarak tanımlar. Kadının gebeliğinin devam edeceği konusunda doktorlar net bir bilgi verdikten sonra anne adayının hayal kurma sürecinin başladığını ifade eder. Bu vakitlerde pek çok kadının bebeklerinin sahip olabileceği fiziksel özellikleri ve karakter özelliklerini canlandırmaya başladıklarını beyan eder ve çoğu kadının gebelikle ilgili heyecan ve kaybetme korkusu arasında denge kurduktan sonra çevresine duyurmak istediğini belirtir. Ancak bazı kadınların ise bebeğini kabullenmede üç aydan daha fazla zamana ihtiyaç duydukları için çevrelerine söylemekten kaçındıklarını da söyler. Hayal kurmanın en yoğun olduğu dönemin dördüncü ay ile yedinci ay arasında olduğunu belirtir ve bu aylarda gebe olan kadın hayallerinin dizginlerini özgür bırakır ve bebeğini daha ayrıntılı düşünür. Stern, sekinci ve dokuzuncu ayda çok ilginç bir şey olduğunu, bu aylarda gebenin hayal edilen bebeği daha detaylı düşünmesi gerekirken tamamen farklı bir durum olduğunu ve kadının bu zamana kadar kurduğu bebeğin hayalini yok etmeye başladığını ve hatta hayali bebeği kendisinden de sakladığını vurgular. Bunun sebebini ise hayal edilen bebek ile dünyaya gelen bebek arasında farklılıkların olmasını, annenin kaldıramayacağını beyan eder. Bir başka ifadeyle annenin beklentileri ile gerçekte karşılaşılan (cinsiyet, boyut, görünüm, renk) görüntü arasında annenin dünyasında bir çatışma olabileceğinden dolayı son iki ayda gebe olan kadın bebeği ile ilgili hayal kurmaktan vazgeçtiğini belirtir.³²

Anne adayının düşünceleri, hayalleri dönemlere bağlı olarak değişmekte olduğunu anlamış olmakla beraber bazı kişiler için yeni rolle uyum sağlamak çok da kolay olmayabilir. Kuğu ve ark. çalışmasında, kadının biyolojik, fizyolojik ve psiko-sosyal değişiklikler yaşadığını ve bunun da kadının gebelik hakkındaki inançlarını ve gebeliğe karşı tutumlarını etkilediğini ifade etmektedir.³³ Gebeliğin ve annelik rolünün benimsenmesinde kadını etkileyen pek çok faktör vardır. Kadının daha önce anneliğe hazırlayıcı olarak oynadığı roller, çevresinde bulunan olumlu ve olumsuz rol modelleri, gebeliğin planlanmış olması, gebelik ve doğum konusunda yeterli ve doğru bilgiye sahip olması, korku ve endişelerin makul sınırlarda olması, sahip

³² Stern, **a.g.e.**, s.10 – 36; Mehmet Teber, **Annenin Ruh Halleri**, Hayykitap yay., 2016, s. 137 -140

³³ Kuğu, Akyüz, **a.g.m.**, s.61

olduğu sosyoekonomik koşullar ve benlik kavramı³⁴ kendi yaşam özgeçmişindeki deneyimler, aile yapısına karşı tutumlar, kendi vücudundaki değişiklikler ve bunların hissettirdiği zıt duyguların birarada yaşanması, kadının yaşamındaki değişik ve yeni rollere uyum gerektiren bir süreç olduğu için doğal yaşam krizi olarak nitelendirilmektedir.

Bowen vd., 2006 yılında yaptıkları “Doğum Öncesi Depresyon” adlı araştırmalarında gebe olan kadınların yaklaşık %20'sinin doğum öncesi depresyon yaşadığını tespit etmişlerdir. Gebelikte depresyonun belirtilerinin, sair zamanlardaki depresyondan farklı olmadığını belirtirler ve risk faktörleri arasında depresyon öyküsü, eş eksikliği, medeni zorluklar, sosyal destek eksikliği, yoksulluk, aile içi şiddet, artan yaşam stresi, gebeliğe karşı belirsizlik, bebek hakkında kaygı önceki kürtajların tarihi, planlanmamış gebeliklerin olduğunu belirtmişlerdir.³⁵

Kadınlar gebeliği neşe, doyum, olgunluk, kendini gerçekleştirme ve mutluluk kaynağı olarak algıladığı gibi; stres, endişe, kaygılı bekleyiş, üzerinde aşırı bir yüklenme gibi olumsuz ruhsal duygulanımların da yaşanabileceği bir dönem olarak da görebilmektedir.³⁶ Gebelik süresince değişik zaman dilimlerinde gebenin duygusal reaksiyonları belirsizlik, içe dönüklük, pasiflik, kendini beğenmeme, bağımlılık korku ve anksiyete olarak tanımlanmıştır.³⁷ Bütün bu inişli- çıkışlı duygusal dalgalanmalar kadını bu dönemde depresyona daha yatkın hale getirdiği bilinmektedir. Bir bedenin içinde bir varlığın tekâmülü, kadını hem bedenlen hem de psikolojik olarak bir yük oluşturmaktadır. Bu da kadını bu dönem için depresyon, anksiyete, kaygı bozukluğuna daha elverişli hale getirmektedir.³⁸

³⁴ Aysun Babacan Gümüş ve ark., “Gebelikte Benlik Saygısı ve Beden İmajı İle İlişkili Özellikler”, **Anatolian Journal of Clinical Investigation**, 2011, c.5, sy. 1, s.7 ;

³⁵ Bowen, Angela; Muhajarine, Nazeem, “**Antenatal Depression**”, **Canadian Nurse**, 2006, c. 102, sy. 9, s. 27-30

³⁶ Kıymet Çalık, Songül Aktaş, “Gebelikte Depresyon: Sıklık, Risk Faktörleri Ve Tedavisi”, **Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar**, 2011; 3(1), s.143

³⁷ Sevindik, **a.g.t.**, s.24

³⁸ Victoria Mosack & Elsie R. Shore, “Screening for Depression Among Pregnant and Postpartum Women”, **Journal of Community Health Nursing**, 2006, c..23, sy.1, s. 37-47; Sheila M. Marcus, Heather A. Flynn, Frederic C. Blow, Kristen L. Barry, “Depressive Symptoms among Pregnant Women Screened in Obstetrics Settings” **Journal of Women's Health**, 2004, vol. 12, no. 4; Caron Zlotnick, Ivan W. Miller, Teri Pearlstein ve ark. “A Preventive Intervention for Pregnant Women on Public Assistance at Risk for Postpartum Depression”, **The American Journal of Psychiatry**, 2006,

1.1.3. Gebelik Döneminde Meydana Gelen Fiziksel ve Psiko-Sosyal Değişimler

Gebelikte her trimesterin kendine özgü fiziksel ve psikolojik değişiklikler olduğu bilinmektedir. Gebelikte görülen rahatsızlıkların çoğu, fizyolojik ve anatomik rahatsızlıklardır. Aynı zamanda fiziksel rahatsızlıkların kadının yaşam kalitesini de düşürdüğünden psikolojik olarak etkilenmesi de söz konusudur. Bu da gebe olan kadın için stres ve yük oluşturmaktadır. Kadının her trimesterde başarması gereken gelişimsel görevleri ve genel tepkileri vardır.³⁹

Gebelik süreci üç aylık periyotlardan oluşmakta olup her birine trimester denilmektedir. Birinci trimester, uyum dönemidir. Bu dönem ilk üç ay boyunca sürer. Hem gebe olan kadın yeni duruma hem de vücut yeni durumuna uyum sağlamaya çalışır. İkinci trimester, denge dönemidir. Annenin ve fetüsün vücutları birbirlerine mükemmel şekilde uyum sağlamış gibi gözükmektedir. Sıkıntılar genellikle durmuştur. Üçüncü trimester, bitkinlik dönemidir. Bu dönemdeki sıkıntıların nedeni öncelikle fetüsün gelişip büyümesi ve buna bağlı artan rahimin hacmi, yorgunluğa ve varislere neden olabilir. Diğer bir neden ise organizma doğuma hazırlandığından kalça kemiği bağlar ve eklemlerinde olan değişimler ağrıya neden olabilir. Ayrıca doğuma karşı ön yargılar, ölüm korkusu, ağrı ve sancılar, kötü doğum hikâyeleri bu dönemde gebenin endişe ve kaygısını da artırabilir.⁴⁰

Gebe olan kadın görüldüğü üzere ilk trimesterde kendisindeki değişimlere odaklanmış olup, ikinci trimesterde fetüsün hareketlerinin hissedilmesiyle fetüse yoğunlaşmış; son trimesterde ise acı çekme, doğum ve bebeğini kaybetme korkusuyla ilgiyi kadın kendisine ve bebeğine yönelmiştir.⁴¹

İlk üç aylık dönem 0 ve 12. haftalar olarak arasını kapsar. I. trimester, kadının gebe olduğu gerçeğine uyum ile ilgilidir. Kadının başarması gereken

v.163, no.8, p.1443- 1445; Bahriye Arslan, Akif Arslan ark., “Gebelik Anksiyete ve Depresyonunda Risk Faktörleri: 452 Olguda Değerlendirme”, **Tepecik Eğitim Hastanesi Dergisi**, 2011; 21 (2): 79-84

³⁹ Uçar, **a.g.t.**, s.5

⁴⁰ Fatma Çosar Çetin, Nurdan Demirci, Kıymet Çalık, Ayşe Akıncı, “Gebelikte Olan Fiziksel Yakınmalar”, **Zeynep Kamil Tıp Bülteni**, 2017, c.48 sy.4, s.136

⁴¹ Uçar, **a.g.t.**, s.5

gelişimsel görevi, gebeliğini kabul etmesidir. Bu trimesterin son zamanlarına doğru gebe olduğunu kabul edip ifade edebilmelidir. Kadının aile durumu, çalışma hayatı, eşi ile ilişkisi, gebelik durumunun oluşturacağı yeni güçlükler ve gereksinimler bu gerçeğe geliştirilen tutumda etkilidir.⁴²

Bu aylarda gebelerde en sık rastlanılan fizyolojik yakınmalar; sık idrara çıkma, bulantı-kusma, iştahta artma-azalma, mide yanması, kokulara karşı hassasiyet, kabızlık, diyabet, hemoroid, varis, bacaklarda ödem, kas krampları, bel ağrısı, baş ağrısı, meme ve vaginal rahatsızlık, yorgunluk, halsizlik, sıkıntı hissi ve uykusuzluktur.⁴³ Yapılan araştırmalarda kadınların gebeliğin ilk trimesterinde cinsel istekte azalma görüldüğü tespit edilmiştir.⁴⁴ Fetusa psikolojik bağlanma, anne karnında başlar ve ikinci trimesterin başlangıcına kadar devam eder. Kadınların çoğunda bebeğin zihinsel bir resmi oluşur ve annelerin çoğu, doğmamış çocuklarıyla konuşurlar. Fetusa duygusal konuşma, anne- bebek bağlanmasının sağlıklı yapılandığını gösterir. Aynı zamanda anne bebeğe uyum sağlama sürecinde, sigara içme ve kafeini bırakma gibi sağlıklı beslenme için özel bir çaba içine girmesi de bu bağlanmanın sağlıklı yapılandığını göstermektedir.⁴⁵ Bu haftalarda gebeliği ve anneliği normal olarak algılayan kadınların değişimlere adaptasyonu daha iyidir. Menstruasyona (kadınların ay hali) ve gebeliğe karşı olumsuz duygular taşıyan kadınlarda baş ağrısı, bulantı, duygusal gerilim gibi semptomlar ortaya çıkabilir. Duygusal dalgalanmalar bu dönemde sık görülür. Zıt duyguların bir arada yaşandığı ve fiziksel rahatsızlıkların bir arada yaşandığı bu dönem kadının bebeği için çok az sevinç duyduğu bir evredir.⁴⁶

İkinci üç aylık dönem 13–24. hafta arası olarak nitelendirilen II. trimester, bebekle olan biyolojik bağın daha derin ve yakından hissedildiği dönemdir.⁴⁷ Bu trimesterde kadının başarması gereken gelişimsel görev, fetüsü ayrı bir varlık olarak algılayıp kabul etmektir. Fiziksel rahatsızlıkların azalmasına bağlı olarak gebe

⁴² Kuğu, Akyüz, **a.g.m.**, s.62

⁴³ Emine Yiğit Günay, "Gebelerde Kaygı Düzeyi: **"Cambridge Kaygı Ölçeği"**nin Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması" (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, s.5

⁴⁴ Hasan Efe, "**Gebeliğin Kadın Cinselliği Üzerinde Etkileri**" (Uzmanlık Tezi), Haseki Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul, 2006, s.4

⁴⁵ Kuğu, Akyüz, **a.g.m.**, s.62

⁴⁶ Demiryay, **a.g.t.**, s.22

⁴⁷ Kuğu, Akyüz, **a.g.m.**, s.62

kendisini daha iyi hissetmektedir.⁴⁸ Bundan dolayı ebeveynler için mutlu zamanların yoğun geçirildiği bir dönemdir.

Denge dönemi olarak bilinen ikinci trimesterde annenin ve çocuğun vücutları birbirlerine mükemmel şekilde uyum sağlamış gibi gözükmektedir. Gebelik benimsenmiş olsa bile, duygu ve mizaç değişiklikleri, problem çözme becerilerinde yavaşlama ya da değişiklik, aşırı duyarlılık, alınganlık, huzursuzluk, ani kızgınlık, büyük mutluluk gibi bazı şaşırtıcı değişimler görülebilir.⁴⁹ İkinci trimester, kadının hamileliğin fiziksel değişikliklerine uyum sağladığı dönemdir. Yorgunluk, bulantı-kusma azalır. Bu yakınmalardan kurtulan kadının cinsel ilişkiye ilgisi arttığı gözlemlenir. İkinci trimester, anne adayının fiziksel sağlığına kavuştuğu dönemdir. Gebe olduğu gerçeğini ve hayatına getireceği değişiklikleri benimser. Bu aylarda kadının karnı dışarıdan farkedilir seviyede olur ve bebeğin büyümesiyle bağlanma daha derin ve yakın hissedilir. Beden imajındaki değişiklikler olumlu etkilere bir başka ifadeyle kadının ve eşinin gurur yaşamasına sebep olmaktadır.⁵⁰

Üçüncü üç aylık dönem 25 ve 40. haftalar arasını kapsar. Son dönem, gebe için bitkinlik dönemdir. Öncelikle fetüsün gelişip büyümesi ve buna bağlı artan uterus (rahim) hacmi, yorgunluk, halsizlik, mide problemleri, solunum sıkıntısı, pelvik ligament ağrıları (karın, kalça etrafında kesin ağrılar), sık idrara çıkma, hareketin azalması, memelerden süt gelmesi gibi fiziksel rahatsızlıkların üst seviyeye çıktığı dönemdir. Fiziksel rahatsızlıklar gebenin cinsel hayatında da etkili olup ikinci plana atılmasına neden olmaktadır. Fiziksel rahatsızlıklar anne adayında bir bıkkınlık hali oluşturmuştur. Anne de her şeyin bir an önce bitmesi isteği vardır. Gebeliğin fiziksel rahatsızlıkları, artan yükü, sorumluluğu aynı zamanda kadının psikolojik olarak doğuma hazırladığı da bilinmektedir.⁵¹

Kadın bu dönemdeki başarması gereken gelişimsel görevleri, annelik rolünü algılamaya başlaması ve “bir anne olacağım” diyebilmesidir. Her ne kadar doğumdan

⁴⁸ Sevilay Çobanlar Akkaş, “**Gebelik Döneminde Eşler Arası Uyum**”(Yüksek Lisans Tezi), Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Adana, 2014, s.14

⁴⁹ Uçar, **a.g.t.**, s.7

⁵⁰ Elmas Mutlu Güneş, “**Gebelikte Bulantı Kusma, Annelik Rolü ve Gebeliğin Kabulü Arasındaki İlişki**” (Yüksek Lisans Tezi), DEU Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 2012, s.23; Efe, **a.g.t.**, s.5

⁵¹ Efe, **a.g.t.**, s.9; Demirci, **a.g.t.**, s.11, Demiryay, **a.g.t.**, s.24

sonra annelik rolünü benimsemesi beklense de kadının ön hazırlık olarak gebeliğinde bu rolü kazanması beklenir. Kadının bu dönemde gösterdiği duygusal ve davranışsal değişimleri bebeğine karşı daha “duyarlı” hale gelir. Bebeğini kaybedeceği ya da ona zarar vereceği duygusunu yaşar ve bu nedenle kendine çok dikkat eder ve çevresinden destek bekler.⁵²

Doğum yaklaştıkça gebenin korkuları artmaktadır. Doğum dair endişe ve korkular III. trimesterde en üst düzeye çıkmaktadır. Bilinmezliklerin fazla olması, çevresinden duyduğu kötü senaryolu doğum hikâyeleri, doğum ağrılarıyla baş etmek için kullanacakları doğru yöntemleri ve tepkileri bilmemesi, bebeğinin ve kendisinin yaşamsal tehlikelerinin olup olmayacağı, duygusal ve fiziksel olarak kontrolünü kaybetme vs. gebenin büyük bir kaygı yaşamasına neden olabilmektedir. Kadın bir an önce doğum yapıp bebeğine sağlıklı şekilde kavuşmak ister.⁵³

1.2. Dini – Manevi Yaşam ve Gebelik

1.2.1. Din, Dindarlık Tanımları ve Dindarlığın Boyutları

Tezimizde gebenin dini ve manevi yaşamı araştırma alanı olduğundan hem din kelimesi hem de maneviyat kelimesi sık sık kullanılmaktadır. Kadının hayatında dini manevi ilişkisini görmek açısından bu kelimelerin ne anlam ifade ettiğini belirtmek ve kavramsal çerçevesini izah etmek yerinde olacaktır. Ancak biz burada din, dindarlık ve maneviyat kavramlarını tanımlama, sınırlarını belirlemede yaşanan zorluk ve tartışmalara yer vermeden genel anlamıyla literatürde kullanılan şekliyle ifade etmeye çalışacağız.

“Din” Arapça bir kelime olup deyn kökünden gelmektedir. Sözlükte “Ceza ve karşılık, İslâm, örf ve âdet, zül ve inkıyad, hesap, hâkimiyet ve galibiyet, saltanat ve mülkiyet, hüküm ve ferman, makbul ibadet, millet, şeriat, itaat”⁵⁴ gibi çeşitli anlamlara gelmektedir. Genel çerçevesi ile din kavramı; Tanrı'ya, doğaüstü güçlere,

⁵² Uçar, **a.g.e.**, s.8

⁵³ Burcu Küçükkaya, İlknur Dindar, Özge Erçel, Esra Yılmaz, “Gebelik Dönemlerine Göre Gebelerin Doğum Ve Postpartum Döneme İlişkin Endişeleri” **G.O.P. Taksim E.A.H. Özgün Araştırma Jaren**, 2018, c.4, sayı.1, s.28-36; Kılıçarslan, **a.g.t.**, s.8; Sevindik, **a.g.t.**, s.33

⁵⁴ Günay Tümer, “Genel Olarak Din”, **TDV yay.**, İstanbul, 1994, c.9, s.312

çeşitli kutsal varlıklara inanmayı ve tapınmayı sistemleştiren toplumsal bir kurum⁵⁵ olarak nitelenebilir.

“Dinin Tarifi Mümkün mü?” isimli makalesinde Yaparel; her din, kurum ve şahıs kendi dünya görüşünü yansıtacak şekilde din kavramını izah etmeye çalıştığından bütünsel bir tanım yapmanın oldukça zor olduğunu vurgulamaktadır. Ancak Glock ve Stark’ın yaptığı din tanımı bugün akademik dünyanın gerek teorik gerekse empirik çalışmalarda destek görülen tanımları arasında olduğunu da belirtmektedir. ‘Din, bir yönüyle iman (itikad), bir yönüyle amel (pratik), diğer bir yönüyle de duyguyu içine alan bir bütünlük arzeden yapıya sahip bulunmaktadır.’⁵⁶

Sosyal bilimcilerin din tanımlarına yer veren Pazarlı’ya göre Wundt için, “Kainatta her mütenahinin namütenahide ve her fani olanın edebiyette yaşaması hakkındaki vasıtasız bir şuur ve bu şuura ait olan bütün fikirler ve duygular.” olduğunu ifade ederken; Otto için “Bir kutsala inanmak ve onunla münasebet kurmak için yapılan davranışlar”⁵⁷; Durkheim için de “Kutsal varlıkla ilgili her türlü ibadetler ve itikatlardan meydana gelen toplu bir sistem” olduğunu belirtmiştir. Freud dini “Çocuklukta yaşanan tecrübelerden kaynaklı bir nevroz”⁵⁸ olarak açıklanırken, Jung, Freud’un nevroz olarak açıkladığı dini “İnsanı nevrozdan kurtaran ruhsal bir tedavi sistemi ve kişinin sığınacağı güven kapısı”⁵⁹ olarak ifade etmektedir. Görüldüğü üzere herkesin üzerinde birleşeceği bir tanım yapmak oldukça zordur. Kimileri dini bireysel, kimileri toplumsal, ilişkisel yönden anlatmak istemişlerdir. Bir başka ifadeyle bu tanımlamalar yapılırken, dini oluşturan unsurlar açısından ele alan “özel tanımlar” yanında, birey ve toplumun hayatındaki rolü açısından ele alan “işlevsel tanımları”⁶⁰ ortaya konulmuştur.

⁵⁵ http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_bts&arama=kelime&guid=TDK.GTS.5ce10fcc0d9fb4.38196212 (Erişim tarihi: 20.11.2018)

⁵⁶ Glock ve Stark, **Religion and Society in Tension**, Chicago, 1973 ; akt. Recep Yaparel, “Dinin Tarifi Mümkün mü?”, DEÜ İlahiyat Fakültesi Dergisi, İzmir, 2009, c.25 s.413

⁵⁷ Osman Pazarlı, **Din Psikolojisi**, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1993, s.29

⁵⁸ Freud, S., Totem and Taboo, PFL, c.XIII, 1912; akt. Ali Köse, **Freud ve Din**, iz yayıncılık, İstanbul, 2012, s. 29

⁵⁹ C.G. Jung, Psycholog and Religion, Yale University, 1960; akt. Ali Köse, Ali Ayten, **Din Psikolojisi**, Timaş yay. İstanbul, 2012, s.39

⁶⁰ Hayati Hökelekli, “Din, Dindarlık ve Boyutları”, **Anadolu Üni. yay.**, Eskişehir, 2010, s. 25-26

Diğer bir kavram ise “dindarlık”tır. Din tanımlamasında çekilen zorluklar dindarlık kavramı içinde geçerli olup kolayca anlaşılabilir ve izah edilebilecek bir kavram değildir. Dindarlık sözlükte, dinin yapılmasını emrettiklerini yapma, yasaklarından kaçınma hali, tedeyyün,⁶¹ tedeyyün: 1. Dinli olma. 2. Dinine bağlı olma,⁶² dindar ise Allah’a inanmış ve bağlanmış olan kimse⁶³ olarak tanımlanmaktadır. Dindarlık genel olarak insanın iç âleminde aşkın bir varlığa inanma, bağlanma ve davranışlarla gösterilmesi anlamına gelir.

İnsanda yaşayan din olarak tanımlanan dindarlık herkes tarafından farklı şekilde algılanıp tanımlanmaktadır. Hökelekli, dindarlık kavramı için kişinin bağlı olduğu dine ait inançlar ve değerlerle ilgilenme ve etkinliklerle meşgul olma düzeyi ve hem de bireysel ya da grup düzeyinde bunların yapılaşmış biçimlerini ihtiva eden ve bağlanma derecelerini gösteren bir kavram” olduğunu belirtmiştir.⁶⁴ Tekin, dindarlığı “dinin insan hayatına nüfuz derecesi” olarak tanımlayıp bu tanımın, dinin teorik boyutunu (inanç), ibadet ve yaşama gibi bütün safhalarını ele aldığını⁶⁵ ifade etmiştir. Okumuş ise dindarlığı, “İnsanın iman-amel temelinde ortaya koyduğu dini tutum, deneyim ve davranış biçimi”⁶⁶ olarak tanımlamıştır. Bütün tanımlarda görüldüğü üzere dindarlık için ortak ifade, inancın günlük hayatta karşılık bulması ve kişinin davranışlarına tezahür etmesi olduğu anlaşılmaktadır.

Din insan hayatının her alanını -inanç, ibadet, ahlak, ticaret, toplumsal ilişkiler, davranışlar- kuşattığından dindarlığın çok çeşitli tezahürleri olabilir. Dindarlık biçimleri, çok farklı şekillerde kategorize edilmiş ancak bunlar içerisinde yaygın olarak kullanılan Glock ve Stark’ın ortaya koydukları dindarlık boyutlarıdır. Bu boyutlar, ülkemiz için de geçerliliğini sürdürmekte olup kullanılan dindarlık ölçekleri bu boyutlar dikkate alınarak geliştirilmiştir.⁶⁷ Glock ve Stark, insanın

⁶¹ D. Mehmet Doğan, **Büyük Türkçe Sözlük**, 10. Baskı, Ülke Yay., Sirkeci - İstanbul, Ocak/1994, “Dindarlık” maddesi, s. 284.

⁶² D. Mehmet Doğan, **a.g.e.**, “Tedeyyün” mad., s. 1055.

⁶³ Ferit Develioğlu, **Osmanlıca-Türkçe Ansiklopedik Lugat**, 11. Baskı, Aydın Kitabevi Yay., Ankara 1993, “Dindar” maddesi, s. 188.

⁶⁴ Hayati Hökelekli ve ark., **Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi**, Ankara Okulu Yayınları, Ankara, 2002, s. 31

⁶⁵ Mustafa Tekin, **Kutsal Sekülerizm**, Açılım Kitap, İstanbul, 2011, s. 134

⁶⁶ Ejder Okumuş, **Gösterişçi Dindarlık**, Özgü yay., İstanbul, 2005, s. 38

⁶⁷ Ali Ayten, **Empati ve Din**, İz yay., İstanbul, 2010, s. 130; Necdet Subaşı, “Türkiye Dindarlığı: Yeni Tipolojiler”, **İslamiyat V. Dergi**, 2002, sayı 4, s. 17-40; Abdulkadir Çekin, “Dindarlık Boyutları ve

yaşantısında dini öğreti ve kuralları anlayıp hayatına uygulama noktasında farklı yansımaların olduğu görülse de bu boyutların tüm dindarlık tipleri için geçerli olduğunu belirtmektedirler. Dinin insanın hayatına yansımalarının beş boyutu olduğunu ve bunları inanç, ibadet, duygu, etki ve bilgi boyutları⁶⁸ olarak izah etmişlerdir.

Dindarlığın inanç boyutu vardır. Dinler birtakım inanç ve öğretiler temelinde kendi sistemlerini kurarlar. Bazen aynı dini gelenekte dahi dini bilginin farklı tezahürleri olabilir.⁶⁹ İnançların tüm dini geleneklerde merkezi bir konumu vardır. Bir kimse, dinin ilkelerini kabul ederek inandığı, bağlandığı dinin öğretileri çerçevesinde bir Tanrı inancına sahip olup kendi eğilimleri doğrultusunda bir Tanrı tasavvuru geliştirir.⁷⁰

Dindarlığın törensel boyutu ile dinsel pratikler ifade edilir. Çeşitli ayinler, dua, dinî törenlere katılma, oruç tutma gibi ritüeller, ibadet boyutu içerisinde yer alır.⁷¹ Hemen her dinî gelenek, kendi içinde birtakım uygulama, eylem ve etkinliğe yer vermekte olup dine bağlı bir kişinin yapması gereken ödevleri ve görevleri vardır. Bunlar, inanılan ilahi ve kutsal varlığa itaati simgeleyen ve onunla canlı bir ilişkiye, yakın olmaya, rızasını kazanıp öfkesinden korunmaya imkân veren eylem ve etkinliklerdir.⁷² Dinin inanç ve ibadet boyutu birbiriyle yakından ilişkilidir. Her inanç bireyin hayatında kendini dini pratik ve uygulamalarla görmek ister. “Şüphesiz, benden başka hiçbir ilâh yoktur. Öyleyse bana ibadet edin” diye vahyetmişizdir.”⁷³ ayetinde inanç boyutu tevhit temelli olup devamında ibadet edilmesi istenmektedir. Bu da bize inanç ve ibadetin birbirinden ayrılmaz ikili olduğunu göstermektedir.

Din Öğretimi: İlk ve Ortaöğretim Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Dersi Öğretim Programları (2010) Çerçevesinde Bir Analiz”, **The Journal of Academic Social Science Studies**, s. 245- 261; Hüseyin Peker, “Kur’an-a Göre Dindarlığın Boyutları”, **Çukurova Üni. İlahiyat Fakültesi Dergisi**, c.12, sy.2, s.41-49; Hökelekli **a.g.e.**, 2010, s. 27-34; Ejder Okumuş, **a.g.e.**, s. 40;

⁶⁸ Glock, C. Y. (1998). **Dindarlığın Boyutları Üzerine** (Çev., M. Emin Köktaş), Vadi Yayınları, Ankara, (Der.Aktay Yasin, Köktaş M. Emin) Din Sosyolojisi, s. 252-274; Hökelekli, **a.g.e.**, s. 33

⁶⁹ İhsan Çapcıoğlu, “Sosyo -Politik Tutumlar ve Dindarlık: İlahiyat Fakülteleri Örneğinde Bir Alan Araştırması”, **İlahiyat Fak. Dergisi 14:1** (2009), SS.143-180, s. 151

⁷⁰ Hökelekli, **a.g.e.**, s. 33

⁷¹ Çekin, **a.g.m.** s. 249

⁷² Hökelekli, **a.g.e.**, s. 33

⁷³ Enbiya süresi 21/25

Dindarlığın bir başka boyutu ise tecrübesel boyuttur. Dinin tecrübe boyutu, “nihaî gerçekliğe iştirak etme” ya da “dinî bir duyguyu tecrübe etmeyi” ifade eder. Dindarlığın bu boyutunda, dinî inanç ve dinî ibadetle bağlantılı bir biçimde hassas ve daha az belirgin olan yaşantı şekilleri vardır.⁷⁴ Dindar bir insan, hakikatin öznel bilgisine ulaşabilir ve bazı duyguları yaşayabilir. Bu duygular ise bir yaratıcı ile olan iletişimini sağlar. Bununla beraber her dinde, en azından, minimum seviyede bireysel dindarlığın bir işareti olarak bir takım öznel dinsel değerler yer alır.⁷⁵ Dinin bu boyutu çoğunlukla, korku veya vecd (ilahi aşk) hali, huşu veya mutluluk duygusu, ruhsal huzur veya ilahi olanla yoğun vuslat gibi durumlarda gözlemlenebilir.⁷⁶

Dindarlığın bir başka boyutu zihinsel (bilgi) boyutudur. Her dinin inanç, ibadet, ve ahlaka ilişkin temel kuralları vardır. Bilgi ve inanç boyutu birbiriyle doğrudan ilişkilidir. Çünkü bir inancın kabulü için bilgi ön koşuldur. Bununla beraber inanç bilgiyi takip etmez ve dolayısıyla bilgi de inanca bağlı değildir. Hatta bir kişi gerçekten anlamaksızın inanabilir, iman az bir bilgi üzerine de temellenebilir.⁷⁷

Son olarak ise etki boyutu vardır. Bu boyut ile insanın dini inanç, pratik, tecrübe ve bilgisinin bütün dünyevi sonuçları özetlenmiş olmaktadır. Başka bir ifadeyle, insanların neyi yapmaları ya da neden kaçınmaları ve hangi zihniyete sahip olmaları gerektiğini belirleyen dini metinlerin pratik sonuçları burada görülebilir. Dinin bu boyutu insanlar arası ilişkilerde ortaya çıkmaktadır.⁷⁸ Beslenmeden nezaket kurallarına, bireysel ahlaki tutum ve davranışlardan sosyal ilişkilere varıncaya kadar dinin etkileri vardır. Dindarlık yaşantısı; beden ve ruh sağlığı, kişilik, ahlak ve karakter gelişimi, benlik algısı ve benlik saygısı, toplumsal ilgiler, tercihler ve tutumlar, dünya görüşü, yaşam biçimi ile çok yakından ilişkilidir.⁷⁹

Bilinmektedir ki dinin insan hayatındaki tezahürleri farklılıklar göstermektedir. Aynı din mensubu insanlar dahi, dinlerini aynı derinlikte

⁷⁴ Abdulkadir Çekin, **a.g.m.** s. 249

⁷⁵ Hasan Kayıklık, “Bireysel Dindarlığın Boyutları ve İnanç Davranış Etkileşimi”, **İslami Araştırmalar Dergisi**, Cilt. 19, Sayı. 3, 2006, s. 493

⁷⁶ Çapcıoğlu, **a.g.m.**, s. 152

⁷⁷ Kayıklık, **a.g.m.**, s. 493

⁷⁸ Çapcıoğlu, **a.g.m.**, s. 152

⁷⁹ Hökelekli, **a.g.e.**, s. 34

yaşayamazlar; kişiden kişiye değişen farklı derecelenmeler oluşur. Bu farklılıkları değerlendiren Allport iç ve dış güdümlü eğilimleri ölçmek için bir ölçek geliştirmiştir.⁸⁰

Yaşamlarında dışgüdümlü bir dindarlık yönelimi taşıyan kişiler dinî değerlere pragmatist açıdan yaklaşırlar. Bireysel ya da grupsal istek ve amaçlara ulaşmada din, yararlı bir araç durumundadır. Bu yönelimde olan kişiler için inanç ve uygulamalar, yaşamak amaçlı değil toplumda bir makam ve mevki elde etme, insanlar arasında değerli hissetme, teselli verip sığınma ve güven duygusunu sağlama gibi temel ihtiyaçlarını karşılamada faydalı bir araçtır.⁸¹

İçgüdümlü dindar insanlar ise dini inanç ve uygulamaları benimseyerek içselleştirirler. Dini değerlere derinden saygı duyup riayet ederler.⁸² Motivasyonunu bizzat dini kaynaklardan alan içgüdümlü dindarlar dini ilke ve değerlerle uyum içinde olup samimiyetle yaşamak için büyük bir gayret sarfederler.⁸³ Bu yönelimdeki dindarların temel karakteristik değerleri, tevazu, hoşgörü, saygı, başkalarına karşı iyi niyet, dini emir ve yasaklara riayet, ibadetlerde devamlılıktır.⁸⁴

1.2.2. Maneviyat

“Maddi olmayan, manevi şeyler”⁸⁵ demek olan maneviyat kavramının da tezimiz için önemli bir yeri vardır. Din, dindarlık gibi maneviyat kavramı da kolayca anlaşılıp izah edilecek bir kavram değildir. Nitekim tanımlamanın ve kavramsal çerçevesini belirlemenin zorlukları din psikolojisine ait çalışmalarda tartışıldığı görülmektedir.⁸⁶ Maneviyat denildiğinde zihne ilk gelen düşünceler, insanın kutsal

⁸⁰ Gordon W. Allport, “The Religious Context of Prejudice”, **Journal for the Scientific Study of Religion**, 1966, c.5, sy.3, s. 447-457; Gordon W.Allport-Ross, J. M., “Personal Religious Orientation and Prejudice”, **Journal of Personality and Social Psychology**, 1967, c.5, sy.4, sy. 432-443, akt. David M Wulff, “The Psychology of Religion: An Overview” (çev. Mustafa Koç), **İslami Araştırmalar Dergisi**, c. 17, sy. 4, 2004, Sayfa: 401-409; Hayati Hökelekli ve ark., **Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi**, Ankara Okulu Yayınları, Ankara, 2002, s. 90

⁸¹ Hökelekli, **a.g.e.**, s. 35

⁸² Hökelekli, **a.g.e.**, s. 92

⁸³ Köse, Ayten, **a.g.e.**, s.113

⁸⁴ Hökelekli vd., **Gençlik, a.g.e.**, s. 92

⁸⁵ <http://sozluk.gov.tr/> (Erişim Tarihi: 15.08.2018)

⁸⁶ Sevde Düzgüner, “Nerden Çıktı Bu Maneviyat: Manevi Bakımın Temellerine İlişkin Kültürlerarası Bir Analiz”, **Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Cilt-I**, ed. Ali Ayten, Mustafa Koç, Nuri Tınaz, Dem yay., İstanbul, 2016, s.17-43; Düzgüner, “Psikoloji Literatüründe Maneviyat Kavramı”,

olarak kabul ettiği varlıkla ilişki kurması ve bu ilişki sonucu kişinin yaşama bir anlam vermesi, amaç, hedef koyması, kendi sahip olduğu potansiyellerini de ortaya çıkararak benlik gelişimini tamamlaması (kendini gerçekleştirme), hayat memnuniyeti ve mutluluğu bulma arzusu, kişinin kendisine, çevresindekilere karşı bağıllığı ve ilişkisi, evrensel değrlere saygısı gelir.⁸⁷

Batı literatürüne bakıldığında din ve maneviyat alanında çalışmalar yapan Pargament, “Maneviyat kutsalın arayışı, insanların keşfetmek, tutunmak ve gerektiğinde de yaşamlarında kutsal olarak kabul ettikleri şeyi değiştirmek için arayışa girdikleri bir süreç”⁸⁸ olarak tanımlar. Ayrıca tanımda geçen kutsal kavramını “...sıradanlıktan uzak saygıyı hak eden özel nesneleri ve olayları ifade eden şey.”⁸⁹ diye açıklımını yapmıştır. Burada açıklaması yapılan kutsal kavramı sadece aşkın ve güçlü bir varlık için kullanılmamış olması dikkat çekicidir. Kutsalı içkin bir varlık olarak da belirtmektedir. Hayatın içinden herhangi bir şeyin de başka bir ifadeyle kişinin saygı duyup önem verdiği bir nesne veya bir olaya da kutsallık atfettiğini düşünmekteyiz ki, bu da maneviyatın dinden ayrıldığı bir nokta olarak karşımıza çıkacaktır. Elkins ve ark 1988 yılında fenomenolojik maneviyat üzerine yaptıkları çalışmalarında, “Aşkın bir boyutun farkına varılmasıyla ortaya çıkan ve kişinin kendisi ile, hayatla ve nihai gördüğü şeyle ilişkisi, tecrübe ediş biçimi”⁹⁰ olarak tanımlamışlardır. Görüldüğü üzere tanımlarda, kişinin kutsalı bulma çabasının çevresine karşı farkındalık oluşturma gayreti içinde olma ve inandığı varlıkla kurduğu bireysel bir ilişki ve deneyimin sonucu olarak anlaşılması dikkat çekicidir.

Maneviyat Psikolojisi, ed. Mustafa Atak, Elit Kültür yay., İstanbul, 2016, s.11-17; Hayati Hökelekli, **Din Psikolojisine Giriş**, DEM yay., İstanbul, s. 45-50; Köse,Ayten, **a.g.e.**, s. 125;

⁸⁷ Gülüşan Göcen, “Şükür Maneviyatın Neresinde?”, **Maneviyat Psikolojisi**, ed. Mustafa Atak, Elit Kültür yay. İstanbul, 2016, s.167 – 191; Hıdır Apak, Muhammet Cevat Acar, “Dindarlığın Bir Boyutu Olarak Maneviyat”, **Din Bilimleri Klasik Sorunlar – Güncel Tartışmalar**, ed. Nesim Doru, Ömer Bozkurt, Mardin Artuklu Üniversitesi yay., Mardin, 2018, s. 365- 377

⁸⁸ Peter C. Hill & Kenneth I. Pargament, “Advances in the Conceptualization and Measurement of Religion and Spirituality: Implications for Physical and Mental Health Research”, **American Psychological Association** c.58, sy.1, s. 64-74 (çev. Mustafa Ulu), **Bilimname**, 2015, c.28 sy.1, s.343-368

⁸⁹ Hill, Pargament, **a.g.m.**, s. 345

⁹⁰ David N. Elkins , L. James Hedstrom , Lori L. Hughes , J. Andrew Leaf, Cheryl Saunders, “Toward a Humanistic-Phenomenological Spirituality: Definition, Description, and Measurement”, **Journal of Humanistic Psychology**, c.28, sy. 4, s. 5- 18 akt. Sevde Düzgüner, “Maneviyat Algısı ve Diğerkâmlıkla İlişkisi” (Doktora Tezi), **Necmettin Erbakan Üniversitesi SBE**, Konya, 2013, s.26

Ayrıca bireysellik ön plana çıkartılarak tanımlamalar yapılmış olmasından maneviyatın öznel bir tecrübe olduğu anlaşılması da mümkündür.

Din ve maneviyat kavramları literatürde bazen birbiriyle içiçe kullanılıp bazen de tamamen birbirinden farklı anlamlar ifade edilecek şekilde kullanıldığı görülmüştür. Ayrıca literatürde maneviyatın dinin bir uzantısı olduğunu savunanlar olduğu gibi maneviyatın anlamının dinden daha geniş olduğu yönünde görüş bildirenler de olmuştur. Bu kavramsal tartışmalar neticesinde yakın zamanda (2011) Amerikan Psikoloji Derneği (APA) “Din Psikolojisi” isimli bölümün “Din ve Maneviyat Psikolojisi Derneği” olarak ismini değiştirmiştir. APA’nın böyle isim değişikliğine gitmesi din ve maneviyatın birbirleri ile sıkı bir ilişki içinde olmasına rağmen aslında birbirinden farklı kavramlar olduğunu kabul ettiğini resmi olarak da göstergesi olmuştur.⁹¹

Dindarlık ve maneviyat, birbiriyle yakından ilişkili bir kavram olduğu düşünülse de gerçekte birbirinden ayrıldığı temel noktaları mevcuttur. Maneviyat, dine ait olmayan unsurları da içerdiğinden dindarlıktan ayrılmaktadır. Dindarlık, ruhun aşkın bir varlığa doğru yolculuğunda bazı uygulamaları yerine getirmeyi ifade edip kabul edilen bir yapının inanç ve öğretilerine bağlı olmak ve kendi yaşamında bunun tezahürlerini görmek iken maneviyat ise kişinin hayatını bir kutsal varlıkla kurduğu ilişki sonucu anlamlandırma çabası olup evrensel değerlere bağlılığını⁹² ifade etmektedir. Daha net bir ifadeyle dindarlık bir toplumla ilgili olup daha çok kurumsala bağlılığı ve tecrübeleri ifade ederken maneviyat ise yüce bir güçle iletişimi, bu iletişim sonunda bireysel tecrübeleri ve duygusallığı kapsar.⁹³ Şu örnek maneviyatın kapsamını anlamamıza yardımcı olacaktır: Maneviyat arayışı, mabede gidip namaz kılmakla olduğu gibi, türbeye gidip çaput bağlamakla da kendini gösterebilir.⁹⁴ Dolayısıyla burada, bugün her dindar olanın manevi yönü olmakla beraber, her manevi tecrübenin dindarlık ölçütünü vermediği söylenebilir.

⁹¹ Düzgüner, a.g.e., s.19

⁹² Carlos Del M. Rio Ve Lyle J. White, “Separating Spirituality From Religiosity: A Hylomorphic Attitudinal Perspective”, **Psychology of Religion and Spirituality**, 2012, c. 4, sayı: 2, s. 89-91

⁹³ Simon Dein, “Religion, Sprituality and Depression: Implications for Research and Treatment, **Primary Care and Community Psychiatry** (çev. Nurten Kimter), c. 11, sayı. 2, s.67

⁹⁴ Köse, Ayten, a.g.e., 126

Din, dindarlık, maneviyat kavramlarına ek olarak alan çalışmalarında dini tecrübe kavramı da geçmektedir. Kısaca ifade edecek olursak, dini argümanların kişide uyandırdığı duygusal boyuttur. Tanrı'nın kişiye ne bildirdiği, ne ilham ettiği ile ilgilidir. Herhangi bir kişinin Tanrı'yı tecrübe etmek olarak değerlendirdiği şey, o anda o kişiye Tanrı'nın ne yapıyor, ne durumda olduğu konusunda bir bilgi ve kanaat (tecrübe) oluşmasını sağlayabilir. Böylece kişi, Tanrı'nın onun varlığını sürdürüyor olduğu, kendi aşkıyla doldurduğu, ona güç takviyesinde bulunduğu ve ona belli mesajı iletiyor olduğu konularında sezgisel ve duygusal bir iletişim halinde olduğu bilgisine ulaşılabilir.⁹⁵ Daha anlaşılır bir ifadeyle verecek olursak Uysal dini tecrübeyi, "Tanrı'nın alamet, işaret, tezahür ve delillerini sezgisel algılama, vasıtasız doğrudan doğruya kavrama, kutsal ve ilahi kudret ile sezgisel ve duygusal ilişki kurma" şeklinde ifade etmiştir.⁹⁶

Çalışmamızda gebenin dini ve manevi eğilimleri incelendiğinden dindarlık, maneviyat, dini tecrübe kavramlarının tanımı ve birbirleriyle ilişkisini genel şekilde ortaya koymanın isabetli olduğunu düşündük. Kendini dini ve manevi anlamda bağlayıcı hisseden insan, yaşantısında pratik ve somut boyutu ile karşılaşacaktır ki gebe olan kadının hayatında bunun tezahürlerini de görmek pek alamümkündür.

1.2.3. İslam Dinine Göre Annelik

Kadının hayatında önemli olgulardan biri anne olmaktır. Solmuş annelik kavramını, başka bir canlıya sevgi ve yakınlık içeren bir bağ kurma isteğini tatmin etme açısından istendik bir davranış olarak tanımlamaktadır.⁹⁷ Burada bireysel yaşantıya vurgu yaparak ifade edilen annelik kavramını Miller, kadınların içinde yaşadığı hayatın sosyal ve kültürel bağlamı ile değerlendirerek açıklamıştır. Annelik, bir kadının gebe kalmasıyla başlayan bedene ait bir deneyimini, doğumla beraber bebeğin maddi ve manevi ihtiyaçlarını karşılayabilmeyi, kültürel olarak tespit edilmiş sorumluluk duygularını içerir. Anne olmak biyolojik bir olay olmaktan

⁹⁵ William P. Alston, "Perceiving God", *Journal of Philosophy*83 (çev.Ramazan Ertürk), 1986, s.300

⁹⁶ Veysel Uysal, "Dini Tecrübe ve Din Psikolojisinde Yeri", *Sosyal Bilimler Dergisi*, 1995, c.3, sy.4, s.71

⁹⁷ Solmuş, *a.g.e.*, s. 15

her zaman daha ötedir. Bir toplumun ana değerleri, kültürel bilgi ve pratikleri anneliği anlamlandırmaktadır. Miller, kadınların anne olarak yaşamlarını sürdürdükleri bağlamların sosyal olarak inşa edilen, tarihsel olarak spesifik ve kültürel olarak değişken bağlamlar olduğunu ifade etmektedir.⁹⁸

Kültürel olarak inşa edilen annelik rolünde dinin etkisi ve önemi inkâr edilemez. İslam dininin de bu anlamda kadına ve anneliğe bakışı özel ve ayrıcalıklıdır. Dinin iki temel kaynağı olan Kur'an- ı Kerim ve hadislerde kadın, gebelik, annelik, annelik hakkı ve sorumluluk ve fedakârlığı üzerine pek çok ayet ve hadisler bulmak mümkündür. Biz çalışmamızın bu bölümünde dini metinlerin kadına ve kadının anneliğine yüklemiş olduğu anlamlar üzerinde duracağız.

1.2.3.1. Kur'an-ı Kerim'e Göre Annelik

İslam dinine göre toplumun en küçük yapı taşı olan aile, kadın ve erkeğin bir araya gelerek meşru nikâh akdiyle kurulmaktadır. Ailenin devamlılığını sağlamada çocuk sahibi olmak önemli bir dönemeç olup aileye yeni bir üyenin katılmasıyla kadın ve erkek toplumsal bir kimlik daha kazanarak eş rolünün yanına anne ve babalık rolü eklenmektedir. Annelik bir kadının yaşamındaki temel değişim ve gelişim noktalarından biri görülmektedir. Bir canlıyı yaşamda var etmek, ihtiyaçlarını karşılamak, büyütme, tüm sorumluluğunu almak, ona destek olmak artık annenin rolleri arasındadır.⁹⁹

Biz burada kadının annelik rolü üzerine konuşmakla birlikte Kur'an-ı Kerim'in anneliğe bakış açısını ifade etmeye çalışacağız. Bilindiği üzere, yaratılış gereği doğurganlık, kadınlara hasredilmiş bir özelliktir. Kur'an-ı Kerim'de gebelik üzerine bu anlamda detaylar bulmak pekâlâ mümkündür. "Allah sizi topraktan, sonra nutfeden yarattı. Sonra da sizi birbirinize eş kıldı. O'nun bilgisi olmadan hiçbir dişi ne gebe kalır ne doğurur"¹⁰⁰ ayetinde görüldüğü üzere kadının gebe kalmış olmasıyla Allah'ın emri arasında bir bağlantı kurulmuştur. "Allah her dişinin

⁹⁸ Tina Miller, **Annelik Duygusu Mitler ve Deneyimler**, (çev. Gül Tuncer), İletişim yay. İstanbul, 2010, s.33- 55

⁹⁹ Tarık Solmuş, **a.g.e.**, s. 13

¹⁰⁰ Fatır 35/ 11

karnında neyi taşıdığını, rahimlerin neyi eksiltip neyi artıracaklarını bilir”¹⁰¹ şeklindeki ayette, bize aslında o aradaki yaşanılacak dini tecrübenin kişiye özel olduğunu ve Allah’ın bilgisi dâhilinde olduğunu ifade ettiği anlaşılmaktadır. Yine başka bir ayette, “Sizi annelerinizin karnında üç karanlık içinde türlü yaratılış safhalarından geçirerek yaratmaktadır”¹⁰² vurgulanmaktadır. Burada Kur’an-ı Kerim’in biyolojik safhaya dair bilgi verdiğini görüyoruz. Farklı bir ayette ise bu duruma dair şöyle bilgi verilmektedir: “Annesi güçten kuvvetten düşerek onu karnında taşımıştır. Bunun için (ey insan), hem bana hem anne babana minnet duymalısın; sonunda dönüş yalnız banadır.”¹⁰³ Bu ayette de gebenin fiziksel yaşantısına değinirken gebeliğin aynı zamanda annelik vasfıyla ele alınabileceği de belirtilmiştir. Beden içinde bir bedeni taşımanın anne için hem fiziksel zorluğu dile getirilirken hem de annelik kurumuna önem ve özen gösterilmesi gerektiğini açık bir şekilde ifade edildiği görülmektedir. “Erkek eşiyle beraber olunca kadın hafif bir yük yüklenir, onu bir süre taşır; hamileliği ağırlaşınca Rableri olan Allah’a şu sözlerle yakarılır: “Andolsun, bize kusursuz bir çocuk verirsen kesinlikle şükredenlerden olacağız.”¹⁰⁴ Bu ayette görüldüğü üzere, bir aile olmanın ve aralarındaki merhametin Allah’a şükredilmesi gereken bir durum olduğu ifade edilmiştir.

Ayetlerden anlaşılabileceği üzere Kur’an-ı Kerim’de kadının gebeliği üzerine pek çok bilgi verilmiştir. Bunların arasında fiziksel olarak da psikososyal olarak da gebelik sürecinin zor bir dönem olduğu vurgulanmıştır. Doğurganlığın kadına ait olduğu ve bir canı taşıması ile bir yük yüklendiği ve bunun kadın için zahmetli bir iş olduğu açık bir şekilde dile getirilmiştir. Ayrıca Zümer Suresi 6. ayette geçen “üç karanlık” tabirini, müfessirler annenin karın duvarı, rahim duvarı ve cenini kuşatan zar (amnion zarı) içindeki karanlık tabakalar olarak ifade etmişlerdir. Bu karanlık tabakaları, rahim içinde birbirini kuşatan üç zarın teşkil ettiği tabakalar olarak anlamak da mümkündür.¹⁰⁵ Çalışmamız gereği gebelik üzerine detaylı bir bilgi edinimi olduğundan biz burada “Üç karanlık içinde türlü yaratılış safhalarından

¹⁰¹ Ra’d 13/ 8

¹⁰² Zümer 39/6

¹⁰³ Lokman 31/14

¹⁰⁴ A’raf 7/189

¹⁰⁵ <https://kuran.diyanet.gov.tr/tefsir/Z%C3%BCmer-suresi/4063/5-6-ayet-tefsiri> (Erişim Tarihi: 19. 06. 2019)

geçirerek yaratmaktadır.” ifadesinden gebeliğin üç aylık döngü dediğimiz trimesterlerin kastedildiğini düşünmekteyiz. Ciddi gelişim ve değişimlerin olduğu her üç aylık dönemlerde bebek rahimde gelişimini sürdürerek insan bedeni tamamlanmış olur.

Lokman ve A’raf suresindeki ayetlerden anlaşılacağı üzere çocuk sahibi olmak bir şükür sebebi görülmüştür. “(Ey insan), hem bana hem ana babana minnet duymalısın” buyurularak Allah’a minnettarlıkla anne, babaya minnettarlık bir arada kullanılmıştır. Razi ve Şevkani bunu Allah’ın insanı var edip onu nimetleriyle rızıklandırması gibi anne ve babanın da insanın hem dünyaya gelmesine vesile olması hem de hayatının en zayıf dönemlerinde, hastalığında onu koruyup gözetmesi, yetiştirip büyütmesi, beslemesi ve eğitmesi arasında benzerlik kurmuştur.¹⁰⁶ Ayrıca “Bana, annene ve babana şükret” ayetinden ebeveyne duyulan şükran ve minnettarlığı kendisine karşı duyulan şükran ve minnettarlıkla eş değer gördüğüne de açıkça ulaşabiliriz.¹⁰⁷

Kur’an-ı Kerim’de sadece gebelik dönemi değil, gebelik sonrasındaki annelik süreci hakkında da bilgiler bulmak mümkündür. Annenin çocuğunu anne sütü ile beslemesi, ayetlerin üzerinde fazlaca durduğu bir konudur. Gebeliğin fiziksel olarak ifade edilmesinin hemen akabinde çocuğunu beslemesi için süt vermesiyle ilgili olarak Ahkaf, Lokman ve Bakara surelerindeki ayetlerde şöyle söylenmiştir. “Annesi onu zahmete katlanarak taşıdı ve zorluk çekerek doğurdu. Karnında taşıması ve süttten kesmesinin süresi otuz aydır.”¹⁰⁸ “Süttten kesilmesi de iki yıl kadar sürer.”¹⁰⁹ “Anneler, çocuklarını iki tam yıl emzirsinler. Bu, emzirmeyi mükemmel şekliyle uygulamak isteyenler içindir. Onların normal ölçülerde yiyecek ve giyeceklerini sağlamak da babanın borcudur. Hiç kimse gücünü aşan bir şeyle yükümlü kılınmaz.

¹⁰⁶ Kur'an Yolu Tefsiri Cilt: 4 Sayfa: 337-338 <https://kuran.diyaret.gov.tr/tefsir/Lokm%C3%A2n-suresi/3483/14-15-ayet-tefsiri> (Erişim Tarihi: 13.04.2019)

¹⁰⁷ Aliah Schleifer, **Motherhood in Islam**, (çev. Abdullah Zerrar Cengiz), Gelenek yay., İstanbul, 2004, s.34

¹⁰⁸ Ahkaf 46/14

¹⁰⁹ Lokman 31/14

Ne ana çocuğu yüzünden zarara uğratusın ne de çocuk, kendisi için doğurulan çocuğundan dolayı zarar görsün.”¹¹⁰

Bakara suresinde ve Lokman suresinde emzirme süresinin iki yıl olduğu ifade edilirken Ahkaf suresinde ise rahimde taşıma ve emzirmenin otuz ay olduğu zikredilmektedir. Müfessirler, aradaki altı aylık farkının gebelik süresinin asgari altı ay olabileceği noktasında fikir birliği yapmışlardır.¹¹¹ Bu ayetler bize gösteriyor ki kadının annelik konumuyla ilgili Kur'an-ı Kerim, pratikteki uygulamalar hakkında pek çok bilgi vermiştir.

Buraya kadar ki bölümde Kur'an-ı Kerim'de konuyla ilgili ifade edilen ayetleri şöyle diyagramda vermek mümkündür: Gebelik, gebelik ve bebek ilişkisi ve çocuğun ailesine karşı göstermesi gereken ihtimam. Ayetlerde öncelikle gebeliğin başlangıç aşamasından başlayıp gebelik süreci hakkında bilgiler olduğunu görmekteyiz. Gebelik sürecinin bitiminden sonra annenin çocukla olması gereken iletişimi hakkında ve emzirme süresine kadar bilgi verdiği beyan edilmiştir. Bu diyagram son olarak ise anne ve babaya gösterilmesi gereken özen ve önemle son bulunduğu anlaşılmaktadır. Kadının yaşamış olduğu meşakkatli sürecinden dolayı yapılması gereken iyiliklerden bahsedip bunun Allah inancının hemen akabinde zikredilmesiyle de anne ve babanın önemini vurguladığı görülmektedir. Hatta ayetlerde çocuğun annesine ve babasına karşı takındığı tavır hakkında bile detay verdiğini görmekteyiz. Nitekim anne ve babanıza 'öf' bile demeyin diye emri bunu net şekilde ortaya koymaktadır.

Kur'an- ı Kerim'de anneye iyilik yapılması gerektiği ve itaat etmesi konusunda pek çok hatırlatma yapıldığı bilinmektedir. Biz bu ayetleri burada irdelemeye çalışacağız. Ancak annelere yapılması istenilen bu davranışlar ayetlerde sadece anne olarak değil, anne-babaya iyilik şeklinde geçtiğini belirtmek gerekir. Bir bebeğin anne karnında oluşumu, dünyaya gelmesi, bakımı, ihtiyaçlarını karşılaması, büyütmesi vb. hepsinin meşakkatli bir iş olmasından dolayı annelik ve babalığa apayrı bir konum verildiğini düşünmekteyiz. Ayetlerde de bu durum şöyle izah

¹¹⁰ Bakara 2/233

¹¹¹Kur'an Yolu Tefsiri Cilt: 5 Sayfa: 34, <https://kuran.diyanet.gov.tr/tefsir/Ahk%C3%A2f-suresi/4525/15-16-ayet-tefsiri> (Erişim Tarihi: 12.04.2019)

edilmiştir: "Yalnız Allah'a kulluk edeceksiniz; ana babaya, yakın akrabaya, yetimlere, yoksullara iyilik edeceksiniz".¹¹² Başka bir ayette, "Allah'a kulluk edin ve O'na hiçbir şeyi ortak koşmayın. Anne babaya, akrabaya, yetimlere, yoksullara, yakın komşuya, uzak komşuya, yakın arkadaş, yolcuya, ellerinizin altında bulunanlara iyi davranın."¹¹³ Yine farklı bir ayette "Gelin, rabbinizin size neleri haram kıldığını okuyayım: O'na hiçbir şeyi ortak koşmayın. Anne babaya iyilik edin"¹¹⁴ ifade edildiği görülmektedir.

Ayetlerde görüleceği üzere anneliğe iyilik yapma üzerine vurgu yapılmıştır. En'am Suresi'nde geçen Allah'a itaatle birlikte anne ve babaya iyilikte bulunmanın emredilmesi arasında bir paralellik vurgu yapılmıştır. Bu ayet-i kerime o ebeveyn Müslüman, Hristiyan ya da Yahudi hatta ateist bile olsa Müslüman bir kişi dini her ne olursa olsun ebeveynine saygı ve hizmette kusur etmemek olduğunu gösterir.¹¹⁵ Nitekim bu konuyla ilgili ayet ise Ankebut Suresi'nde ifade edilmektedir: "Biz insana anne babasına iyi davranmasını emrettik. Ama onlar, hakkında bilgi sahibi olmadığın bir şeyi bana ortak koşman için seni zorlarsa onların sözüne uyma! Sonunda dönüşünüz yalnız bana olacaktır."¹¹⁶

İslam âlimlerinden İbn Kesir bu konuyu şöyle izah etmiştir: Allah'a itaatle anne ve babaya saygının Kur'an'da birçok defa zikredildiğini ifade ederek anne ve babanın müslüman olmaması halinde onlara nezaket dairesi içerisinde saygı ile davranılmasının kafi geleceğini, bir Müslümanın İslam'a aykırı gelmediği müddetçe ailesine karşı görevlerini yerine getirmekle sorumlu olduğunu belirtmiştir.¹¹⁷

Kur'an-ı Kerim'de Allah'ın rızasını kazanabilmeleri için anne ve babaya iyilik ve aileye karşı sorumluluklarını yerine getirme bağlamında, en iyi fırsatın anne ve babanın ihtiyarlık zamanlarının olduğu belirtilmektedir. Nitekim bununla ilgili İsra Suresi'nde anne ve babaya karşı olması gereken tavır net şekilde belirtilmiştir. "Rabbin, sadece kendisine kulluk etmenizi, ana-babanıza da iyi davranmanızı

¹¹² Bakara 2/83

¹¹³ Nisa 4/36

¹¹⁴ En'am 6/151

¹¹⁵ Schleifer, **a.g.e.**, s.39

¹¹⁶ Ankebut 29/8

¹¹⁷ İbn Kesir el- Kureyşi, Tefsiru'l- Kur'an el-Azim c.1, s.119; Schleifer, **a.g.e.**, s.40

emretti. Onlardan biri veya her ikisi senin yanında yaşlanırsa, kendilerine öf bile deme! Onları azarlama! İkisine de gönül alıcı güzel sözler söyle. Onlara merhametle ve alçak gönüllülükle kol kanat ger. "Rabbim! Onlar nasıl küçüklükte beni şefkatle eğitip yetiştirdilerse şimdi sen de onlara merhamet göster" diyerek dua et".¹¹⁸

Başka bir ayette ise Yahya Peygamberin vasıfları dile getirilerek müslümanların anne ve babasına karşı vazifelerinin nasıl olması gerektiği vurgulanmıştır. "Anne babasına çok iyi davranırdı; zorba ve âsi değildi."¹¹⁹

Anne ve babaya saygıda kusur etmemenin Allah'tan gelen bir emir olduğu net şekilde anlaşılmaktadır. Taberi de bu konuda, "Ebeveynine karşı bir şeyden şikâyet etmek veya homurdanmak değil, bilakis onlar senin küçüklüğünde sana karşı nasıl sabırlı ve iyi davrandırlarsa ilahi rızayı kazanmak için, sen de davranmalısın çünkü küçük bir homurdanma ya da ufak bir şikâyet bile onları incitmeye yeterli olabilir" demiştir. Kurtubi'de 'off' la kastedilenin gizli gizli kötüleme ve yerme olduğunu zikretmiştir. 'Off'u her şeye sinirlenme ve kızma hali diye nitelemiştir.¹²⁰

Kur'an- Kerim yukarıdaki iki ayetle İslam'da anne ve babaya ihsanda bulunmak gerektiğini dile getirirken detaylı bir açıklamaya giderek o ihsanın nasıl olması gerektiğini ayetin devamında ifade edilmektedir. İlk olarak eğer yanınızda kalırlarsa 'off' bile deme diye uyarıp anne ve babanın azarlanmamasının gerektiği vurgulanmaktadır. Azarlamanın zıttı diye kabul edeceğimiz güzel söz söyleme noktasında bir tavır takınılması gerektiği beyan edilmektedir. Ayetin devamında ise onlara kol kanaat germe, sahip çıkma ve aileye karşı dua etmesi konusunda bir davranış sergilemesini net şekilde ailenin önemini ifade edecek şekilde zikredilmiştir.

1.2.3.2. Hz. Peygamber'in Söz ve Yaşantısında Annelik

İslam dininin temel kaynaklarından biri de Hz. Peygamber'in sözleri ve hayatındaki tutum ve davranışlardır. Hz. Muhammed'in yaşantısında kadının annelik konumunun nasıl vasıflandırıldığı ve anneliğe ne kadar değer verildiğini bu bölümde

¹¹⁸ İsra 17/23

¹¹⁹ Meryem 19/ 14

¹²⁰ Ebu Abdullah el-Kurtubi "el-Cami'u li Ahkam el- Kur'an, 1967, akt. Schleifer, **a.g.e.**, s.41-43

anlamaya çalışacağız. Kur'an-ı Kerim'de gebelik dönemine ait ayetler, annelik hakkında verilmiş tavsiye ve emirler, bizlere annelik konumu ile ilgili Kur'an-ı Kerim'in bakış açısını vermektedir. Burada ise Hz. Muhammed'in annelikle ilgili tavsiye, emir ve uygulamalarına yer vereceğiz. Biz burada İslam Peygamberinin hadislerini de irdeleyerek bütünsel olarak İslam'ın anneliğe bakış açısına sahip olacağımızı düşünmekteyiz.

Hz.Muhammed'den (s.a.v), kadının annelik konumuyla ilgili pek çok hadis rivayet edilmiştir. Anneye itaat, güzel davranışta bulunma, sevgi ve saygıda kusur edilmemesi ile ilgili tavsiyeleri ve uygulamalarına ulaşmak mümkündür. Nitekim Ebu Hureyre (r.a.)'den nakledildiğine göre bir adam, Rasulullah'a geldi ve: "İnsanlar arasında kendisine en iyi davranmam gereken kimdir?" diye sordu. Rasulullah (s.a.v) şöyle buyurdu: "Annendir." Adam "Sonra kimdir?" dedi. Rasulullah (s.a.v) şöyle buyurdu: "Annendir." Adam: "Sonra kimdir?" dedi. Rasulullah (s.a.v) şöyle buyurdu: "Annendir." Adam: "Sonra kimdir?" dedi. Rasulullah (s.a.v) şöyle buyurdu: "Babandır."¹²¹ Burada Hz. Muhammed'in (s.a.v) üç kere anne cevabını verdikten sonra babandır cevabını vermesi, anneye iyiliğin babaya iyilikten önce geldiğini ve anneye iyiliğin üç kat daha fazla olduğunu göstermektedir.

Bir kadının çocuk sahibi olma süreci gebelik, doğum ve bebeğin bakımı ile devam etmektedir. Anne gebe kaldığı andan itibaren hem fiziksel hem de psikolojik pek çok zorluk ve sıkıntı çekmektedir. Gebelik doğum sürecinin başlaması ile son bulur. Doğum ise hayati tehlikeyi beraberinde getirdiğinden annenin korku ve kaygısını artırmaktadır. Doğumla ilgili bir bilinmezlik sürecinin hakim olması ve beraberinde çekilen doğum sancılarına annenin tek başına sabretmesi ve dayanması gerekmektedir. Doğum sonrasında da annenin bebeğini emzirmesi, kişisel bakımını sağlaması, gelişimini ve yetişmesini sağlamada etkin rol oynadığı ise aşîkardır. İşte bu sebeple biz Yüce Allah'ın ve Hz. Muhammed' in (s.a.v), anne hakkının babaya oranla daha fazla olduğunu vurguladığını düşünmekteyiz.

¹²¹ Buhari, Kitabu'l Edep, 5974, Müslim 2548/1

Anneliğe hürmet ve saygıyı ifade eden şu hadise bize Hz. Muhammed'in annelik konumunu zirve noktaya çıkardığını göstermektedir: Muaviye b. Cahime'nin anlattığına göre; Cahime, Hz. Peygamber'e (s.a.v) gelir ve: "Ey Allah'ın Resulü, ben gazveye katılmak istiyorum, bu konuda sizinle istişare etmeye geldim." der. Resulullah (s.a.v): "Annen var mı?" diye sorar. "Evet" deyince "Öyleyse ondan ayrılma zira cennet onun ayağı altındadır" buyurur.¹²²

"Cennet annelerin ayakları altındadır." hadisi ile annelik her türlü sorumluluk ve fedakârlığı beraberinde getirdiğinden oldukça meşakkatli bir durumdur. Bu hadis-i şerifle de Hz. Muhammed'in (s.a.v) anneliğe özel bir değer atfettiğini anlamaktayız. Ancak burada anne olan herkesin cennete ulaşacağı anlamı çıkarmak doğru olmayıp evladın anneye duyması gereken saygı, sevgiden ve ona karşı iyi muamalede bulunulması gerektiği yorumu çıkarmanın daha doğru bir yorum olduğunu düşünmekteyiz. Burada Hz. Muhammed (s.a.v.), anneye yapılan iyilikle cenneti kazanabileceği müjdesini vermektedir. Yine başka bir rivayette geçtiğine göre cennet ve cehennemi kazandıracak şeyin anne ve baba olduğu dile getirilmektedir. İbn Mace'nin Sünen'inde geçtiğine göre; "Bir adam "Rasulullah'a gelip "Çocuğu üzerinde baba ve ananın hakkı nedir?" diye sormuştur. Hz. Peygamber (s.a.v.); "Onlar (annen ve baban) senin cennetin ve cehennemindir" şeklinde cevap vermiştir.¹²³ Bir başka rivayette de "Anne cennet kapılarının ortasındadır."¹²⁴ demiştir. Üç rivayette de görüldüğü üzere annelik makamına ihsanda bulunmanın mükafatı cennet olduğu bildirilmiştir.

Hz. Peygamber "İhtiyar anne-babasından biri ya da her ikisi yanında bulunduğu halde onların rızasını kazanarak cennete giremeyen burnu yerde sürtünsün!"¹²⁵ buyurmuştur. Peygamber Efendimiz anneliğin ve babalığın meşakkatli bir rol olduğunu farkında olup bu yüzden de anne ve babanın kıymet görmesini istemektedir. Tabii ki bunun yanında baba da var ama özellikle bizim konumuz gebeler olduğu için Peygamber Efendimiz'in burada annelik kavramını öne çektiğini düşünürsek, 'burnu sürtülsün' ifadesiyle bu kıymetin annenin hakkı olduğu

¹²² Buhari, Edep, 3; Nesâî, "Cihad", 6

¹²³ İbn Mâce, Edep 3662, IX/451

¹²⁴ İbn Hanbel, V, 198

¹²⁵ Müslim 2551/9, Buhari Edebü'l-Müfred 21

konusunda vurgu yaptığını düşünmekteyiz. Hz. Muhammed'in (s.a.v) anneliğe önem verdiğini, anneliğin gebelik dönemindeki meşakkatli, fiziksel ve psikososyal süreçlerden geçmiş bir kadının kıymet görmesi gerektiğini, sözleri ve tavsiyeleriyle ifade ettiği bilinmektedir. Çocukların anne ve babaya karşı hürmetsizliğinin onlara kıymet göstermemek olarak algılandığından annesi ve babası yanında olup da Allah'ın merhametine mazhar olamayan kişiler için de Hz. Muhammed (s.a.v) “*Burnu sürtülsün.*” ibaresini kullanmıştır. Çalışmamızın bu yönüne vurgu yapacak bir bulguya sahip olan Göcen (2012) Türk toplumunun şükretme yönelimini ele aldığı doktora çalışmasında, geçerlilik ve güvenirliğini yaptığı “*Takdir Etme Ölçeğinin*” faktör analizinde bu topluma has olarak anne ve babaya şükür başlığında orijinal ölçekten farklı olarak bir faktörün daha ortaya çıktığını görmüştür. Bu ölçeğin Batı’da ki kullanımında anne ve babaya yönelik şükür başlığı olmadığı ama ilginçtir ki aynı ölçeğin Türkçe’ye standardizasyonu yapıldığında “anne ve babaya yönelik şükür” ayrı bir boyut olarak ortaya çıkmıştır.¹²⁶ Buradan da şu yorum çıkartılabilir ki Türk toplumunda hem dinin yöneliminde hem de kültürümüzün göstergesiyle Allah’tan sonra en fazlasıyla minnettar olduğumuz, borç ödeyemeyeceğimiz kişiler olarak anne ve baba gösterilmektedir. Buradan da anlıyoruz ki o emeği ödeyemeyeceğimiz için sürekli anne babaya minnettar olmuş olmak ve oradaki o fedakârlığı takdir etmiş olmak gerektiğini ve bu konuda da Peygamber Efendimiz’in (s.a.v) bizleri yönlendirdiğini düşünmekteyiz.

Anneye iyilik ve hürmet, İslam dininde o kadar önemsenir ki Allah’a iman ve itaatten sonra yerini almaktadır. Bu konu ile ilgili pek çok hadis nakledilmiştir. Bir gün Peygamber, yanındaki sahabelere “Büyük günahların en büyüğünü size haber vereyim mi?” sorusunu yöneltir. “Evet” cevabını aldıktan sonra; Bunları “Allah’a ortak koşmak, anaya-babaya isyan ve eza etmektir” diyerek saymıştır.¹²⁷

İnançla birlikte anılan anneliğin aynı zamanda dinsel pratiklerden de hemen sonra zikredildiğini yine hadislerden öğrenmekteyiz. Nitekim Buhari’nin Cami’us Sahih’inde geçtiğine göre, bir gün Abdullah b. Mes’ud, Hz. Peygamber’e (s.a.v)

¹²⁶ Gülşan Göcen, **Şükür Pozitif Psikolojiden Din Psikolojisine Köprü**, Dem yay., İstanbul, 2014, s.242

¹²⁷ Buhari, Edep, 6; Müslim, İman, 143

şöyle sordu: “Allah katında en değerli ibadet hangisidir?” Hz. Peygamber (s.a.v) “Namazı zamanında eda etmendir.” şeklinde cevap vermiştir. Abdullah tekrar sordu, “Ondan sonra en değerli ibadet hangisidir?” Hz. Peygamber (s.a.v) cevapladı: “Anne-babana iyi muamele etmendir.” Abdullah: “Sonra hangisi?” deyince Hz. Peygamber (s) “Allah yolunda cihattır.”¹²⁸ buyurdu. Rivayet edilen hadis-i şerifte görüldüğü üzere Allah’ın varlığına ve birliğini kabul ettikten sonra dinsel pratik olan bir uygulama gelmektedir ki o da namazdır. İnanç ve ibadetten sonra ilk sırayı ise anne ve babaya itaat etmek gelmektedir. Bu da anneliğin İslam kültüründeki önemini bize göstermektedir.

Anne ve babaya hürmet, Allah’a inanç ve taatten sonra gelip cihat mevzusundan önce geldiği hadislerden anlaşılmaktadır. Şöyle ki yukarıdaki hadiste geçtiği üzere, Allah katında en değerli ibadet hangisidir sorusuna anneye ve babaya iyilikten sonra cihat geldiği belirtilmiştir. Bu konunun hassaslığını anlamak için yine başka bir hadiste geçtiği üzere Hz. Muhammed’in (s.a.v) yanına gelen bir adam, “Ey Allah’ın Resulü, uzun zamandır cihada gitmek istiyorum ama buna güç yetiremedim.” der. Peygamber, adama “Anne ve babandan biri yaşıyor mu?” diye sorar. Adam: “Annem yaşıyor.” der. Bunun üzerine Peygamber, "Sen onlara hizmet ederek cihat et" buyurdu.¹²⁹ Görüldüğü üzere anne ve babaya hizmetin cihattan önce geldiği veya denk geldiği hadis-i şeriflerde belirtilmiştir. Ancak şunu belirtmek gerekir, burada hadislere konu olan cihat da devletin zorunlu seferberlik ilan ettiği bir savaş olmayıp bunun isteğe bağlı bir seriyye olduğu zikredilmiştir.¹³⁰

Ayrıca Kur’an-ı Kerim’de de geçtiği üzere anne ve babaya iyilik ve hürmet kişinin farklı bir inanca sahip olması halinde dahi yapılması gerektiği hadislerde de zikredilmiştir.¹³¹ Hadislerde ebeveyne karşı dine isyana zorlamadıkça itaatsizlik etmemek gerektiği vurgulanmıştır. Bir kişinin farklı inanca sahip annesine karşı hürmet ve nezakette kusur etmemesini tavsiye etmiştir. Nitekim bu konu ile ilgili Esmâ b. Ebu Bekir, Hz. Muhammed’le (s.a.v) yaşadığı bir hadiseyi şöyle anlatır: “Hz. Peygamber Kureyş ile anlaşma yaptığında müşrik olan annem bana geldi. Ben

¹²⁸ Buharî, “Kitabü’l-Edeb”, 5973;

¹²⁹ Müslim, Birr, 5; Tirmizi, Fedailü’l-Cihad., 2; Nesai, Cihad, 5, 6.

¹³⁰ Buhari, Edep, 3

¹³¹ İsra Suresi 23-24

çekinerek Hz. Peygamber'e: "Ey Allah'ın Resulü, annem yanıma geldi, benimle (görüşüp konuşmak) arzu ediyor, anneme iyi davranıp onunla görüşeyim mi?" diye sordum. O da: "Evet, ona gereken hürmeti göster" dedi.¹³²

Hadis-i şeriflerde anneye saygı ve itaat konusunu teyze için de geçerli olduğunu görmekteyiz. Nitekim Hz. Muhammed'in yanına bir adam gelir ve "Ey Allah'ın Resulü, ben büyük bir günah işledim, bunun tevbesi kabul olur mu?" diye sorar. Hz. Muhammed ise annesinin olmadığını öğrenince "Peki teyzen var mı?" diye sorar. Adam, teyzesi olduğunu söyleyince, Hz. Muhammed (s.a.v) teyzesine iyilikte bulunmasını emreder.¹³³ Buradan da anlaşılmaktadır ki teyze, anne yarısıdır gerçekliği, o günün toplumunda da geçerli olup saygı ve iyilikte bulunulması gerektiği bir konum olarak zikredilmiştir. Ayrıca bununla ilgili Hz. Muhammed'in (s.a.v): "Teyze, anne yerindedir" dediği de rivayet edilmektedir.

Hadis- i şeriflerden anneliğin öldükten sonrada ihsanda bulunulması gereken bir konum olduğunu anlamaktayız. Zira Ebu Davud'un Sünen'inde zikredildiğine göre, "Beni Selem kabilesinden bir adam geldi ve "Ey Allah'ın Resulü, öldükten sonra annem ve babam için herhangi bir hayır yapabilme şansım var mı?" diye sordu. Peygamber de var olduğunu söyleyerek ve şöyle sıralar. "Anne ve babana dua et, yarım bıraktığı işlerini tamamla, sıla-i rahimi kesme ve onların sevdiklerine karşı saygılı ol." ¹³⁴ buyurmuşlardır.

İslam'ın anneye verdiği değeri miras konusunda da görmekteyiz. İslam, ölen çocuğun miras payından anneye de hak verip mirasın altıda birinin anneye ait olduğunu belirtir. Günümüzde miras sadece çocuklara verilirken, İslam anne olan kadınların ayet ve hadislerle hak sahibi olduğunu bildirmektedir.¹³⁵ Nisa Suresi 11. ayette bu konu özelinde annenin hak sahibi olduğu açık bir şekilde zikredilmektedir: "Ölenin çocuğu varsa, ana-babasından her birinin mirastan altıda bir hissesi vardır. Eğer çocuğu yok da ana-babası ona vâris olmuşlarsa anasının hakkı üçte birdir. Ölenin kardeşleri varsa anasının payı, vasiyetten ve borçtan sonra altıda birdir.(...)

¹³² Buhari, Hibe, 28, Edep 8; Müslim, Zekat, 50; Ebu Davud, Zekat, 34

¹³³ Tirmizi, Birr, 5

¹³⁴ Ebu Davut, Kitabu'l Edep, 216

¹³⁵ Teber, a.g.e., s.36

Bunlar Allah tarafından konmuş paylardır.”¹³⁶ Ayette de görüldüğü üzere İslam kadının hayattaki olabilmesi muhtemel koşullarına göre annenin mirasta pay sahibi olduğunu belirtmektedir. Bu da bize İslam’ın annelik konumuna verdiği değerini ifade etmektedir.

İslam’da annenin konumu, derin saygı duyulacak bir yer teşkil etmektedir. Schleifer, bu konunun önemini annenin aile işlerindeki kadının aktif rol alması ile ilgili olduğunu belirtmektedir. Ayrıca Schleifer, İslam’da annenin iki farklı karakteristik yönü olduğunu savunmaktadır. Bunları şöyle izah eder: Biri, annenin kendisini sorumluluklara karşı hazırlaması, diğeri ise anneye Allah tarafından verilmiş fitri vasıflardır. Çocuk doğururken sarf ettiği fiziksel çaba dahil, pozitif duygu ve heyecanını ortaya koymasıdır. Bu iki yönün birbirini tamamlayan, dolayısıyla da bir Müslüman ailenin evinde arzulanan atmosferi güçlendirecek dengeyi sağlayan yönler olduğunu savunmaktadır. Müslim’in “Camiu’s Sahih”inde geçtiği üzere Allah Resulü şöyle buyurmaktadır: “Allah yerleri ve gökleri yarattığı gün yüz rahmeti de beraberinde yarattı. Her rahmet arası yeryüzü ve gökyüzü arasındaki gibidir. Ondan bir rahmeti, lütfederek yeryüzüne indirdi. İşte bu yüzden anne çocuğuna karşı şefkat duyar”.¹³⁷

Annenin hamilelik, doğum ve bebek büyütme sürecinin meşakkatli bir dönem olduğu ayet ve hadislerde geçmektedir. Bu zorlukların kadınların Allah’ın sevgisini kazanmaya vesile olacak büyük bir fırsat olduğu görülmektedir. Ayrıca kadınların çocukları için katlandığı sıkıntılardan dolayı cennetle mükâfatlandırılacağı da bilinmektedir. Lokman Suresi 14. ayette geçtiği üzere, kadının gebe kaldıktan sonra günden güne güçten düşerek çocuğu taşıdığı vurgulanmakta olup bunun Yüce Allah’ın rızasını kazanmada önemli bir yere sahip olduğu ifade edilmektedir. Nitekim ayetin devamında Allah’ın kendisine ve anne babasına şükretmesi gerektiği hatırlatılmaktadır. Ayrıca bir hadiste de annenin görevi neticesinde alacağı mükafatı belirtilmektedir. “Bir kadın Hz. Muhammed’in (s.a.v) yanına gelerek “Ey Allah’ın elçisi bütün güzel işlerde erkeklere müjde veriyor, kadınlara hiç müjde vermiyorsunuz?” deyince Allah Resulü, ‘Eşinden hamile kalan ve eşinin kendinden

¹³⁶ Nisa 4/11

¹³⁷ Schleifer, a.g.e., s.71

razı olduğu bir kadının, Allah yolunda oruç tutmuş, namaz kılmış gibi sevap alması sizi memnun etmez mi? Kendisinde doğum sancıları başladığı zaman, ne gökyüzü ne de yeryüzünde hiç kimse rahmindeki ağrılarını azaltmak için ne saklı olduğunu bilemez. Doğum yaptıktan sonra her süt verışı ve çocuğun her emişi hesabına, sonradan mükafatlandırılacak, iyi bir amel olarak yazılır. Bir kadın çocuğundan dolayı geceyi uyanık geçirirse Allah yolunda yetmiş köleyi azat etmiş kadar sevap alır.”¹³⁸

Görüldüğü gibi, konunun başından bu yana incelediğimiz ayet ve hadislerde İslam anneliğe ayrı bir konum atfetmiştir. Annenin çektiği sıkıntılar, zorluklar öncelikle Allah’a bir şükür sebebi olarak görülmektedir. Anneye gösterilmesi gereken ihtimam, sevgi ve saygı gösterme, nezaket ve hürmette titiz davranma, iyilik yapma kavramları ile ifade edilmektedir. Ayet ve hadis-i şeriflerde anne ile birlikte babanın da alındığı görülmektedir fakat biz konu itibariyle annelik konumu üzerine konuştuğumuzdan burada babalık üzerinde durmadan geçilmiştir. Allah’a imanla birlikte anılan annelik; hangi dine, zihniyete sahip olduğuna bakmaksızın iyi ve güzel davranılması gereken bir konum olduğu görülmektedir. Ancak tevhit dinine karşı bir küfür içinde olma durumunda anne ve babaya itaat edilmemesi gerektiği ayet ve hadislerde belirtilmiştir.

1.2.4. Gebelik Döneminde Dini–Manevi Yaşam Değişimleri, İhtiyaçları ve Görüntüleri

Gebelik, kadının yaşamında pek çok değişikliği de beraberinde getirmektedir. Yalnız olmadığını bilen kadın kendi bedeniyle beslediği varlığa karşı farklı bir sorumluluk hissetmektedir. Kadın bebeğinin sağlıklı beslenmesi ve stres ve sıkıntıdan uzak sakin/dingin bir hayat yaşayabilmesi için pek çok kez özverili davranması gerekmektedir. Ayrıca aile içinde değişen rolü de kadına eş rolünün yanında annelik rolünü de yüklemektedir. Kadının yaşamındaki bu değişimler beraberinde dini ve manevi yaşamda da ihtiyaçları oluşturacağı düşünülebilir. Zira kadının bedeninden gün be gün beslenen bir varlık olması, inandığı güçlü bir varlığın kendi bedenindeki tasarrufu dini ve manevi anlamda değişimlere ve ihtiyaçlara sebep

¹³⁸ Schleifer, a.g.e., s. 77

olacağı tahmin edilebilir. Bu anlamda Batı’da yapılmış pek çok çalışma vardır. Kadının gebelik dönemini etkileyen unsurlar üzerine derinlemesine çalışmalar yapılmıştır. Nitekim gebelik dönemi fiziksel, psikolojik, sosyolojik, kültürel unsurlar incelendiği gibi maneviyat ve inancın da kadının yaşamında etkili olduğu araştırma ve incelemeler sonucunda elde edilmiştir. Bu anlamda yapılan çalışmalar ise şöyle sıralanabilir.

Balin, 1988 yılında “Gebelik ve Doğumun Kutsal Boyutları” adlı bir çalışma yapmıştır. Amerikan toplumundaki hamile kadınların dini ve manevi bir yaşamlarında artış olduğunu savunmaktadır. Emile Durkheim, Henri Hubert, Marcel Mauss, Mary Douglas, Victor Turner ve Arnold Van Gennep’in içgörülerini kullanarak, altı ila yedi aylık gebe dört kadın ve yakın zamanda doğum yapmış iki kadınla yapılan görüşmeleri analiz etmiştir. Bu çalışma sonucunda Balin kadının beslenmesi ve hijyenik alanlardaki davranış değişikliği üzerinde önemle durulduğu gibi tutumların, inanç ve değerlerin kökleri hakkında daha fazla araştırma yapılması gerektiğini ileri sürmüştür.¹³⁹

Miller 1995 yılında yaptığı çalışmada, sağlık uzmanlarının bütünsel sağlığa ulaşabilmek gibi bir hedefleri varsa bunun kadınların sağlık davranışlarını etkileyecek mevcut kültürel ve dini inanç ve uygulamaların farkında olup bu alana yönelimin ihtiyaç olduğunu savunmaktadır. Kültür, sağlık, kadın sağlığı ve maneviyat, din hakkındaki literatürün gözden geçirilmesi, bu değişkenler arasındaki ilişkilerin zayıf olduğunu ortaya koymaktadır.¹⁴⁰ Aslında Miller bu çalışmayla kadının sağlığını etkileyecek her etkene bütüncül olarak bakılıp araştırılması gerektiğine inanır. Biz de çalışmamızın alandaki bu eksiliği gidermek adına yerinde olacağına inanmaktayız.

Lauver vd. 2000 yılında hem kadınların maneviyatı hem de kadın sağlığı hareketleri üzerine son yıllardaki ilginin çarpıcı biçimde arttığını gözlemlemiş ve bunun neticesinde bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Araştırmadan elde ettikleri

¹³⁹ Jane Balin, “The Sacred Dimensions of Pregnancy and Birth”, **Qualitative Sociology**, 1988, c.11, sy.4, s. 275–301

¹⁴⁰ Mary Ann Miller, “Culture, Spirituality, and Women's Health”, **Journal of Obstetric Gynecologic and Neonatal Nursing**, 1995, c.24, sy.3, s. 257-264

sonuç klinisyenlerin kadın sağığı ve maneviyatın arasındaki ilişkiyi daha derinlemesine anlarırsa, bütüncül bir bilgi sağlanarak kadın sağığını daha iyi bir şekilde konumlandırılacağını savunmuşlardır.¹⁴¹

2004 yılında Jesse ve Reed'in ortaklaşa çalıştıkları bir araştırmada kadınlarda maneviyat ve psikososyal iyilik durumunun sağık riski davranışlarına etkisi üzerinde durmuşlardır. 120 kadın üzerinde *Manevi Perspektif Ölçeğı ve Jarel Well - Being Skalası*ndaki dindarlık ölçeğini kullanarak psikososyal iyilik hali, prenatal psikososyal profili ölçülmüştür. Araştırmanın neticesinde gebelik sırasında artan maneviyatın stresi ve kadınlar için riskli davranışları (sigara, madde kullanımını) azalttığı sonucu elde edilmiştir.¹⁴²

Çalışmamızın amacıyla direk örtüşen başka bir çalışmada 2007 yılında 130 düşük gelirli gebe olan kadının hayatındaki maneviyatın uygunluğunu ve anlamını öğrenmek için açık uçlu sorular sorarak veriler elde edilmiştir. Araştırmanın sorusu “İnanç veya maneviyatınız hamileliğinizi nasıl etkiler?”dir. Bu çalışmadaki kadınların %47 maneviyatın hamileliğini olumlu yönde etkilediğini, % 45'inin maneviyatın onları etkilemediğini ve % 5,4'ünün emin olmadığı bulguları elde edilmiştir. Olumlu cevap verenlerin içerik analizi, gebelikte inanç veya maneviyatın anlamını açıklayan verilerden altı tema ortaya çıkmıştır: (a) rehberlik ve destek; (b) koruma, nimet veya ödül; (c) Tanrı ile iletişim; (d) güç ve güven; (e) zor ahlaki seçimlere yardımcı olmak; (f) genelleştirilmiş bir olumlu etkisi.¹⁴³

Lynn Clark Callister vd. 2010 yılında “Çocuk Doğuran Kadınlarda Maneviyat” adlı yaptıkları araştırmada çocuk doğurmanın, maneviyatı zenginleştirmek için ideal bağlam olduğu tezini savunmuşlardır. Çocuk doğuran kadınların yirmi yıllık kültürlerarası çalışmalarından elde edilen mevcut verileri kullanarak ikincil bir analiz yapmışlardır. Callister vd. araştırmanın sonunda elde

¹⁴¹ Lauver, Diane Ruth, , RN, CS, FAAN, “Commonalities in Women's Spirituality and Women's Health”, *Advances in Nursing Science*, 2000, c.22, sy.3, s 76-88

¹⁴² D. Elizabeth Jesse, Pamela G. Reed, “Effects of Spirituality and Psychosocial Well-Being on Health Risk Behaviors in Appalachian Pregnant Women”, *Journal of Obstetric Gynecologic and Neonatal Nursing*, 2004, c.33, sy.6, s.739- 747

¹⁴³ D. Elizabeth Jesse , Chantel Schoneboom , Amy Blanchard, “The Effect of Faith or Spirituality in Pregnancy: A Content Analysis”, *American Holistic Nurses Association*, 2007, c.25, sy.3, s. 151-158

ettikleri temalar; (a) Tanrı'ya yaklaşma zamanı olarak doğum, (b) dini inançların ve ritüellerin güçlü başa çıkma mekanizmaları olarak kullanılması, (c) dindarlığı daha anlamlı hale getirme zamanı olarak doğum, (d) doğum sonuçlarını etkilemede yüksek bir gücün önemi, (e) doğuştan ruhsal bir dönüşüm deneyim buldukları temalardır.¹⁴⁴ Çalışmadan elde edilen bulgular, tezimizin amacını destekler mahiyettedir. Gebelik sürecinin bir yaratıcıya bağlanma hissiyatını artırdığını, gebeliğin ve doğumun dindarlığı ve maneviyatı daha anlamlı hale getirdiği ve doğumla ilgili düşünceleri olumlu yönde etkilediğini biz de düşünmekteyiz.

Wilkinson vd., Ganalı çocuk doğuran kadınların algılarını belirlemek için 2010 yılında bir araştırma yapmışlardır. Araştırma sonucunda gebelik ve özellikle doğumun, kadınların kültürel algılarından ve uygulamalarından, inançlarından, beklentilerinden ve korkularından önemli ölçüde etkilendiği yönündedir.¹⁴⁵

Avustralya'da 2013 yılında kadınların gebelikte maneviyat ve çeşitli deneyim ve ihtiyaçlarını incelemek amacıyla Carver vd. bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Araştırmanın amacı kadınların gebelik sırasındaki manevi ihtiyaçları hakkındaki bulguları tespit etmek ve bunu bilimsel olarak sunmaktır. Araştırmaya katılan kadınların çoğu, resmi dinleri veya diğer manevi farkındalık ve uygulama biçimleri aracılığıyla ifade etmeyi seçtikleri gebeliklerinin manevi bir boyut ile tanımlamışlardır. Katılımcılar maneviyatın kendileri için önemli olmasına rağmen, sağlık uzmanlarından, manevi ihtiyaçlarını karşılamalarında bir destek görmediklerini belirtmişlerdir. Bununla birlikte, araştırmacılar sağlık çalışanlarının ruhsal inançlarına saygı duymaları gerektiğini ayrıca ebelerin toplumdaki ruhsal inanç çeşitliliğinin farkında olmaları ve kadınların arzu ettikleri takdirde manevi inançlarını rahatça ifade etmelerini sağlayacak şekilde davranmaları gerektiği konusunda özenli davranılması gerektiğini dile getirmişlerdir.¹⁴⁶

¹⁴⁴ Lynn Clark Callister , R. FAAN and Inaam Khalaf , “Spirituality in Childbearing Women”, **The Journal of Perinatal Education**, 2010, c.19, sy.2, s. 16- 24

¹⁴⁵ Stephen Eugene Wilkinson and Lynn Clark Callister “Giving Birth: The Voices of Ghanaian Women”, **Journal Health Care for Women International**, 2010, c.31, sy.3, s.201- 220

¹⁴⁶ Nicole Carver, Bernadette Ward, “Spirituality In Pregnancy: A Diversity Of Experiences And Needs”, **British Journal of Midwifery**, 2013, c. 15, sy.5,

Çalışmalardan da anlaşılaçağı üzere dini ve manevi yaşamın kadının gebeliğı boyunca etkili olduğı görölmektedir. Nitekim bizler de çalışmamız boyunca kadınların anneliğın büyük fedakarlık istediğini, özveri gerektiğini, empati duygusunu geliştirdiğini, etrafındaki canlılara karşı merhamet ve şefkat duygularını artırdığı yönde aktarımları ifade ederken manevi duygulardan beslendiklerine inanmaktayız. Ayrıca çalışmamızda bazı katılımcılarda gebeliğın dindarlıklarını artırdığını da düşünmekteyiz. Nitekim katılımcılarımız bu dönemde daha çok dua etme, Kur'an okuma, namaz kılma gibi dinsel pratiklerden beslendiklerini ifade etmişlerdir. Ülkemizde gebelik ve dini-manevi yaşam arasındaki ilişkiyi ölçmek için yapılan çalışmalar olmaması bizi bu konuda zorlamaktadır. Ancak beden sağlığı ve din ve maneviyatla ilişkisi üzerine araştırmalar çalışmamızın bulgularını desteklemektedir.

Horozcu, 2010 yılında “Dindarlık ve Maneviyat ile Ruhsal ve Bedensel Sağlık Arasındaki İlişki” adlı çalışmasında insanın yaşamında dindarlık ve maneviyatın pek çok unsurunu görmenin mümkün olduğunu ifade etmektedir. Bu unsurlar dua, meditasyon, ibadethaneye devam, kutsal metin okuma, dini teslimiyet, içgüdümlü ve dış güdümlü dindarlık, olumlu Tanrı imajı¹⁴⁷ ile kendi varlığını gösterdiğini belirtirmektedir. Bu çalışmanın bizim tezimizin bulguları ile örtüştüğünü düşünmekteyiz. Nitekim gebeliğın annenin dini ve manevi hayatı üzerindeki etkilerini en çok dua yönünde olduğunu söylemek mümkündür. Kanaatimizce duanın bir farkındalık oluşu insanların yaşamlarında büyük bir yer kaplamasının gerekçesi olarak gösterilebilir. Şükür duyguları içinde olma, Yaratıcı'nın yaratma eylemi ile tefekkür dünyasında zenginleşme, Kutsal metin okuma, belli ibadetlere yoğunlaşma, dini mekan ziyareti yapma, stres ve sıkıntıdan uzak durmaya çalışma, sağlığına dikkat etme gibi unsurlar gebenin yaşamındaki diğer görüntüler olarak ifade etmek mümkündür.

Köylü'nün 2010 yılında yaptığı çalışma da aynı şekilde bedensel sağlık ile din ve maneviyat arasında olumlu bir ilişki olduğu yönündedir. Dindarlık seviyesi

¹⁴⁷ Ümit Horozcu, “Tecrübî Araştırmalar Işığında Dindarlık ve Maneviyat ile Ruhsal ve Bedensel Sağlık Arasındaki İlişki”, **Milel ve Nihal İnanç, ve Mitoloji Araştırmaları Dergisi**, 2010, cilt 7, sayı, 1., s. 209-240

yüksek olan kişilerin, daha az olanlara kıyasla ruhsal açıdan daha mutlu oldukları, hayattan beklentisinin daha fazla olduğu, ümitli ve iyimser oldukları gözlemlenmiştir. Psikolojik rahatsızlıklara yakalanma riskinin daha az olduğu, madde ve alkol kullanımı ve intihar eğiliminin daha az olduğu görülmüştür.¹⁴⁸ Maneviyatın hayata anlam katması, sorumlu hissettirmesi kadının bu dönemdeki farkındalığı ve fiziksel ve ruh sağlığına pozitif yönde etkisinin olacağını düşünmek mümkündür.

Düzgüner ruh-beden ve insan-aşkın varlık ilişkisi üzerine yaptığı çalışmada¹⁴⁹ psikoloji ilminin insanın manevi boyutunu, aşkın olanla iletişimi ve anlam yüklediği olgular gibi konularda daha ilgisinin artması gerektiğini ve çalışmaların çeşitlenmesi gerektiğini vurgulamaktadır.

¹⁴⁸ Mustafa Köylü, “Ruh ve Beden Sağlığı İle Din İlişkisi Üzerine Yapılan Araştırmaların Bir Değerlendirmesi”, **OMÜ İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 2010, sy.28, s. 5 -36

¹⁴⁹ Sevde Düzgüner, “Ruh-Beden ve İnsan-Aşkın Varlık İlişkisine Psikolojik Yaklaşımın Tarihi Serüveni”, **MÜİF Dergisi**, c/sy.45, s.253-284

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli

Nitel araştırma deseni, araştırmanın yaklaşımını belirleyen ve çeşitli aşamalarının bu yaklaşım çerçevesinde tutarlı olmasına rehberlik eden bir strateji olarak tanımlanabilir. Bu strateji araştırmacıya çalışmanın etkinliklerinin birbiriyle tutarlı ve amaca uygun bir biçimde gerçekleştirilmesi açısından rehberlik eder.¹⁵⁰ Bu bilgilerden hareketle araştırma konumuza uygun olarak seçtiğimiz desen, durum çalışmasıdır. Durum çalışması, bir duruma ilişkin etkenler (ortam, bireyler, olaylar, süreçler vb.) bütüncül bir yaklaşımla araştırılır ve ilgili durumu nasıl etkiledikleri ve etkilendikleri üzerine odaklanılır.¹⁵¹

Bu çalışmada gebe olan kadınların yaşamış oldukları dini-manevi boyuttaki yaşam değişimlerini ele almak, cana can verme rolünün anneye hissettirdiği manevi duyguları araştırmak için mülakat tekniği kullanılmıştır. Mülakat, “Önceden belirlenmiş ve ciddi bir amaç için yapılan, soru sorma ve yanıtlama tarzına dayalı olarak karşılıklı ve etkileşimli bir iletişim süreci”¹⁵² kabul edilen nitel veri toplama tekniğidir. Bu teknikte araştırmaya katılan bireyin hayat hikayesini dinlemek, iç dünyasına girmek, bakış açısını anlamak, inandığı değerlere ilişkin derinlemesine bilgi sahibi olmak kaçınılmazdır.

Derinlemesine mülakat yöntemi, sosyal yönü kuvvetli olan insanın duygu, tutum ve düşüncelerini ayrıntılı araştırmayı hedef alan çalışma stili ile bu araştırma için uygun görülmüştür. İnsana ait bilgi birikimini sayıların soyut dünyasında nicel yöntemlerle belirtmek yerine araştırmacının katılımcı bir tavır sergileyerek gebe olan kadınların bakış açılarını ve algılarını ortaya çıkartacak nitel yöntemin bizim çalışmamız için daha detaylı ve zengin veri sağlayacağı düşünülmüştür. Nitel araştırma tekniklerinden mülakat (görüşme), mülakat tekniği çeşitleri arasından yarı

¹⁵⁰ A.Yıldırım ve H.Şimşek, **Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri**, Seçkin yay. Ankara, 2011, s.74

¹⁵¹ Yıldırım, Şimşek, **a.g.e.**, s. 83

¹⁵² Yıldırım, Şimşek, **a.g.e.**, s.148

yapılandırılmış mülakat tercih edilmiştir. Mülakat yönteminde, araştırmacı yarı yapılandırılmış görüşme formu ile önceden sormayı planladığı soruları içeren görüşme protokolünü hazırlamaktadır. Yarı yapılandırılmış teknikte soruların önceden hazırlanması, görüşmenin daha sistematik ilerleyişini sağlamaktadır. Ayrıca, görüşme formunun dışında görüşmenin gidişatına yön verecek ek sorular, katılımcıların yanıtlarının açılmasına/ayrıntılılandırmasına imkân sağlayabilir.¹⁵³ İşte, biz de bu özelliklerinden dolayı nitel araştırma yapmak ve onun içerisinde de özellikle mülakat tekniğini kullanmanın bu çalışma için daha uygun ve yararlı olacağını düşünmüş bulunuyoruz.

2.2. Araştırma Çalışma Grubunun Nitelikleri

Araştırmanın konusu gebelik döneminde yaşanan dini/manevi yaşam değişimleri üzerine olduğu için, araştırmanın yapıldığı katılımcılar, amaçlı örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir. Amaçlı örnekleme araştırmanın amacına bağlı olarak bilgi açısından önemli, zengin ve derin durumların seçilerek derinlemesine araştırma yapılmasına olanak sağlar.¹⁵⁴ Araştırmacı konusu itibarıyla ‘tipik’ öğelerini kendi bulacağını düşünüyorsa bu durumda bu yönteme başvurur. Amacına uygun katılımcılar bulur. Bu çalışmada amaçlı örnekleme çeşitleri arasında kartopu bir diğer adıyla zincir örnekleme yöntemi uygulanmıştır. Bu yöntem araştırmacının problemiyle bağlantılı olacak şekilde zengin ve derin bir bilgi kaynağı olabilecek birey ve durumların tespit edilmesinde etkilidir.¹⁵⁵ Bir kişi belirlenir, onlardan örnekleme seçilerek diğer kişilerin bilgilerine ulaşılır. “Kartopu” terimi katılımcı sayısının giderek artması nedeniyle kullanılır. Bu çalışmada araştırmacının ve danışmanın iletişim ağında gebelere ulaşıldıktan sonra onların üzerinden kartopu örnekleme gidilmiştir.

Gebe olan kadınlar üzerinde çalışma yapıldığı için, örnekleme ulaşmada zorluk çekilmemiştir. Kartopu yöntemiyle örnekleme dahil olacak ve konuyla ilgili kendini yeterli düzeyde anlatma becerisine sahip kişilere ulaşılmıştır. Bakış açısını ve

¹⁵³ Yıldırım, Şimşek, **a.g.e.**, s. 148 - 151

¹⁵⁴ Yağmur Koç Başaran, “Sosyal Bilimlerde Örnekleme Kuramı”, **Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi**, c.5, sy.47, Ankara, s.490

¹⁵⁵ Yıldırım, Şimşek, **a.g.e.**, s.130

düşüncelerini ifade etmekte zorlanan 3 katılımcıda görüşme bitirilmiştir. Ayrıca görüşme yapılacak gebelere herhangi bir yaş sınırı konulmamıştır. Mülakata katılan kadınların her trimesterden olmasına dikkat edilmiştir. Özellikle 3. trimester olması, bu çalışma için daha fazla veri sağlayacağından ağırlık olarak gebelerin son trimesterde olmasına önem verilmiştir. Nitel araştırma yöntemlerinde araştırma kapsamına alınacak katılımcı sayısı net olarak ifade edilmemektedir. Burada amaç doğru bilgiye ulaştıracak kadar kişiye ulaşmaktır. Araştırmacı, çalışmasına göre katılımcı sayısını belirlemektedir. Nitekim saha araştırması yaparken belli bir veri doyumuna ulaşmış olması ve katılımcıların sorulara verdikleri yanıtlarda tekrarların fazla olması, çalışmanın katılımcı sayısını etkilemektedir. Bu noktadan hareketle araştırmanın çalışma grubunu, Kocaeli ve İstanbul'da yaşayan 20 gebe kadın oluşturmuştur. Katılımcıların yedisi Kocaeli'nde ikamet etmekte olup geri kalan on üç katılımcı da İstanbul'da yaşamaktadır.

Katılımcılar 21-42 yaş aralığında olup, yaş ortalamaları 29.8' dir. Gebelerin 14'ü (%70) 21-31 yaş, 6'sı (%30) 32-42 yaş aralığındadır. 8 (%40) kadın lisans mezunu, 6 (%30) kadın lise mezunu, geriye kalan 6 kadından 5'i (%25) ilkokul, 1'i (%5) ortaokul mezunudur. Yine katılımcılardan 11 tanesi (%55) çalışmazken geri kalan 9 tanesi (%45) çalışan kadınlardır. Çalışanlardan 5 tanesi (%25) öğretmen, 3 tanesi (%15) muhasebe, 1 tanesi (%5) mali hizmetler uzman yardımcısıdır. Görüşmecilerin geneli orta düzey sosyo-ekonomik duruma sahip olduklarını belirtmişlerdir. Ayrıca, katılımcı gebelerin evlilik süreleri 1-20 yıl arasında değişim göstermektedir. Katılımcıların 5 tanesi (%25) evliliğinin ilk yıllarında olup 7 ay ile 16 ay arasında evlilik süreleri vardır. Geri kalan 15 tanesi (%75) en az 3 yıl kadar evlilik süreleri olup 20 yıla kadar çıkmaktadır. Katılımcılardan 9 tanesinin (%45) ilk gebeliği, 4 tanesinin (%20) ikinci gebeliği, 2 tanesinin (%10) üçüncü gebeliği, 3 tanesinin (%15) dördüncü gebeliği, 2 tanesinin de (%10) beşinci gebeliğidir. 3 gebe (%15) 1. trimesterde, 7 gebe (%35) 2. trimesterde, 10 gebe (%50) 3. trimesterde olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcılardan 14 tanesi (%70) gebeliğin planlı olduğunu ifade ederken, 6 tanesi (%30) plansız gebelik olduğunu belirtmiştir.

2.3. Veri Toplama Aracının Oluşturulması

Kişinin hayatından başlayıp aile yapısına kadar etkileyen gebelik durumu fiziksel, psikolojik ve sosyal anlamda değişimlerin olduğu bir süreçtir. Bu yönüyle gebelik dönemini konu edinen çalışmaların ağırlıklı olarak fiziksel yönü ile ilgili olup sağlık alanında ağırlıklı düzeyde çalışmalar olduğu görülmüştür. Aynı şekilde gebelik dönemini psikolojik ve sosyolojik açıdan inceleyen çalışmalar da olmakla birlikte yeterli seviyede olmadığı anlaşılmıştır. Ayrıca bu alanlardan farklı olarak gebelerin doğrudan dini ve manevi dünyalarına dair bir çalışmayla karşılaşılmamıştır. Bu ihtiyaçtan hareketle çalışmanın odak noktasını, gebe olan kadının dini-manevi eğilim ve yaşantıları oluşturmuştur.

İlgili alan araştırılıp farklı çalışmalardan yararlanıldıktan sonra araştırmacı tarafından bir kabataslak metin oluşturulmuş daha sonra soruların niteliği ve soruların sıralanışının ele alınması “Kadın Sağlığı ve Psikolojisi” üzerine çalışmalar yapan Din Psikolojisi alanında çalışan tez danışmanının görüşlerine sunulmuştur. Buna göre içerik geçerliliği sağlamak adına uygun olmayan sorular çıkartılmış, soruların bir düzen içinde olması için yer değişikliği yapılarak genelden katılımcının deneyimlerine inerek bir sistem içinde sıralanmasına önem verilmiştir. Ayrıca görüşme formu için önerdikleri sorular ve yönlendirmeler dikkate alınmış olup tarafımızdan düzenlenmiştir. Formun araştırmada kullanılmak üzere son halini alması için gebe bir kadınla ön test yapılmıştır. Bu ön test sayesinde anlaşılmayan sorular düzenlenmiş olup benzer sorular birleştirilmiş veya çıkartılmıştır. En sonunda veri toplama aracı gebelere ait, tanıtıcı bilgilerin olduğu bir “Bilgi Formu” (10 soru), yarı yapılandırılmış mülakat formundaki (17 soru) ile iki bölümden oluşmuştur.

2.4. Araştırma Verilerinin Toplanma Süreci

Veriler, 2018 Temmuz - 2019 Şubat ayı içinde toplanmıştır. Her bir katılımcıdan diğer katılımcıya ulaşılmış olup iletişim numarası ve adresleri alınarak önceden bir görüşme yapıp randevu alınmıştır. Çalışma ortamlarında ve katılımcıların kendini en rahat ifade edebileceği ve ses kaydı açısından elverişli ortamın olduğu alanlar tercih edilmiştir. Katılımcılarımıza gönüllü olarak

araştırmamıza katıldıklarına dair onam formu sunulup kabullerinden sonra görüşme başlatılmıştır. Öncelikle gebelere verilerin sağlıklı bir şekilde düzenlenmesi için görüşmenin ses kaydına alınacağı ifade edilmiştir. Fakat 4 katılımcı ses kaydının olacağını duyduktan sonra tedirgin olup görüşme yapmayı kabul etmemiştir. Görüşmeler yaklaşık 30-40 dk sürmüştür. Sadece 2 katılımcının görüşmesi 60 dk üzeri olmuştur.

Mülakat için belirlenen sorular sırayla sorulmuş olup, katılımcıların kendilerini baskı altında hissetmeden cevap vermeleri sağlanmıştır. Mülakat sorularına ek olarak yan sorular sorup, katılımcının kendini açması doğru bilgiyi yerinde ve zamanında vermesi hedeflenmiştir. Anlaşılmayan sorularda daha anlayabilecekleri şekilde açıklama yapılmasına önem verilmiştir. Katılımcılara sorular sorulurken genel sorulardan başlayıp daha spesifik sorulara doğru bir yol izlenmiştir. Görüşme formuna bağlı kalmaksızın kadınların trimesterlerine göre kendilerini daha iyi anlatmak için yan sorular yöneltilmiştir. Soruların açık ve net şekilde sorulmasına dikkat edilip katılımcının görüşme esnasında anlayamadığı sorularda daha detaylı ve farklı örnekler verilerek anlaşılmasına özen gösterilmiştir. Katılımcı konuşurken sözlerini bitirmesine dikkat edilmiştir. Görüşme sırasında gebelikle ilgili tarafımdan bilinmeyen kavramlar, özel durum ve testlerle ilgili ne anlam ifade ettiği sorulup bunların katılımcıların cevaplanması istenmiştir.

Her bir katılımcı soruları cevaplarken bakış açısını rahatlıkla söyleme imkânı bulmuştur. Zaman zaman katılımcıların yanlış anlamasından kaynaklı soru dışında cevaplar verilmiş olsa da katılımcıya bunu fark ettirmeden gerekli yönlendirmelerle sorunun yeniden sorulmasına önem verilmiştir. Bir kaç kez tekrar edilerek sorulan soruların hala anlaşılmaması üzerine o sorular geçilerek görüşme sonunda tekrardan katılımcıya sorulmasına dikkat edilmiştir. Gebelik döneminde yaşamış oldukları sağlık problemleri, kayıplar, sevdiklerinin hastalıklarla mücadelesi gibi kendileri için zor dönem diye atfettikleri dönemle ilgili soruları yanıtlarken katılımcılar arasında duygulananlar olmuştur. Özellikle duygusal boşluk yaşayan kadınların daha hassas olduğu gözlemlenmiştir. Bazı görüşmeler esnasında ise annelik duygusunu yoğun hissetmeden kaynaklı, annesiyle ilişkisini sürekli gözden geçiren gebeler, ağlayarak duygularını ifade etmişlerdir. Görüşmeye kısa bir ara

verilmiştir. Onlara zaman tanınarak kendilerini iyi hissettiklerinde görüşmeye devam edilmiştir.

2.5. Verilerin Çözümleme Süreci

Veriler toplanıp ses kayıtlarının çözümlemesi yapıldıktan sonra elde edilen bulgular, betimsel analiz yöntemine tabi tutulmuştur. Betimsel analizde, görüşülen ya da gözlenen bireylerin görüşlerini çarpıcı bir biçimde yansıtmak amacıyla doğrudan alıntılara sık sık yer verilir. Bu tür analizde amaç, elde edilen bulguları düzenlenmiş ve yorumlanmış bir biçimde okuyucuya sunmaktır. Veriler, önce sistematik ve açık bir biçimde betimlenir. Daha sonra yapılan bu betimlemeler açıklanır ve yorumlanır, neden-sonuç ilişkileri irdelenir ve birtakım sonuçlara ulaşılır.¹⁵⁶ Buna istinaden bu çalışmada 7 tema belirlenip sorular bu temalar doğrultusunda hazırlanmıştır. Bu temalar şunlardır:

- Gebelerin çocuk sahibi olma motivasyonu
- Gebelik ve sosyal ilişkisi
- Gebelik ve beden algısı
- Gebelik döneminde Allah tasavvurları
- Gebelik ve dindarlık ilişkisi
- Gebelik ve dini - manevi uygulamalar
- Gebelikte manevi yaşam

Bulgular yedi tema altında toplanmış ve literatür ışığında analizler yapılmıştır. Ayrıntılı betimlemenin yanında doğrudan alıntılara yer vermeye özen gösterilmiştir. Katılımcıların verdikleri yanıtlar sınıflandırılmış ve yanıtları bir bütün halinde görebilmek için tablo halinde verilmiştir. Tablolar araştırmacı tarafından oluşturulmuştur. Veriler, görüşme formunda yer alan sorular doğrultusunda sıralanmıştır. Katılımcıların mülakata katıldıklarını belgeleyen onam belgeleri, görüşme süresince tutulan ses kayıtları ve bunların deşifreleri şifre korumalı bilgisayarda araştırmacı tarafından muhafaza edilmiştir. Katılımcı gebelerin adları

¹⁵⁶ Yıldırım, Şimşek, a.g.e., s.224

gizli tutulmuş olup adlar yerine güvenilirliği ve gizliliği sağlamak adına her birine numara verilmiştir. (K1, K2 gibi.) Ayrıca tüm katılımcılara görüşmenin bitiminde eklemek veya çıkarmak istedikleri bir kısım olup olmadığı teyit amaçlı sorulmuş ve cevapları tekrar gözden geçirilmiştir. Bunların yanında, görüşme süresince katılımcıların duygu durumları da gözlemlenmiştir.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR VE YORUM

3.1. Gebelerin Çocuk Sahibi Olma Motivasyonu

Çocuk sahibi olma, evlilik kurumunun beklenen ve neredeyse kaçınılmaz sonucudur. Evli olan kişiler hemen hepsi, çocuk sahibi olmayı planlamaktadır. ABD’de yapılan ulusal bir çalışmada kadınların sadece %2.8’i, erkeklerin de %3.5’i çocuk sahibi olmayı istemedikleri tespit edilmiştir.¹⁵⁷ Bu da bize çocuk sahibi olmak isteyenlerin oranının oldukça fazla olduğunu göstermektedir. Biz de bu tema altında çocuk planlaması yapan kadınların motivasyonunu araştırdık.

Araştırmamızın içinde çocuk sahibi olma motivasyonu temasına hizmet edecek iki soru vardır. İlk soruda, katılımcılardan genel bir değerlendirme yapılması istenmiştir. Kişilerin, kendine bağımlı bir şekilde yaşayacak insanın sorumluluğunu almak isteğini değerlendirmek üzere katılımcılara “*İnsan niçin çocuk sahibi olmak ister?*” sorusu yönlendirilmiştir. İkinci soru ise daha özel olup halihazırdaki gebelik için “*Çocuk sahibi olmaya nasıl karar verdiniz ve bu kararı alırken neler yaşadınız?*” sorusudur. Biz burada gebelerin bu kararı niçin aldıkları ve kendi dünyasında bu eğilime neden yöneldiklerini anlamaya çalıştık. Öncelikle yapılan görüşmelerde bu sorunun tek bir yanıtının olmadığını gördük. Zira katılımcılar yanıtlarında pek çok faktörü içinde barındıracak şekilde kendilerini anlatmışlardır. Nitekim W. Miller’in Washington’da Amerika Nüfus Birliği yıllık toplantılarında sunduğu çalışmada, (362 evli erkek ve 354 evli kadın örnekleminde) kişilik özellikleri ve gelişim deneyimlerinin çocuk doğurma motivasyonlarının üzerine etkisini araştırmıştır. Miller; çocukluk, ergenlik ve erken yetişkin yaşamındaki deneyimlerin çocuk doğurma motivasyonlarını etkilediğini ifade etmekle beraber, ebeveynin kişilik özelliklerinin, evlilik, eğitim, iş, din, kendi ebeveyn ilişkilerin bu süreçte söz sahibi olduğunu ifade etmektedir. İşte bu sebeple her katılımcının farklı

¹⁵⁷ Havva Deniz Oğuz, **İnfertilite Tedavisi Gören Kadınlarda İnfertilitenin Ruh Sağlığına, Evlilik İlişkileri ve Cinsel Yaşama Etkileri**, Bakırköy Ruh Sağlığı Ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Uzmanlık Tezi, İstanbul, 2004, s.4

demografik özelliklere sahip olması, bu soruya verilecek yanıtları da çeşitlendirmektedir.¹⁵⁸

Bu tema altında sorduğumuz sorularda üreme arzusu, kadının doğası, soyun ilerlemesi, neslin devamı, kendinden bir parça görmek, üretici olmak, annelik duygusu ve bu duyguyu tadabilmek, aileyi büyütmek, çocuk sevgisi, hayırlı bir evlat yetiştirebilmek, çevre baskısı, gelecek kaygısı olup elden ayaktan düştüğünde bakacak insanı olması katılımcılardan aldığımız yanıtlar arasındadır.

Aşağıda tabloda da katılımcıların verdiği yanıtların sistematik hali verilmiştir.

Tablo: 3-1: Gebelerin Çocuk Sahibi Olma Motivasyonu Temasına Ait Alt Temalar		
Temalar	Katılımcı sayısı	Katılımcılar
Üremeyi İstemek (Fıtri İstek, Neslini Devam Ettirmek)	9	K2, K3, K8, K10, K12, K13, K14, K16, K18
Annelik Duygusunu Tatmak	8	K1, K3, K5, K6, K9, K12, K14, K20
İnsanlar İçin Faydalı Bir Nesil Oluşturmak	6	K3, K5, K9, K11, K14, K19
Hayatı Anlamlandırmak İçin Üretici Olmak	5	K4, K8, K13, K16, K19
Küçük Ailesini Büyütmek	1	K7

Toplum içinde üstlendiğimiz pek çok rol ve statü vardır. Bu rollerden biri de anne-baba olmaktır. İnsan niçin çocuk sahibi olmak ister sorusuna “İnsanın doğasında/fıtratında var ve neslini devam ettirmek için” diye yanıt verirken gebelerimiz (K2, K3, K8, K10, K12, K13, K14, K16, K18) aslında insanda olan ürüme isteğine dikkat çekmişlerdir. Miller, bireyleri bazı amaçlar doğrultusunda

¹⁵⁸ Warren B. Miller, “Personality Traits and Developmental Experiences As Antecedents Of Childbearing Motivation”, **Demography, ABD**, 1992, 29/2, s. 265- 285

harekete geçiren güdülerin olduğunu belirtir. Çocuk sahibi olma arzusunun temelinde bu üreme güdüsü olduğunu, üreme güdüsünün de tüm bireylerde olduğunu belirtir. Dolayısıyla kadın, erkek ilişkisinin temelinde üreme güdüsü vardır¹⁵⁹ diyerek katılımcıların ifade ettiklerini doğrulamaktadır.

Bir katılımcı çocuk sahibi olma isteğini “içgüdüsel (insanın akıl ve düşünceden bağımsız olarak doğuştan gelen bir hareket¹⁶⁰)” olarak yanıtlamıştır. “Üreme isteği içgüdüsel.. bütün hayvanlarda olduğu gibi” (K10). Bir başka gebe “neslin devamı için” (K8) demiştir. “Çocuk sahibi olma isteği bir kadının doğasında var gerçekten” (K2). Başka bir gebe de bu soruya yanıt verirken kadının yaratılışında olan eğilimi Allah’la bağlantılandırarak şöyle ifade eder: “Rabbimin verdiği bir duygudur herhalde, fitri olarak” (K14). Ayrıca kadınların gebeliği Yaratıcı’nın yaratma eylemini kadınlara has kıldığını düşündükleri ve buna şahitlik yapmak için istediği görülmüştür. “Açıkçası bir birey yetiştirmek, bir birey dünyaya getirmeye vesile olmak, herkese nasip olmuyor. Allah onu bir kadın olarak bize nasip ettiyse, onu tekrar tekrar yaşamak için istedim” (K3). Bir diğer katılımcımız ise, anne olma hissiyatını, “Anne olmak, insana Allah tarafından verilen bir his” (K13) diye ifade etmiştir. Görüldüğü üzere bu temamızda kadınlar, insanda var olan üreme eğilimini, kadının doğası, annelik duygusu ve iyi bir evlat yetiştirme isteğiyle dile getirmişlerdir.

“Üreme arzusu”nun temelinde neslini devam ettirme isteğinin yattığı da söylenebilir. Zira neslin devamını sağlamada üreme arzusunun içgüdüsel bir istek olduğu anlaşılmıştır. Bir katılımcı bu durumu şöyle izah etmiştir: “Sen öldükten sonra yerinde biri olsun. Senin soyadını devam ettirsin diyerekten çocuk düşünüyorum. Ama daha çok benden bir varlık olsun. Benim genimi taşıсын diye”(K16). Nitekim bütün canlılarda içgüdüsel bir özellik olarak bulunan üreme fonksiyonu insanda, diğer canlılardan farklı olarak, kendi soyunu ve ismini sürdürme arzusu eşliğinde gerçekleşmektedir.¹⁶¹ Katılımcıların bir nevi kendini güvence altına

¹⁵⁹ Warren B. Miller, Lawrence J. Severy and David J. Pasta, “A Framework for Modelling Fertility Motivation in Couples”, **Population Studies**, 2004, c.58, sy.2, s.193 - 205

¹⁶⁰ Türk Dil Kurumu, Büyük Türkçe Sözlük, <http://www.tdk.gov.tr/index>. (Erişim Tarihi: 03.03.2019)

¹⁶¹ Nesibe Aslan, “Çocuk Sahibi Olma Sorumluluğu”, **Diyanet İlmî Dergi**, C.40, Sayı Nisan-Mayıs-Haziran-2004, Ankara, S.93

almak ve geleceğini garantilemek adına bu eğilimde olduğu anlaşılmıştır. Bir katılımcı bu bağlamda “İnsan ileride elden ayaktan düştüğü zaman çocuğunun ona bakması için istiyor yani başkasına muhtaç olmamak için çocuk istiyor” (K18) demiştir.

Anne olup bu duyguyu yaşama isteği, kadınların dile getirdikleri sebepler arasındadır. 8 katılımcı (K1, K3, K5, K6, K9, K12, K14, K20) annelik duygusunu tatmak için çocuklarının olmasını istediklerini ifade etmişlerdir. Katılımcılardan biri “Kendinden, sevdiğin eşinden bir parça olsun... annelik duygusunu tadabileyim” (K1) derken başka biri, ‘Anaç duygu var. Çocuğum olsun merhamet göstereyim. İleride onunla bir şeyler yapayım. O’na zaman harcayayım, vakit geçireyim” (K6) demiştir. Bir başkası “Evde, çocuk güzel bir şey. Bir çocuğun anne demesi güzel ve gurur verici bir durum. Mesela anne diyecek, konuşmalarını ilk adımlarını her şeyini seyretmek bilmek çok güzel bir duygu” (K20) diye ifade etmiş olup bu arzunun çocuk sevgisinin doğal sonucu olduğunu belirtmiştir.

Katılımcılardan 6’sı (K3, K5, K9, K11, K14, K19), insanların çocuk sahibi olma isteğini vatanına, milletine faydalı bir insan yetiştirme çabasıyla açıklamışlardır. “... insan düzgün bir evlat yetiştirip ailesine, vatanına, verimli, fayda sağlayan bir çocuk yetiştirmek için çocuk sahibi olmak ister” (K19). Başka bir örnekte ise: “Kendi bilgilerimle, öğrendiklerimle hayata daha iyi bir şekilde güzel bir evlat yetiştirmek için çocuk sahibi olmayı istedim” (K9). Katılımcılardan biri “faydalı olma” diye ifade ederken dini motivasyondan destek aldığı gözlemlenmiştir. “Çocuğunu daha iyi eğitmesi için, İslam’a yöneltmesi için, Kur’an öğrenmesi için” (K11) istediklerini belirtmiştir. Dini motivasyon, çocuk sahibi olma isteğini perçinlemektedir. Nitekim bazı peygamberlerle salih kulların, Allah’ın kendilerine iyi bir nesil, temiz bir soy ve soylarından O’na kulluk eden milletler vermesi için dua ettikleri bilinmektedir. Nitekim bununla ilgili bir ayette de “Ey Rabbimiz! Bizi sana teslim olanlardan eyle, soyumuzdan da sana teslim olacak bir ümmet çıkar”¹⁶² buyrulurken bu motivasyon dile getirilmektedir. (Âl-i İmrân 3/35,38; İbrâhîm 14/35,40).¹⁶³ Ayrıca sıkça tekrarlanan Hz. Peygamber’in, “Evlenin, çocuk sahibi

¹⁶² Bakara 2/128

¹⁶³ Hayati Hökelekli, ‘Çocuk’, TDV yayımları, Ankara, c.8, s.355

olun; ben kıyamet gününde ümmetimin çokluğu ile iftihar edeceğim” (Müsned, II, 72) hadisinde çocuk sahibi olmaya yönelik dini motivasyon sağladığı söylenebilir.

Bu tema altında aldığımız yanıtlarda dikkatimizi çeken başka kavram ise “hayatı anlamlandırmak için üretici olmak”tır. 5 katılımcı (K4, K8, K13, K16, K19) kendinden dünyaya bir şeyler katmak istediklerini, dünyaya bir ürün verebilmek için diye ifade edip çocuk sahibi olma eğiliminin gerekçelerini belirtmişlerdir. Evliliğin temel amaçlarından biri olarak görüp çocuk sahibi olmayı üretmek kavramıyla ilişkilendirmişlerdir. Üretmek kavramını gebeler “vermek, katmak, meyve ve ürün” ifadeleriyle belirtmişlerdir. Bir katılımcı “*Eşimin de benim de dünyaya bir meyve, bir bebek getirmek için... bir ürün çıkartabilmek için*” (K8) diyerek üretme eğiliminin insanda var olduğu gerçekliğini dile getirmiştir. Gebelerin bu ifadeleri literatürde Erich Fromm’un insanın amacının üretmek olduğunu ve güçlerini etkin şekilde kullandığında insanın doyum noktasına ulaşacağı tanımıyla birebir örtüşür.¹⁶⁴ Bir katılımcımız bu minvalde “*İnsan artık dünyaya bir şeyler vermek istediği zaman, hayata bir şeyler katmak istediği zaman, bunu çocuk sahibi olarak yapabileceğini düşünüyor ve dünyaya çocuk getirerek dünyaya daha faydalı bir insan olacağına inanıyorum ki evliliğinde zaten amaçlarından bir tanesi budur*” (K4).

Bir diğer katılımcımız da üretmek temasını kadının doğasıyla açıklayıp bunu üst düzey yoruma götürerek Maslow’un İhtiyaçlar Hiyerarşisi Kuramı¹⁶⁵ ile ilişkilendirmiştir. “*İnsanın güvende olması, ait olması, ait olmadan sonra o benlik bütünlüğü var ya, benlik bütünlüğünün arasındaki geçişlerden biri bence anne olmak... Çünkü yaş olarak bakıldığında hani bu yaşlarda üretkenlik vardır ya... anne olmak da bir üretkenliktir. Üretkenlik sadece ben bir iş yapıyorum, burada bir şeyler üretiyorum demek değildir. Anne olmak dünyaya gelen bir insanı bu dünyaya adapte etme sürecidir. İnsanların hayatlarında erkek ya da kadın fark etmez, kişi benlik bütünlüğüne ulaşabilmek için anne ya da baba olmak ister. Kimi için üretmek tamamen iş hayatı iken kimi insan için de üretmek dünyaya bir insan evladı getirip onu hayata hazırlamaktır*” (K13). Gebelerin görüşme esnasında verdikleri ifadelerde

¹⁶⁴ Engin Gençtan, “Erich Fromm ve İnsancı Psikoloji”, <http://dergiler.ankara.edu.tr/dergiler/40/504/6084.pdf>, s.125, (Erişim Tarihi: 08.03.2019)

¹⁶⁵ Abraham H.Maslow, **Motivation And Personality**, Harper & Row, Publishers, s.77-97

ana cümle, evlilik hayatının amacının bu olduğu düşünülse de işin özünde üretmenin insana verdiği haz olduğu anlaşılmaktadır. Bu anlamda Fromm'un sürekli vurguladığı "Sevgi üretmektir"¹⁶⁶ yaklaşımıyla bu durum ilişkilendirilebilir. Kanaatimizce de yaşamak, üretmek üzerinedir. Çocuk sahibi olurken çocuğun kişiyi halden hale geçişi insanda üretkenliğe sebep olabilir ve insan çocukla beraber hayatını nasıl yaşadığını tekrar etme fırsatı bulabilir. Bu da insanı üretici kılar ve doyum noktasına ulaştırabilir.

Görüşmecilerin arasından sadece bir katılımcı, çocuk isteme sebebini "küçük ailesini büyütmek" olarak gerekçelendirmiştir. Yeni her bireyin aileye neşe katacağını düşüncesinde oldukları gözlemlenmiştir. *"Hayat iki kişilik gitmiyor. İllaki birileri de aileye neşe katması lazım. Huzur vermesi lazım. Tabii eşinle huzur buluyorsun ama bir süre sonra illaki bir eve neşe katacak şeyler lazım oluyor"* (K7) diye aktarmıştır.

Sorularımızın derinlemesine olması katılımcıları yanıtlamaları her ne kadar zorlamış gibi olsa da bu soruların soruluyor olmasından mutlu olduklarını gördük. Bazı katılımcılarımızda bu soruyu sordüğümüzda, bunu ilk defa düşündüklerini söylemişlerdir. Sadece iki gebe soruyu çok beğendiklerini ve anlamlı soru olduğunu ve daha önce hiç düşünmediklerini aktarmışlardır. *"Sorular çok güzel... düşünüyorum... ama bir anda cevap veremiyorum. Gerçekten bunun açıklaması nasıl olur? İçimde yaşayabiliyorum ama kelimelere dökmeye gelince dökemiyorum"* (K17). *"Bu soruyu siz sorana kadar hiç düşünmemiştim"* (K15) diye belirtip sonrasında bunu toplum baskısı diyerek gerekçelendirmiştir.

Buraya kadar katılımcıların gebeliklerini nasıl temellendirdiklerini ve niçin istediklerini inceledik. Şimdi ise genelden özele giderek katılımcıların şuan yaşadıkları halihazırdaki gebeliğe nasıl karar verdiklerini ve bu kararı alırken neler yaşadıklarını irdeleyeceğiz.

Karar alma süreçlerinde "kendini hazır hissetme, evliliklerinin oturduğunu düşünme, kadının fitratı olan annelik duygusu, çevresel faktörler, çocuğuna kardeş

¹⁶⁶ Gençtan, a.g.e., s.126

olma, yalnız kalma korkusu ve meslek” gibi ifadelerinin ön plana çıktığı görülmektedir. Ayrıca bu karar alma mekanizmalarının işlemediği plansız gebeliklerin de çocuk sahibi olmada etkinliği söz konusudur. Çalışmamızda 14 katılımcı çocuk sahibi olma sürecine planlamasını yaparak girerken (K1, K2, K3, K4, K6, K8, K9, K11, K12, K13, K14, K15, K17, K19), 6’sı plansız gebelik (K5, K7, K10, K16, K18, K20) olarak sürecin başladığını belirtmişlerdir.

Tablo: 3- 2: Çocuk Sahibi Olmaya Karar Verme Temasına Ait Alt Temalar		
Temalar	Katılımcı sayısı	Katılımcılar
Hazır hissetme	5	K1, K8, K9, K11, K15
Evliliğinin oturduğunu düşünme	5	K1, K4, K8, K9, K13
Annelik duygusunu yaşama isteği	5	K1, K2, K13, K14, K19
Çocuk sahibi olma konusunda çevreden baskılar	5	K3, K7, K9, K14, K15
Çocuğuna kardeş olması isteği	4	K3, K12, K17, K19
Yalnız kalmama duygusu	2	K18, K19
Bilinçli ebeveyn olma isteği	2	K3, K19
Mesleğinin kendi hayatındaki yansımaları görmek	1	K6
Plansız gebelik sonrası kabullenme	6	K5, K7, K10, K16, K18, K20

Kişilerin yaşamında çocuk sahibi olmak, önemli bir karardır. Beş katılımcı (K1, K8, K9, K11, K15) kendini hazır hissettiğinde karar aldıklarını belirtmişlerdir. Özellikle yeni evli olup ilk gebeliğin planlamasını yapanlar bu duruma hazır olup

olmadıklarını ciddi anlamda düşünmektedir. Örneğin *“Bu kararı alırken acaba erken mi, acaba hazır mıyız, yani böyle hem endişeli hem korkulu, manevi olarak da maddi olarak da biz bu duruma hazır mıyız diye çok düşündük”* (K1). Bu sorgulamayı yapanların aynı zamanda bunu bir karara bağlama süreçlerinde bir teslimiyet duygusu içinde oldukları da görülmüştür. Örneğin bir başka gebe *“Bu kararı alırken önce tabii ki psikolojik olarak kendimizi hazırladık. Biz dünyaya bir çocuk getirsek bakabilir miyiz, bakamaz mıyız? Hem maddi açıdan hem manevi açıdan önce bunun kararını verdik. Sonra kendimizi yeterince tatmin hissettikten sonra doktora gittik”* (K8) diyerek bu karardaki teslimiyetlerini anlatmışlardır. Anne olmaya evliliğinden 2 yıl sonra karar veren (K15) ise *“Planlı bir hamilelikti bizimkisi. Evlendikten sonra eşimle birlikte baya zaman geçirmek istedim. Beraber takılmak, tatillerde rahat etmek, bazı arkadaşlarım gibi evlenir evlenmez çocuk sahibi olmayı düşünmedim. Eşimin yaşının ilerlemesinden dolayı bir tedirginliği olsa da bu kararı bana bıraktı(...) Ben şu an çocuğum olsa yapmak istediğim şeyler var mı, diye düşündüğümde yok dediğim anda süreci başlatmış olduk”* diyerek hazır hissedip kendinden emin olduktan sonra karar aldıklarını söylemiştir. Bir başka gebe *“...kendimi hazır hissettiğim zamanda”* (K9) diye belirtirken görüyoruz ki kadın, anne olma sürecini başlatmak için daha etkilidir.

Çocuk sahibi olma kararı verirken kadınlar, evliliklerinin oturduğunu düşündüğü anda eşiyle beraber kararlaştırdıklarını söylemişlerdir. Katılımcılarımızdan beşi (K1, K4, K8, K9, K13) genel olarak çevrenin beklentisi olmasına rağmen bu kararı almada birbirlerini tanıyıp evliliklerinin oturduğu süreci beklediklerini ifade etmişlerdir. Bir katılımcı, *“Evliliğimizin oturduğunu düşündüğümüz anda, artık hani yapsak mı diye sorduk ve beraber bir çocuk sahibi olmaya karar verdik”* (K4). Bu soruya “fıtraten” cevabını veren başka bir katılımcı *“Kişiler birbirini tam olarak tanıdığı anda insanı duygusal olarak yönlendiren bir his”* fıtratın verdiği bir eğilim olup *“...anne ve baba olma hissi doğuyor bir noktadan sonra... eş sıfatının yanında anne olmak... eş sıfatının yanında baba olmak...”* (K13) diyerek açıklamıştır. Burada katılımcılarımızın karar alma mekanizmalarında, bir çocuğun büyümesi, gelişimi, eğitimi, sorumluluğunu alma gibi faktörlerin etkili olduğu görülmektedir.

Karşımıza çıkan ve beş katılımcımızın (K1, K2, K13, K14, K19) kullandığı başka bir alt tema ise ‘annelik duygusunu yaşama isteği’dir. Zaman zaman katılımcılar duyguların yanında kadının doğurganlık rolüne de vurgu yaptıkları görülmüştür. Bir evlat sahibi olma isteğinin altında yatan duyguların anne-baba olma arzusu olduğu söylenebilir. Çalışmanın kapsamında annelerin rolü incelendiğinden biz burada annenin arzularını irdelemeye çalışacağız. Aldığımız yanıtlarda görülüyor ki insan belirli bir çağa gelip evlendikten sonra içinde annelik duygusu aktifleşmektedir. *“Evlendiğim zaman hiç öyle bir düşüncem yoktu ve olmaz diye düşünüyordum. Kadının özünde mi var, yapısında mı var, bilemiyorum ama benim de etrafımda evlenip çoğalan insanları gördükçe bende de annelik duyguları oluşmaya başladı”* (K2). Başka bir örnekte: *“Bir haftada verilen karar değil bu, insanı zaten duygusal olarak yönlendiren bir his. Bir noktadan sonra anne – baba olma arzusu doğuyor içinde”* (K13). Katılımcıların yanıtlarından da anlaşılabileceği üzere annelik duygusunun evlendikten sonra daha yoğun hissedildiği görülmüştür. Bu konuda Teber çalışmasında şöyle aktarmaktadır: *“Hayatın gizli bir anayasası varmış gibi, belli bir yaşa gelen evleniyor, evlenen de çocuk yapmaya niyetleniyor. Din, dil, ırk, ülke ve eğitim düzeyi fark etmeden herkes, hayatın bu yolundan geçiyor.”*¹⁶⁷

Bir kadını anne olmaya iten başka bir tema ise ‘çocuk sahibi olma konusunda çevreden baskılar’dır. Yeni evli olan çiftler bir yılı geçtikten sonra çocuk sahibi olma noktasında kendilerine bir baskı yapıldığını ve çevrelerinden bu konuyla ilgili sıklıkla uyarı aldıklarını söylemişlerdir. 5 katılımcımız (K3, K7, K9, K14, K15) *“...evlendikten sonra bu sefer ‘Bebek yok mu?’, ‘Ne zaman çocuk sahibi olmayı düşünüyorsunuz?’ gibi soruları başladı. Başlamasa bile artık insanların bakışından bile anlarsınız. Sani evlenen her çift çocuk yapmak zorundaymış bir beklenti hissedersiniz”* (K15). Başka bir örnek: *“Önce çevresel faktörler etkili oldu. 6-7 ay sonra bebek yapmayı düşünmüyor musunuz diye sordular. Sonrasında eşimle karar verdik”* (K7). *“İlk noktada biraz daha zaman geçsin yalnız kalalım düşüncesindeydik. Ama etraftan da sürekli soruyorlardı olmuyor mu, olmuyor mu diye. Bir de çevreden ilk baştan korunursanız olmaz diyorlardı”* (K14). Toplum

¹⁶⁷ Mehmet Teber, **Annenin Ruh Halleri**, Hayy Kitap, İstanbul, 2016, s.80

baskısının sadece yeni evli çiftlerde olmadığı, tek çocuklu ailelerin de çevreden etkilendiği görülmüştür. *“İkinci çocuğu çok istiyorduk. Belli bir ara verdikten sonra bilirsiniz toplum baskısı diye bir şey var. Ara verince olmaz, olursa da sıkıntılı olur...”* (K3). Görüldüğü üzere çevreden gelen bu baskılar eşlerin anne-baba olma kararını etkilemiştir.

Aile olmak, ailedeki birey sayısını artırabilmek ve birbirleriyle kurdukları iletişimle yakından ilgili olmak ve aynı anne ve babayı paylaşan, ortak anıları olan çocuklar olması demektir. Kadınlarının çocuk yapma eğilimlerinin arka planında çocuklarına kardeş sevgisini yaşatmak olduğunu gözlemledik. Katılımcılardan 4’ünün (K3, K12, K17, K19), ‘çocuğuna kardeş olması isteği’ alt temasında birleştikleri görülmüştür. Örneğin çocuk sahibi olma motivasyonunu oğluna kardeş olması için diye ifade eden bir katılımcı ilerlemiş yaşına rağmen *“...kardeşin, bir çocuğun hayatı için çok önemli olduğuna karar verdim. Tek düşüncem oğluma kardeş olması...”* (K17) düşüncesiyle çocuk planlamasını yaptığını aktarır. Çocuk sahibi olma kararı esnasında kardeş isteyen bir çocuğun da etkili olduğunu söylememiz mümkündür. Örneğin, *“...kızımın bir kardeşim olsun isteği üzerine karar verdim”* (K12) diyen 3 yaşındaki çocuğun isteği karşısında çocuk sahibi olmaya karar verdiğini ifade etmiştir.

İlk gebeliklerde bu soruya üretkenlik /doğurganlık, fitratın gereği, evliliğin devamını sağlama, çocuk sevgisi gibi cevaplar verilirken, ikinci ve üçüncü çocuğa gebeliklerde daha çok çocuğuna kardeş olması isteğiyle çocuk sahibi olmaya yöneldikleri görülmüştür.

Çocuk sahibi olma motivasyonunda aynı zamanda ‘yalnız kalmama duygusu’ nun öne çıktığını görüyoruz. Bir katılımcı şu anki yalnızlığını düşünürken (K19) bir başka katılımcı da (K18) çocuk sahibi olma isteğinin gelecekteki yalnızlığı için bir planlama olduğunu belirtmiştir. Görüşme esnasında sadece bir katılımcı, kendinin ve eşinin hayatını teminat altına almak istediğini belirtmiştir. Çocuk sahibi olmayı geleceklerine bir yatırım olarak gördükleri için istediklerini söylemişlerdir. *“Ya insan hani ileride elden ayaktan düştüğü zaman çocuğunun ona bakması için”* (K18). Şimdiki yalnızlığını düşünerek planlama yapan bir katılımcı da *“Çocuklarım*

büyüdü. Biri çalışıyor, biri üniversiteye gidecek. Oyalanmam için...” (K19). Bu katılımcımız da yalnız kalma hissiyatı, çocuk planlamasında etkili olup “...oyalanmam için...” ifadesini kullanmaya itmiştir.

Karar verme aşamasında “bilinçli bir ebeveyn olma isteği” de vardır. İlk çocuğunda bilinçsiz olduğunu söyleyen katılımcılar, ikincisinde sorumluluk duygusunu alıp ve yapması gerekenleri eksiksiz yerine getirmek için kendilerinde bu arzu olduğu gözlemlenmiştir. (K3), (K19).

Çocuk sahibi olma motivasyonunda bir diğer etkileyici faktörün ‘mesleğin kendi hayatındaki yansımaları görmek’ olmuştur. Anaokulu öğretmeni olan ve çocukları çok sevdiğini belirten bir gebe “*İşim gereği, kendi çocuğumun olmasını da bir an önce istediğim için bu kararı aldık*” (K8) diyerek mesleğiyle örtüşmek adına, çocuk sahibi olmak istediğini söylemiştir.

Bir kadının anne olması aslında, bir çocuğu istemesiyle başlar. Bir çocuğun bazen istek dahilinde beklenmesi gibi, planlama yapılmadan da sahip olunabildiği durumlar vardır. Plansız gebelikler, bizim konumuzun içinde olmamakla beraber bu da çocuk sahibi olma konusunda önemli bir faktördür. Zaten katılımcılarımızın 6’sının plansız gebelik içinde olduklarını söylemesi de bunu göstermektedir. Nasıl karar verdiniz sorusuna bir katılımcı “...istenilen bir gebelik değildi. Çünkü 4 tane çocuğum vardı. Ona gerek yoktu...” (K20) söylemiyle net şekilde istemediğini ifade etmiştir. Başka katılımcımız da, “Plansız bir gebelikti. Kazayla oldu.” (K5) demiştir. Plansız gebeliğin ilk öğrenildiğindeki duygu durumu, şaşırma ve şok olma hali olabilmektedir. “Şok olduk. Beş senedir korunuyorduk” (K16). Yeni evli olup gebe olduğunu iki buçuk aylıkken farketmiş olan bir katılımcı da şaşırdığını ifade etmiştir. “Yaklaşık bir hafta şaşkınlığım sürdü” (K10). Bununla birlikte katılımcımız buna yaşının uygun olduğunu düşünerek olumsuz yaklaşmadığını da belirtmiştir.

3.2. Gebelik ve Sosyal İlişki

Gebelik deneyimi kadının sosyal çevresinden etkilendiği gibi, sosyal çevre de gebeliğin gidişatını etkilemektedir. Kadının fiziksel durumu, davranışları ve ruhsal hali, içinde yaşadığı sosyal çevreden etkilenmektedir. Özellikle eş, aile

üyelerinden ve diğer sosyal ilişkilerden sağlanan desteğin, gebe olan kadının kendini iyi hissetmesi üzerine olumlu etkileri vardır.¹⁶⁸ Biz de bu başlıkta, gebenin kendi hal durumunu öğrendiğinde vermiş olduğu ilk duygu ve tepki durumu ve gebeliğin sosyal çevresi tarafından değerlendirildiğinde gebede oluşan ruh halini anlamaya çalışacağız. Bu tema altına alınacak iki sorumuz yer almıştır. Bunlardan ilki: “Gebe olduğunuzu öğrenince sevindiniz mi? Etrafınızdakilerin (eş, aile, arkadaşlar...) tepkisi nasıl oldu? Bu tepkiden memnun musunuz?” şeklindedir. “Gebelik sürecinin sağlıklı ilerlemesiyle ilgili olarak etrafınızdan uyarı veya öneri aldığınız oluyor mu? Bunlara karşı tepkiniz nasıl oluyor?” ise diğer sorudur.

Tablo: 3-3: Katılımcıların Gebeliklerini İlk Öğrendikleri Andaki Duygularına Ait Alt Temalar				
	Planlı Gebelik		Plansız Gebelik	
	Katılımcı Sayısı	Katılımcılar	Katılımcı Sayısı	Katılımcılar
Sevinen	11	K1, K2, K3, K4, K6, K8, K9, K11, K14, K15, K19	2	K7, K18
Şaşıran	3	K12, K13, K17	2	K10, K16
Üzülen			2	K5, K20

İlk sorumuzu planlı ve plansız gebelik olmak üzere iki bölümde inceledik. Planlanan gebeliklerde katılımcılarımızın (K1, K2, K3, K4, K6, K8, K9, K11, K14, K15, K19) memnun oldukları ve çok sevindikleri görülmüştür. Her ne kadar planlanan bir gebelik olsa da üç katılımcı (K12, K13, K17), ilk öğrendiklerinde şaşırdıklarını bir süre kadar bunun devam edip kabullenmeyle birlikte sevindiklerini belirtmiştir. Plansız gebeliklerde ise sevinen iki katılımcı (K7, K18) olduğu görülmüştür. İki katılımcı (K10, K16) da beklemedikleri bir anda hayatlarına bir üyenin katılacak olmasının büyük bir şaşkınlıkla karşıladıklarını dile getirmişlerdir. Geriye kalan iki gebe (K5, K20) ise öğrendiklerinde sevinmediklerini bilakis çok fazla üzüldüklerini dile getirmişlerdir.

¹⁶⁸ Sevilay Çobanlar Aktaş, “Gebelik Döneminde Eşler Arası Uyum”, ADÜ, SBE, Yüksek Lisans Tezi, Aydın, 2014, s.2

“Çok sevindik. Zaten istediğim bir şeydi. Ekstra hamile olduğumu da öğrendiğim zaman eşim olsun, ben olayım çok mutlu olduk” (K8). Bir başka gebe *‘Zaten bekliyorsun sürekli test falan yapıyorsun. Bir anda çift çizgiyi görünce ve kan testinde de pozitifliği görünce onun mutluluğu çok ayrı bir şey’* (K9) demiştir. Bir başka gebe ise çok sevindiğini fakat hissettiği duygu durumunu anlatmakta zorlandığını ifade etmiştir. *“Çok sevindim, yani, çok farklı duygu anlatamıyorum”* (K1). Bir farklı gebe ise hayatta üç tane çocuğu olmasına rağmen en son ki dış gebelik tecrübesini de dile getirerek *“Çok sevindim vallahi, dış gebe olduğum zaman dışta değil de içeride olsun istedim”* (K18) şeklinde duygularını ifade etmiştir.

İlk çocukla ikinci çocuk arasına uzun yıllar girmesi ve araya zaman girdiğinde çocuğun olmaz düşüncesi, görüşmeye katılan bir gebeyi ciddi anlamda etkilemiş olup duyduğu sevincini *‘sonsuz mutlulukla’* nitelendirmiştir. *“Mutluluktan üç gün ağladım diyebilirim. 8 yıl ara vermişsiniz... Allah'a çok şükür! Çocuğun olabilme ihtimalinin var olduğunu anladığımızda sonsuz mutluluğu yaşadık”* (K3).

Bu temamız altında bir başka grup ise daha önce yaşanmış olumsuzluklardan dolayı kaygı ve mutluluk arasında kaldıklarını söylemişlerdir. *“Çok sevindim ama acaba ona iyi bir anne olabilecek miyim, onu etraftan koruyabilecek miyim, anne karnında koruyabiliyorum ama o doğduktan sonra ne yapacağım? Hep bir endişe ve kaygı var”* (K1). *“Şöyle sevindim. Bir yandan da korktum. Çünkü daha önce 2 tane düşüğüm var onun için yine aynı şeyleri yaşamaktan korktum.. Mutlu oldum ama kaygıyla...”* (K2). Katılımcıların yanıtlarından anlaşılmaktadır ki her ne kadar sevinmiş olsalar dahi kötü deneyimlerden dolayı stres ve kaygı hali de bu durumda onlara eşlik etmiştir.

Diğer grubumuzda ise, gebelerden 3’ü (K12, K13, K17) planlı bir gebelik olmasına rağmen ilk öğrendiklerinde çok şaşırdıklarını belirtmişlerdir. *“Hayır, sevinmedim. Şok oldum. Doğum kontrol yöntemleri ile korunuyordum. Hapı bıraktım dedim ki bir toparlanma süreci vardır vücudun. 6 ay-1 sene kadar olmaz diye düşünüyordum. İkinci ayımda hamile olduğumu öğrendim. Bir hafta atamadım üstümden”* (K12); *“Çok şaşırdım. Çünkü hani düşünüyordum ama beklemiyordum. Hem çok sevindim hem de çok şaşırdım”* (K17); *“Planlı olmasına rağmen insan ufak*

bir şaşkınlık yaşıyor, fakat mutluluk ön planda oluyor. Hamile olduğunuzu öğrendiğiniz andan itibaren insana direkt şu psikoloji yerleşiyor; artık eş olmanın ötesinde anne-baba sıfatı bir anda bürünüyor aklında, hayalinde canlanıyor” (K13).

Plansız gebelik olmasından dolayı öğrendiklerinde büyük bir şaşkınlık yaşadıklarını dile getiren diğer grubumuzda ise iki katılımcı (K10, K16) olmuştur. *“Şaşırdım, yani yaklaşık bir hafta şaşkınlığım gitti”* (K10). Katılımcıların bir beklenti içinde olmadıkları için şaşırdıkları gözlemlenmiştir. Şaşıрма hali kısa bir süre için devam edip sonrasında bu yeni durumu kabullendikleri görülmüştür. Ayrıca bu şaşıрма hali bebeğe karşı olumsuz bir tavır değil, kendi hayatlarını tekrardan revize etmelerini gerektirdiği içindir. *“Acaba çocuğa maddi anlamda yetebilecek miyiz, aile olarak yetebilecek miyiz, erken miydi biraz daha, gezip tozsa mıydık’ ve sonrasında durumu kabullenip “Demek ki kısmet böyleymiş. Şu anda da gayet olumluyum. Bekliyoruz”* (K10). *Bizimkisi işte plansızdı ama bundan sonra yapacak bir şey yok. Allah’ın verdiği bir şey”* (K16).

Katılımcılardan 2’si (K5, K20) gebe olduklarına sevinmemiş olup hatta çarpıcı ifadelerle üzüldüklerini dile getirmişlerdir. Bu grubun ortak özelliği ise plansız gebelik olup yaşlarının (34, 42) nispeten ilerlemiş olmasıdır. Çevreden aldıkları olumsuz tepkiler katılımcıları etkilediği görülmüştür. Ayrıca gebelerden birinin dördüncü diğerinin ise beşinci çocuğun olması gebelerin etkilendiği başka bir konudur. Her bir çocuğun ayrı bir sorumluluk ve maddi olarak ayrı bir külfet olacağı ise yine bu grubun ortak özelliğidir. *“Sevinemedim. Çok üzüldüm Çünkü istemeyerek olduğu için. Çünkü beşinci olduğu için. Zaten sıkıntılı bir durum yani maddiyat açısından da... bir de onu yetiştirmek de var. Yani moralim çok bozuktur. Üç ay böyle kimseye anlatamadım bile hamile olduğumu sonradan artık dedim bana bunu Allah verdiyse bir nedeni vardır”* (K20). Başka katılımcı ise duygu durumunu çok çarpıcı ifadelerle aktarmıştır. *“Çok üzüldüm. Bu dördüncü olduğu için istemiyordum. Kürtaj olmayı da düşündüm ama günah, hem onun vicdan azabını düşündüm. Günahını bildiğim halde, kürtaj olmayı da düşündüm. Hatta eczaneye hap bile sordum. Vermediler. Bilmiyorum içebilir miydim de o anda... pişmanlık... (ağlama). Üç tane çocuğum var. Eşim de rahatsız kanser hastasıydı. Maddi durumumuz da çok iyi olmadığı için düşünmedim...”* Ayrıca ifade ederken düşüncelerinin inandığı

değerlerle ters düştüğünden sürekli kendini sorgulama içinde olduğu gözlemlenmiştir. *“Pişmanlık yaşadım. Bir de benim kızım yoktu ya, bunun da kız olacağını öğrenince, bir şey oldum... (duraklama). Nasıl düşündüm aldırmayı. Şeytanın bir vesvesiydi o bana, öyle düşünüyorum. Rabbimden gelmiş bu bana, gerçekten ne kadar büyük bir cahillik! Ben 4 yıl Arapça okudum. Bunu o kadar Arapça okuduğum halde nasıl düşündüm. İyi ki yapmamışım, aldırmamışım”* (K5).

Sorumuzun diğer kısmı, *“...etrafınızdakilerin size karşı tepkisi nasıl oldu ve bu tepkiden memnun musunuz?”* olup verilen yanıtlarda katılımcılarımızın neredeyse tamamına yakını (16 kişi) olumlu yanıt vermiştir. Verilen olumlu yanıttan katılımcılarımızın memnun olduğu gözlemlenmiştir. Bir başka ifadeyle denilebilir ki sosyal çevrenin verdiği tepkiyle gebenin memnuniyet derecesi aynı orantıdadır. Nitekim bu konuda yapılan bir çalışmada bu bulgu desteklenmektedir. Kadının beklentileri çevresi (eş, aile, arkadaş...) tarafından sağlanırsa annenin psikolojisi, çevreyle uyumu ve baş etmesi de kolaylaşmaktadır. 173 gebe üzerinde yapılan çalışmada gebelerin sosyo-demografik özelliklerinin depresyon ve anksiyete ile ilişkisini araştırması yapılmış olup gebeliğin psikolojik ve sosyal durumla ilişkili olduğu saptanmıştır.¹⁶⁹

Yeni evli olup ilk gebeliği olacak olanlarda eşin ve aile büyüklerinin de bir beklentisi olması sebebiyle yaşanacak gurur, sevinç ve mutluluk daha fazla olduğu görülmüştür. *“İkimiz de ilk çocuk olduğumuz için... Çok mutlu oldular tabi. Çok sevindiler. Güzel tepkiler aldık. İki taraftan da”* (K7). *“Biz bayağı uzun zamandır istiyorduk. Etrafımız da artık bekliyordu. Bu yüzden sevinçle karşılandı”* (K4). *“Zaten bekliyorlardı. Söylememizle birlikte kayınvalidem olsun, diğer akrabalarım olsun kendi ailem olsun, hepsi çok çok sevindi. Tabii ki son derece memnunum”* (K8). Bir başka gebe de ilk öğrendiğinde kendisi nasıl şaşkınlık içinde olduysa çevresi de ilk duyduklarında şok olduklarını belirtmiştir. *“Bu gebeliğimi biraz ertelemek istiyordum o yüzden öğrendiklerinde hem şok oldular hem de beraberinde mutluluk yaşadılar. Sevinç çok vardı. Bu tepkilerden çok memnunum”* (K16).

¹⁶⁹ Lütfullah Çakır, Hüseyin Can, “Gebelikte Sosyodemografik Değişkenlerin Anksiyete ve Depresyon Düzeyleriyle İlişkisi” **Turkish Family Physcian**, c.3, sayı.2, s. 37

Katılımcılardan ikisi ailelerine bir üye katılacağını eşine ve ailesine sürpriz yaparak duyurmak istemişlerdir. Bir başka ifadeyle bebeğin gelişini hediye olarak vermek istedikleri görülmüştür. *“Onun doğum gününe denk gelsin diye dua ediyordum. Çünkü bizim günlerimiz hep özel oldu. Evliliğimiz, nişanımız... Allah da nasip etti. Hediye olarak verdim. Tabi mutluluktan havalara uçtu. Hayatında aldığı en güzel, en özel hediye idi ”* (K1); *“Zaten sürpriz bir şekilde duyurdum. Ne kadar beklesek de biraz zaman almıştı hamile kalmam, öğrenince herkes çok mutlu oldu”* (K9).

Katılımcıların ifadelerinden çevrelerine söylediklerinde aldıkları tepkiye paralel kendileri de aynı duygu içinde olduğu anlaşılmaktadır. Kendi ifadeleriyle ailelerinin muhafazakar ve modern aile yapısında olduğunu belirten iki katılımcı (K13, K15) verilen tepkilerden fazlasıyla etkilediklerini dile getirmişlerdir. Ailesinin muhafazakar olduğunu düşünen bir katılımcı bu durumu şöyle beyan etmiştir: *“Anneme ilk söylediğimde annemle babam yanyanaydı. Annemin tepkisi biraz geleneksel bir tepki oldu. O anlamda beni üzdü. Çünkü annem direkt babamı işaret ederek hani onun yanında böyle şeyler konuşulmaz moduna bağladı ki ilk torunları olacak... Ondan istediğim beklentiye alamadım. Babam da annem de klasik dua ettiler”* (K15) demiştir. Bazı duyguların modern zamana göre daha şeffaf ve açıktan yaşanıldığını belirten bir gebe de ailesinin verdiği tepkiyi şu şekilde ifade etmiştir. *“Ailem zaten üst noktada sevinç gösterdi. Hani bazı kültürlerde hamile olduğunda babasına söyleyemez. Uzun süre saklar vesaire ama biz bu noktada babamın... (ağlama) annemin... bu süreçte beni araması, ekstra merak edilmek kendini özel hissettiriyor”* (K13).

Bazı gebelerin (üçten fazla çocuk sahibi olanlar) kendi çocuklarından ve çevresinden utandıkları için bu bilgiyi uzun bir zaman sakladıkları (3-6 ay) görülmüştür. *“Annem, babam dahi bilmiyor. Artık dünyaya gelince mi söylerim bilemiyorum. Çünkü moralim bozulacak. Böyle bir unutkanlığımı babama nasıl anlatırım. Daha oğlum bile bilmiyor. Ona nasıl derim. Dört kardeşler. Buna ne gerek var demez mi, çok kararsızım, ama mutlaka öğrenecek”* (K20) diyerek utancı, kararsızlığı, çaresizliği gebenin hal durumundan ve sesinden net şekilde anlaşılmıştır. Bir başka katılımcı ise gebeliğini üç ay boyunca eşinden başka kimseye

söyleyemediğini belirtmiştir (K5). Dördüncü gebeliği olup yaşı küçük olan bir gebe ise *“Ailemin bana tepkisi güzel oldu ama komşulardan neden bu kadar çok çocuk dünyaya getirdin yaşın da küçük diye tepkiler aldım. Vallahi o kadar çok üzüldüm ki keşke öyle söylemeseler. Beni motive etseler”* (K18) diye aktarmıştır. Gebenin bu durumu Allah inancıyla örtüşerek gebenin şu şekilde cevap verdiği görülmüştür: *“Ben de dedim ki Allah nasip etti. Çünkü iğneyle bile hamile kaldığıma göre demek ki nasibi varmış. Şükretmem lazım”* (K18).

Plansız gebelik ve ileri yaşa sahip olduğunu düşünen bir gebe, etrafından aldığı tepkilerin olumsuz olduğunu ve bundan dolayı da mutsuz olduğunu söylemiştir. *‘...bir arkadaşımın yaşından dolayı güzel tepki duymadım. Beş çocuk hani ne gerek vardı, niye kendini düşünmüyorsun diyerekten moralim çok bozulmuştu. Vermiş Allah ne yapabilirim şu anda. Dünyaya gelecek yani yapacak bir şey yok.’* (K20)

Çevresinden her ne sebeple olursa olsun olumsuz tepki alan gebelerin aynı oranda mutsuz olduğu görülmüştür. Bu durumun kendilerince gerekçelendirmesi ise “demek ki geleceği varmış”, “kısmeti varmış”, “Allah nasip etmiş ki veriyor”, “Allah veriyse bir nedeni vardır” vs. gibi durumlarını bir yaratıcının kendi üzerlerindeki kararı olduğunu ve bunun çevresine karşı savunmasını bu ifadelerle yaptıkları gözlemlenmiştir.

Bu temanın altına aldığımız ikinci sorumuz ise şu şekildedir: *‘Gebelik sürecinin sağlıklı ilerlemesiyle ilgili olarak etrafınızdan uyarı veya öneri aldığınız oluyor mu? Bunlara karşı tepkiniz nasıl oluyor?’* Bu sorumuzun ilk kısmına verilen yanıtlarda gebelerin neredeyse tamamının (18 kişi) çevreden pek çok uyarı ve öneri aldığı görülmüştür. Bu uyarılar sağlıklı yaşamdan fiziksel aktivitelere, dini ve maneviyat içerikli mesajlara ve psikolojik duygu durumundan ikili ilişkilere kadar çok faktörlü tavsiye ve önerilerdir. Gebelerimizden yarısından fazlası (14 kişi) yapılan uyarı ve önerilerden rahatsızlık duymadığını, kendilerinde olumsuz bir etkisi olmadığını belirtmişlerdir. Geri kalan gebeler (6 kişi) ise hiçbir uyarı ve önerileri dikkate almadığını, olumlu veya olumsuz bir dönüt vermeden duyup geçtiklerini ifade etmişlerdir.

Katılımcılardan altısının uyarı ve öneri almamaya dikkat ettiği ve kendi çabalarıyla araştırıp değerlendirerek bir kazanım sağlamak istedikleri gözlemlenmiştir. “*Doktorum dışında pek kimseyi dinlemeyi tercih etmiyorum*” (K6). Başka bir gebe benzer ifadelerle net şekilde uyarıları dikkate almadıklarını belirtmişlerdir. “*Doktorum hariç hiçbir uyarıları dinlemiyorum. Kulaklarımı kapatıyorum. İnsanlar hep bir şeye bağlıyor. Kendimi strese sokup kısıtlamanın bir anlamı yok*” (K3). Bir başka gebe çevresindeki insanların düşüncelerinin hepsinin kendi bilgi ve deneyimi olduğunu bu sebeple de bağlayıcılığı olmadığını belirtmiştir. “*Ben etrafımdan değil de daha çok araştırarak okuyarak... bunun adına yazılmış bir çok kitap var. Doktorlar var. Sosyal medyada takip ediyorum onlardan bilgi alıyorum*” (K1).

3.3. Gebelik ve Beden Algısı

Gebelikte kadının hayatında pek çok yönden değişimler olmaktadır. Gebeliğin ilerleyen dönemlerinde alınan kilolar kadının görünümünü değiştirdiği için gebeler bundan etkilenmektedir.¹⁷⁰ Gebelerde değişen vücut görüntüsünü nasıl algıladıkları, çalışmamızın bu teması için oldukça önemlidir. Straus’un “Kişinin vücudunu bir bütün olarak zihninde temsil eden iç resim veya model¹⁷¹ olarak tanımladığı beden algısı, en sade ifadeyle kişinin dış görüntüsünü zihninde oluşturduğu görüntüsüdür. Ayrıca James’in de ifade ettiği gibi kişinin çevresi tarafından nasıl algılandığı ile ilgili olan sosyal benlik oluşumu¹⁷² gebenin bu sürecinde etkili olmaktadır. Nitekim bu değişimleri anlamlandırması açısından önemli olduğunu düşünmekteyiz. Canda bir can oluşumu sürecini gebenin nasıl deneyimlediği ve manevi bir tecrübe sağlayıp sağlamadığını irdelemek için “*Gebelik*

¹⁷⁰ Suna Kılıçarslan, “Edirne Şehir Merkezinde’ki Son Trimester Gebelerin Sosyodemografik Özellikleri, Yaşam Kaliteleri, Kaygı Düzeyleri”, Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Uzmanlık Tezi, Edirne, 2008, s.7

¹⁷¹ Shaun Gallagher Canisius Co, “Body Image and Body Schema: A Conceptual Clarific”, **The Journal of Mind and Behavior**, Autumn 1986, c. 7, sy. 4, s.543

¹⁷² James, W. ,The Principles of Psychology, 1950; akt. Hanzade Aslan-Yılmaz, Bir Derleme: Benlik Kavramına İlişkin Bazı Yaklaşımlar ve Tanımlamalar ,**Sosyal Bilimler Dergisi**, sy. 45, s.80

sürecinde bedeninizde meydana gelen değişiklikleri nasıl algılıyorsunuz?” sorusunu yönelttik.

Görüşmeler esnasında katılımcılara bu soru yöneltildiğinde katılımcıların pek çoğu refleks olarak ellerini karnına koyup soruyu cevaplamaya çalışmışlardır. Dokunup hissederek bir can olduğunu düşünerek hareket ettikleri görülmüştür. Ayrıca katılımcılarımızın verdikleri yanıtlardan anlaşılabileceği üzere bedensel değişimi önceleyerek yanıt vermeleri imge ve imajın düşüncelerden daha önce oluştuğunu kanıtlamaktadır. Bebeğin farkedilmesiyle katılımcılarda değişen bir düşünce dünyası olduğu anlaşılmıştır ki daha sonradan gebelerin manevi açılım yaptıkları görülmüştür.

Tablo: 3-4: Gebelikte Bedende Olan Değişimin Psikolojik Değerlendirmelerine Ait Alt Temalar -1		
Temalar	Katılımcı sayısı	Katılımcılar
Fiziki Değişim	11	K4, K5, K9, K10, K11, K12, K15, K16, K17, K18, K20
Fiziki Değişim + Manevi Değişim	9	K1, K2, K3, K6, K7, K8, K13, K14, K19

Tablo 3-4’te görüldüğü üzere katılımcıların 11’i (K4, K5, K9, K10, K11, K12, K15, K16, K17, K18, K20) yöneltilen soruda fiziksel değişim olarak yanıtlamış olup sadece bedeninde gerçekleşen değişimleri belirtmişlerdir. Geri kalan dokuz katılımcı ise (K4, K5, K9, K10, K11, K12, K15, K16, K17, K18, K20) hakeza fiziksel değişimi önceleyerek ifade etse dahi sonrasında manevi düşüncelerini de dile getirmeyi ihmal etmemişlerdir.

Fiziksel değişime vurgu yapanlar özellikle karın bölgesindeki çatlakları, kilo alımını, el ve ayaklarının çok fazla şişmesi, nefes alış-verişini kontrol etmekteki güçlüğü ifade etmişlerdir. Bedenindeki değişiklikleri ‘olumsuz’ (K4) değerlendirdiğini söyleyen bir katılımcı bir an önce eski haline dönmek istediğini

belirtmiştir. Başka bir örnekte katılımcımız dönem içinde yaşadığı deneyimi şöyle anlatır: *“Açıkçası bedenimde bir değişiklik yok sadece göbeğim çıkıyor benim. O göbeğimde de ağırlık merkezimin değiştiğini düşünüyorum. Gittikçe böyle arkaya doğru yaslanmaya başladım. Ayakkabılarımı göremiyorum artık (gülüşmeler) Hayatım boyunca hiç göbeğim olmamıştı. İlginç bir şey yani”* (K10). Bir başka dikkat çeken örnek ise bir katılımcının, elini karın bölgesine götürüp çatlaklıklarını kastederek espirili şekilde *“Onlar benim her şeyim (gülmeler). Çünkü her kadın aynaya geçtiğinde o çatlaklıkları görmeyi istemez, hoşlanmaz. Benim çatlaklıklarım meydana gelmiş. Muthuyum...”* (K12) demiştir. Bedeninde olan değişimine sürekli şaşırdığını ifade eden bir gebe de; *“Son aylarda inanılmaz şiştiğimi görüyorum. Karnım küçüktü şuan bayağı şişkinlik var. Onun içinde de bir bebek var. Ne zaman bir aynaya baksam hep bir şaşırma halinde buluyorum kendimi”* (K15).

Bedenlerinde meydana gelen değişiklikleri hem fiziksel hem de manevi boyutu ile değerlendiren 9 katılımcı olduğu tespit edilmiştir. Gebelik sürecinin özel bir dönem olduğunu katılımcıların fiziksel değişimin yanında olabilecek stres, kaygı, şükür ve manevi duygular içinde oldukları gözlemlenmiştir. *“9 aylık bir süreç var. Ardından belirli yaşamam gereken birkaç ay var. Bunu bildiğim için yaşanılacak bitecek ve kenara kaldırılacak. Bunu kabul edip anın tadını çıkarmaktan başka kendime telkin verebileceğim hiçbir şey yok. O yüzden vücudumun ya da psikolojimin ya da hormonlarımın ne kadar değiştiğini bilsem de ardından tekrar toparlanacağımı biliyorum...”* (K3). Bedenindeki çatlaklıkların her birini ‘anı’ olarak nitelendiren bir katılımcı da *“Karnımda yırtılmalar oluyor. Vücutta değişimler oluyor. Kilo alıyorsun ama bunu senin canından bir şey yaptığı için çok sinirli olmuyorum. Yeri geliyor hoşuma da gidiyor çatlaklar kaldığı zaman. Hepsi bir anı olarak kalıyor ben de”* (K7).

Katılımcılar, fiziksel değişimin ötesinde bebeğin kendi bedeninde can bulmasını bir mucize olarak değerlendirip tefekkür ettiklerini şöyle aktarmışlardır: *“Manevi anlamda tefekküre daldığında, bir su damlasından canlı oluyor içinde. Büyüyor, kalp atışı oluyor. Bir şey yokken var oluyor rabbimin hikmetiyle, onun tefekkürüne dalıyorsun, Rabbinin hikmetini düşünüyorsun yani ne kadar büyük bir şey”* (K14). Bu minvalde farklı bir örnekte ise bir katılımcımızın farklı bir inanç ve

dini tecrübeyle durumu dile getirdiği görülmüştür. “*Manevi değişimde oluyor gerçekten. Mesela rüyamda bakıyorum çok çok çok güzel rüyalar görüyorum. Ayrıca biliyoruz da hamile bayanların korunduğunu. Kadın hamile kalır kalmaz annenin omuzlarında bir melek oluşuyormuş onu korumak için*” (K19).

Katılımcıların hepsi fiziksel değişime dem vurup özellikle gebeliğin ilk aylarda yaşanan fiziki belirtilerden (bulantı, kusma, bel ağrısı gibi) rahatsız olduğunu belirtmişlerdir. Ancak bazı katılımcılar şikayetlerini, anneliğe hazırlık sürecinde yaşanması gereken durumlar olduğunu da ifade etmekten kaçınmamışlardır. Bazı gebeler sadece fiziksel değişimi vurgularken bazı gebeler ise fiziksel değişimin yanında hissettirdiği manevi duygularını da oluşturduğunu ifade etmişlerdir. Katılımcılardan sadece biri gebe kaldığını öğrendikten sonra karnı burnunda (kendi ifadesiyle) hallerini hayal ettiğini “*elim belimde ay uy karnım çok büyüdü, yürüyemiyorum, şu oldu bu oldu vesaire*” (K13) söylemiş ancak süreç ilerledikçe bu belirtileri gösteremediğini kendini çevresindeki diğer gebelerle kıyaslamaya gittiğini belirtmiştir. “*Benim neden diğer hamileler gibi karnım belirgin değil diye çok üzüldüm*” (K13) diyerek uzunca bir zaman mutsuz olduğunu vurgulamıştır. Ne zaman çocuk hareketlenmeye başladıysa gebe o zaman rahatlama dönemine girdiğini belirtmektedir. Buradan anlaşılmaktadır ki bebeği fiziki olarak hissetmek, varlığından haberdar olmak manevi duyguyu perçinlemektedir. Herkesin olayları yorumlama biçimi farklıdır. Bir gebe bebeğin fiziki olarak hissetmenin ona pozitif enerji verdiğini söylerken başka bir gebe bu durumdan kaygı ve korku hissettiğini söylemiştir. ‘*Karnım büyüdükçe korkularım çoğalıyor*’ (K5) diye belirtip doğumun yaklaşmasının gebede yoğun bir stres hali oluşturduğu görülmüştür.

Bu tema altında gebe olan kadına bedenden beslenen bir varlığın kendisine neler hissettirdiğini ve kadının yaşamında neler değiştirdiğini sorduk. Katılımcılarımız bu soruya, ikinci veya daha fazla çocuk sahibi olanlarda dahi annelik duygularını oluşturduğu ve kuvvetlendirdiği yönünde yanıt vermişlerdir. Yanıtlar arasında en çok tekrarlanan kavramlar ise mucize, ayrıcalık, annelik duygusu, sorumluluk, sağlıklı yaşam, sakın bir hayat, şükürdür.

Tablo: 3-5: Gebelikte Bedende Olan Değişimin Psikolojik Değerlendirmelerine Ait Alt Temalar -2		
Temalar	Katılımcı sayısı	Katılımcılar
Gebeliğin mucize olarak nitelenmesi	9	K1, K2, K8, K13, K14, K15, K18, K19, K20
Annelik duygusunu hissetme heyecanı	9	K2, K4, K7, K8, K9, K11, K12, K13, K17
Sorumluluk yüklendiğini hissetme	9	K3, K4, K5, K8, K10, K12, K13, K15, K16
Bilinçli beslenmeye dikkat etme	11	K3, K4, K5, K6, K8, K9, K10, K12, K13, K16, K18,
Şükür duygusu içinde olma	3	K13, K15, K18
Sakin bir yaşam içinde olmaya özen gösterme	3	K3, K10, K16

Tablo 3-5’te görüldüğü üzere grupta altında sorduğumuz ilk soruda katılımcıların yarısından fazlası bedenlerindeki değişiklikleri vurgu yaparlarken ikinci soruda katılımcıların hepsi manevi yönde düşüncelerinden bahsetmişlerdir. Katılımcıların beden imajından çok bedeninin içindeki cana odaklandıkları görülmüştür. O ‘can’ın, kadında Allah’a olan yakınlık derecesini artırdığını ifade etmişlerdir. *“Bedenimden beslenen bir şey. Seninle birlikte can buluyor, hayat buluyor. İnsan olarak doğuyor. Rabbimin bir hikmeti bu”* (K14). *“Çok mucizevi... Allah’ın kudretini burada görüyorum. Böyle bir varlığın şu anda karnımda büyüyor olması...tek kelimeyle mucize”* (K8). Başka bir örnek: *“Bir yolculuk var içimde. O yolculuğun sonucunda bir canlı oluşacak, bir bebek... Allah’ın benim bedenime yerleştirilmiş bir mucizesi”* (K15).

Katılımcılarımız (K1, K2, K8, K13, K14, K15, K18, K19, K20) bir can taşıyor olmayı ‘mucize’ diye ifade ederken aslında Allah’ın kadına vermiş olduğu bir ayrıcalık olarak gördükleri gözlemlenmiştir. *“Bana göre Allah’ın yaratıcının kadına*

vermiş olduğu en büyük ayrıcalık bu. Bir canlı dünyaya getirebilmek... Biz getirmiyoruz. Allah veriyor” (K2). “Her kadının vücut tasarımı olan bir şey. Düşündüğün zaman inanılmaz hissettiriyor...” (K15).

Katılımcılarımızın neredeyse yarısının (K2, K4, K7, K8, K9, K11, K12, K13, K17) söylediği ‘annelik’ kavramında bebek ile anne arasında kurulan bağ ve iletişim yatmaktadır. Gebeliklerini öğrendiği andan itibaren katılımcılar, bebeği ile özel bir bağ kurduklarını, birbirlerini hissettiklerini, iletişime geçtiklerini belirtmişlerdir. *“Kendimi yormamaya, üzmemeye çalışıyorum, onu düşündüğüm için. Çünkü hissediyorum. O da beni hissediyor biliyorum. Mesela ilk kalp atışlarını duyduğumda bir stres yaptım. O iyi mi kötü mü diye. Benim kalp atışım hızlanınca onun da hızlanmaya başladı. O an dedim birebir seni hissediyor gerçekten” (K4). “İlk öğrendiğin andan beri annelik duygusunu hissediyorum. İçinde olsa bile korumacı oluyorsun” (K9).*

Annelik duygularının gebeliklerini öğrenmesiyle başladığını belirten katılımcılar, babaların duygularının bu süreçte oluşmadığını ifade etmişlerdir. *“Annelik ana rahmine düştükten sonra başlayan bir sorumluluktur. Babalık ise bebek doğduktan sonra başlar” (K13). “Annelik içinize, ana rahmine düştüğü andan itibaren başlar. Siz onun annesisiniz ama babalık bana göre sonradan öğreniliyor. Kucağına aldıktan sonra... ama annelik var! O hep var!” (K2).* Bir katılımcı da bebeğin hareketlerini hissetmesiyle anneliğini hissettiğini belirtmektedir. *“İçinde hareket eden bir şeyin olması ayrı bir bağ oluşturuyor. Annelik oradan başlıyor” (K7).*

Bedenlerinden beslenen bir varlığını bilmenin katılımcılarımızın yarısından fazlasına ‘sorumluluk’ duygusu kattığı görülmüştür. Üstüne aldıkları annelik rolüyle yapması gerekenleri düşündükleri ve görevlerinin bilincinde oldukları izlenmiştir. Özellikle sorumluluklarını belirtirken ‘bilinçli beslenme’, stres ve sıkıntıdan uzak ‘sağlıklı/dingin yaşam’ kavramlarıyla ilişkilendirerek ifade etmişlerdir. *“Kendimi bir su içerken bile ona karşı sorumlu hissediyorum. Her adımda, her yediğim ve içtiğimde, yaşadığımda strese girdiğim de üzüldüğüm de sevindiğim de hep kendimi*

ona karşı sorumlu hissediyorum” (K4). “Bütün aklım orada hareket ederken, yerken, içerken, oturup kalkarken...” (K16).

Alışkanlıklarını değiştiren bir katılımcımız da bebeğinin haklarına saygı duyduğu için sağlıklı bir yaşam tercih ettiğini belirtir. “Bir zigot da olsa, ilk başta bir hücre bütünü de olsa onun da yaşama hakkı var artık. Elimden geldiği kadar kaliteli bir yaşam sunmaya çalışacağım... Alkol kullanan bir insandım. Onu tamamen iptal ettim. Eşim sigara kullanıyordu ama şu an iemiyor çünkü artık sadece kendim için yaşamıyorum. Bana mecbur olduğu için onun sorumluluğunu almak zorundayım. Onu beslemek ve en iyi şekilde dünyaya getirmek zorunda olduğumu düşünüyorum” (K10). Başka bir örnek: “Stresli bir işim (Finans) var. İnişli ıkışlı bir süreç içindeyim. Beni sinirlendirecek bir şey varsa düşünüp şu an gereksiz bir şey yapıyorum. Ona zarar veriyorum. Öteliyorum o gereksiz şeyi... Çünkü benden beslenen bir birey var. Onun yapısını bozmaya hakkım yok” (K3). Bir can taşıyor olmanın sorumluluğu kadınların hayatında ciddi değişiklikler yapmaktadır. Bir cana hissettikleri sorumluluk duygusuyla sağlıklı yaşamı tercih ettikleri görölmüştür. Katılımcılar bunun sebebinin bireyin haklarına, hayatına saygı duymaları gerekliliği olarak vurgulamışlardır.

Karşımıza çıkan başka bir kavram ise “şükür”dür. Kişinin Allah’a, insanlara, aleme yaptığı en geniş teşekkür /takdir etme, karşılık verme hali olan¹⁷³ şükür, gebe olan kadınların halinden memnun olduklarını ifade eden durumdur. “Eşimle kendime baktığım zaman ikimizin de şükretme olayı daha çok arttı. Dediğim gibi ocuk isteyip de çocuğu olmayan bir sürü insan var. Bu anlamda şu an karnımda bir bebek var sürekli bunun hareketlerine seviniyoruz. Ona kıyafetler aldığımızda seviniyoruz. Gün yaklaştığı için seviniyoruz. Bence Allah’a şükretmeyi daha çok artırdık” (K15).

Beden algısı üzerine sorulan sorular bizi farklı iki kapıya çıkarmıştır. Birinci soruda gebelere, can taşıırken kendi bedenindeki değişimleri nasıl algıladıkları sorulup, katılımcılarımızın yarısından fazlasının dış görüntülerine odaklanarak

¹⁷³ Gülüşan Göcen, **şükür Pozitif Psikolojiden Din Psikolojisine Köprü**, Dem yayınları, İstanbul, 2004, s.32

yanıtladıkları gözlemlenmiştir. Diğer sorumuzda ise gebelere, bedeninden beslenen bir canı taşıırken ne hissettikleri sorulduğunda bu sorunun da katılımcıları, manevi değişimlere yönlendirdiği görülmüştür. Görüldüğü üzere gebeler tarafından bedendeki değişim denildiğinde fiziki görünüm algılanırken bedende bir can taşıma ifadesi de kadında manevi değişim yönüyle anlaşılmasına sebep olmuştur.

3.4. Gebelik Döneminde Allah Tasavvurları

Tasavvur, zihinde önceden oluşup idrak edilmiş şeylerin (obje, olay, kavram vs.) tekrar zihinde canlandırılması, yeniden anlam kazanması iken özelde dini tasavvur, dini kavramların (Allah, melek, cennet, cehennem vs.) dini olayların ve nesnelerin zihinde canlandırılması ve şekillendirmesi demektir. Dini tasavvurların başında ise Allah tasavvuru gelir.¹⁷⁴ Nitekim her insan kendine mahsus öznel bir Allah tasavvuru inşa etmektedir. Kişi, toplum ve hayatının diğer bütün alanlarını bu tasavvurun güçlü etkisiyle şekillendirmektedir. İnsan hayatı sürdürebilmek, anlamlandırabilmek, ilişki kurmak, inanmak, bağlanmak için bir varlığa inanma ihtiyacı hisseder. Bunu yaparken de kendi kültür yapısı ve dinlerinin anlayışlarına göre bir Allah inancına sahip olurlar.¹⁷⁵

Bu ön bilgiden hareketle görüşmeye katılan kişilere dini- manevi eğilimlerinin kaynağı olan Allah tasavvurunu anlamak için bu tema altında “*Allah hakkındaki tasavvurunuz nedir?*” sorusuna verilen yanıtlar üç alt temada toplanmış olup aşağıdaki tabloda katılımcıların kod listesi verilmiştir.

Tablo: 3-6: Allah Tasavvurlarına Ait Alt Temalar		
Temalar	Katılımcı sayısı	Katılımcılar
Merhametle ifade edenler	8	K4, K5, K12, K13, K14, K15, K18, K19
Yakınlık ile ifade edenler	7	K2, K5, K6, K7, K11, K16, K20
Yaratıcı olarak ifade edenler	6	K1, K6, K8, K9, K10, K16

¹⁷⁴ Hüseyin Peker, **Din psikolojisi**, İstanbul, Çamlıca yayınları, 2013, s.97

¹⁷⁵ Ali Ulvi Mehmetoğlu, **Tanrı'yı Tasavvur Etmek**, Çamlıca yay., İstanbul, 2011, s.15-18

Bu soruya verilen yanıtlarda Allah tasavvuruna dair en çok tekrar eden isimler sırasıyla, Rahman, Rahim, merhamet, bağışlayıcı olması, Sonsuz Güç, Kudret, Tekvin, Allah'ın en büyük dost olup, kullarını dinlemesi yani daha özel ifadeyle Semi, İlim, Vedüd ismi, şükür farkındalığı, adalet sıfatları olmuştur. Katılımcılardan sadece ikisi tasvir yapmakta zorlanmıştır. Bir başka iki gebede de Allah tasavvurunda mükemmellik vurgusu yapıldığından kelimelere dökmekte zorlandıkları görülmüştür. Gebelerden sadece bir tanesinin belirttiği Allah tasavvurunda, soyut verilerden ziyade daha çok somut verilerin belirgin olduğu ve antropomorfik (İnsan biçimcilik, İnsana ait özelliklerin başka bir varlığa, özellikle Allah'a aktarılması¹⁷⁶ yaklaşımın net olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 3-6'da görüldüğü üzere, katılımcılarımızın Allah tasavvurlarına verilen yanıtlarında eşit bir dağılım söz konusu olup yanıtlar üç alt temada toplanmıştır. Katılımcıların sekizi (K4, K5, K12, K13, K14, K15, K18, K19) 'merhamet' alt temasında yoğunlaşmıştır. Merhamet temasında yatan ortak görüş ise yaratıcının kullarına karşı çok şefkatli oluşu, kulları için kötülük düşünmeyip onlar için her şeyin en iyisini veren, koruyan, rızıklandıran, Rahman ve Rahim isimlerinin anlamı çevresinde yanıtladıkları tespit edilmiştir. Gebeler, annelikle beraber sevgi, merhamet, saf duygularının oluştuğunu bu süreçte bunu daha çok hissettiklerini belirtmişlerdir.

Allah tasavvurunu, yaşadığı gebelik süreciyle değiştiğini aktaran bir gebe daha öncesinde korktuğu, Yaratıcıyı kötü bir patron havasında düşünüp işlediği günahlara karşı çetin bir azabın olacağı fikrine sahip iken bu sürecin kendisinde değişim başlattığını ifade etmiştir. *"Şu an da ön planda olan merhamet... Annelik ile birlikte gelen duygu... Önceden azabının çetin olacağı, işlediğin günahlara karşı tutumu vs. bunlar ön planda olabiliyor iken ama annelik ile birlikte direkt daha merhametli ve daha rahmetli, daha bağışlayıcı... Bir hadis-i şerif var: 'Bir anne nasıl çocuğunu ateşe atmazsa Allah da aslında inanan kullarına karşı böyledir' diye... Zaten direkt o hadisi şerif geliyor aklıma. O tasavvur annelikte daha çok baskın oluyor"* (K13).

¹⁷⁶ <http://sozluk.gov.tr/> (Erişim tarihi: 23.04.2019)

Bir gebede merhamet (Rahman) ve sevgi (Vedüd) sıfatları iç içe kullanıldığı tespit edilmiş olup Allah tasavvurunu annelik rolü ile ilişkilendirerek aktarmıştır. *“En çok ben Vedud ismiyle Allah’u Telayı düşünüyorum. O bizi çok seviyor, çok merhametli... sürekli görüyor, gözetliyor, kolluyor. Hiçbir zaman bizim kötülüğümüzü istemiyor. Aslında annelere zerre kadar merhamet duygusunu veren O. Biliyorum ki çocuğumu ne kadar seviyorsam o beni Allah Teala o zerre kadar duygudan beni daha çok seviyor”* (K19).

Başka bir katılımcı, Allah’la interaktif bir iletişiminin olduğunu vurgulamaktadır. Sahip olduklarına karşı yaratıcıya şükredici olması gerektiğini belirtmiştir. Katılımcının sahip olduklarına şükrederek Allah’ın ona daha çok verdiğine inandığını beyan etmiştir. *“...aklıma Merhamet Rahman sıfatı geliyor. Allah’ın bize verdiği nimetlere ne kadar şükredersek, Allah bize gerçekten daha çoğunu veriyor ve ben bu hamilelik sürecinde şükürümün arttığını düşünüyorum. Allah’a karşı verdiği nimetler için teşekkür ettiğimde direkt zaten bir olumlama aldığımı hissediyorum. Hani bir karşılık sanki alıyorum. Evet. Allah bana daha iyilerini, daha güzelini verecek gibi bir hissiyat oluşuyor”* (K15).

Katılımcılardan yedisi (K2, K5, K6, K7, K11, K16, K20) yaratıcıyı bir dost, en iyi arkadaş, her zaman yanında olduğunu hisseden ve dua ettiklerinde dualarına icabet eden bir tasavvur ile ifade etmişlerdir. *“Ben onu sanki kendime arkadaşmış gibi görüyorum. Onunla konuşuyorum sürekli dualarımda olsun namazlarımda olsun”*(K11). Evlendikten uzun bir zaman sonra gebe kalabilmesi ve daha öncesinde birkaç kez düşük yaşamış olması, gebenin Allah tasavvurunu ‘eğer vermiyorsa benim için hayırlı değildir’ düşüncesine göre şekillendirdiği gözlemlenmiştir. *“Hep derler ya, Rabb'im dediğin zaman yetişir. Bunu hissediyorum... Ettiğim duaya mutlaka bir cevap veren, o anda değilse bile sonrasında... gördüğüm sıkıştığım her anda beni kurtaran yüce bir varlık... kurtarıcı...”* (K2).

Bir katılımcı da inancını ve Allah tasavvurunu gördüğü rüya ile anlatmaktadır. *“Benim inandığım Rabbim... her insanın duasını kabul eder... Şimdi ben hamileyim, gittim, bebeğin cinsiyetini bayağı bir merak ettim. Doktorlara soruyorum. Kıza benziyor falan diyorlar ama net değil. Geldim. O gece namaz*

kıldım. Allah'ım bebeğimin cinsiyetini neyse sen bana gösterirsin dedim. Çünkü sen yarattın, sen biliyorsun dedim. O gece uyudum. Rabbim bana erkek olduğunu gösterdi” (K18). Ayrıca katılımcımız hissettiği güven ve teslimiyet duygusunu bu olayla bağdaştırarak şu şekilde ifade etmektedir: ‘Rabbime o kadar inandım ki, şimdi hangi doktora gitsem ben Rabbimden başka hiçbirine inanmam. Doktor erkek dese bile inanmayacağım. Çünkü Rabb'im bana zaten erkek olduğunu gösterirdi. O yüzden Rabbime çok güveniyorum” (K18).

Katılımcılarımızdan altısı (K1, K6, K8, K9, K10, K16) inandığı varlığın sahip olduğu özelliklerini ifade ederken güç, kudret, irade sıfatı ile ilişkilendirmiştir. İnsan hayatı üzerinde mutlak iradenin hakim olduğu ve O ne murad ediyorsa onun gerçekleştiği hakikatini belirtmişlerdir. Bir bedende yaratılan çocuğun kadınların Allah hakkındaki tasavvurlarına etki ettiğini düşünmekteyiz. *“Yaratıcının adaletli olduğunu düşünüyorum. Bu dünyada hiç kimsenin olumlu ya da olumsuz yaptığı bir şeyin karşılığını görmeden gideceğine inanmıyorum. Tesadüfen bazı şeyler bir araya gelmiş olamaz. O yüzden belli bir yaratıcının varlığını zaten biliyorum. Demek ki bu çocuğu hak etmişim ki bana göndermiş diye düşünüyorum” (K10). Bu temadaki gebelerin çocuğu, sonsuz güç ve kudretin tecellisi olarak gördükleri gözlemlenmiştir. “Ezeli ve ilmi iradesi ile sonsuz güç ve kuvvet kaynağı...O’ndan başka hiç kimse, hiçbir şekilde yardımcı olamaz. Her şey O’nun dilemesiyle olur” (K8). “Tekvin sıfatıyla değerlendiriyorum. Sonsuz varlığına inanıyorum” (K9). Başka örnekte bir katılımcının da Allah ne dilerse, o olur teslimiyetine sahip olduğu gözlemlenmiştir. “Her şeye gücü yeten, istediğini veren, istediğinden alan olduğu için yalnızca ona el açabiliriz, yalnızca ondan isteyebiliriz... direkt onunla iletişim kurarız...” (K1).*

İlginçtir ki bir gebe de Allah tasavvurunu, daha çok somut ve insancıl özelliklere (antropomorfizm) sahip bir Yaratıcı tasavvuru ile belirtmiştir. *“O hayal gücümü söyleyemem (kahkahalar) Söylesem şok olursunuz. Sanki tepemde, ya tabiki de Allah her yerde ama o an sanki böyle yanımda, sanki tövbe haşa! İnsan kılığında gelecek karşıma, nerdee tövbe estağfurullah! Gerçekten acaba deli miyim ben yani bu düşüncelere girmek bile...” (K16). Görüldüğü üzere katılımcımızda, ifadelerinde kutsal saydığı Allah tasavvurunu, yanlış bir yargıyla belirtmekten endişe duyduğu*

gözlemlenmiştir. İfadelerinin doğru olmadığına bilincinde olsa dahi kanaatimizce katılımcımızın bu düşüncelerden kendini alıkoymakta zorlandığı düşünülmektedir.

Katılımcılardan ikisi ise, Allah tasavvurunu ifade etmekte zorlanmıştır. Bu iki ifade de dikkat çeken şey kişilerin mükemmellik üzerinden meseleyi ele almaya çalışmış olmalarıdır. *“Soyut ya da somut olarak bir kalıba sokamıyorum kesinlikle. Çünkü en mükemmel surette olduğu için, bütün kainata sahip olan yaratıcımızı hiçbir şeyle karşılaştıramıyorum... Bir yapıya büründüremiyorum çünkü bir yaratıcı bu kadar mükemmel bir sistemi kuruyorsa -biliyoruz insanın yapısı, atomun yapısı, galaksiler gezegenler- yaratıcı bu kadar mükemmel bir şekilde bir yapıyı oluşturup insanlığın hizmetine sunuyorsa yarattığı hiçbir şeyin suretine sığamaz. Aklım, mantığım orada kısıtlı kalıyor”* (K3).

Katılımcılara kartopu yöntemiyle ulaşılmış olmasından dolayı görüşmeye katılan kişilerden yeni görüşmeci teklifleri alınmakta bu esnada da onlar hakkında ön bilgiler de edinilmektedir. Bir gebemiz için görüşme yapılmadan önce katılımcının hiçbir dine inanmadığı bilgisi verilmiş olup bunun tezimize bir çeşitlilik ve değer katacağından hareketle görüşme teklifini kabul etmesi üzerine gebemizle mülakat yapma fırsatı bulduk. Gebeye bu soru ilk yöneltildiğinde soruyu cevap vermek istemediği ve sessiz kalmayı tercih ettiği görüldü. Ayrıca mülakat esnasında pek çok dini/manevi eğilimli sorularımızın içeriğinde katılımcımızın yanıtlarında bir inanç izine rastlanmamıştır. Örneğin, doğum anıyla ilgili duygu ve düşünceleri sorulduğunda katılımcımız, o anı düşündükçe tedirgin olduğunu ve korktuğunu belirtmiştir. Bu konuda katılımcıya ‘...din ve maneviyat destek oluyor mu?’ sorusu yöneltildiğinde ise net bir ifadeyle *“Yok olmuyor, ben kendimi her şeyin çok güzel olacağını düşünerek psikolojik olarak rahatlamaya çalışıyorum”* (K17) demiştir.

Görüldüğü üzere katılımcılarımızın Allah tasavvurları yaşanan gebelikten etkilenmektedir. Allah tasavvurları, merhamet, yakınlık, güç kudret sıfatları etrafında şekil almıştır. Kadınlarda gebelikle beraber merhamet duygusunun daha çok arttığı görülmüştür. Ceza veren bir yaratıcıdan şefkat gösteren, seven, koruyan bir tasavvura dönüştüğü anlaşılmıştır. Gebe olan kadın bebeğiyle kurduğu ilişkide hissettiği yakınlığı, Allah ile bağdaştırarak şükür duygusunun arttığı görülmüştür. Son olarak

güç, kudret sahibi olarak tanımladıkları yaratıcıyı, “Kün fe yekün/ Ol der oluverir.” ilkesince, kendi hayatlarına bir çocuk katılacağına inandıkları gözlemlenmiştir. Gebeliğin katılımcıların hayatlarına etkisi olduğu gibi Allah tasavvurlarını da etkilediği ve olumlu tasavvurlara sahip oldukları görülmüştür.

3.5. Gebelik ve Dindarlık İlişkisi

İnsan, kendi yaratılışı ve hayatın anlamı üzerine düşündükçe hem kendi değerini anlamak hem de yaratıcı gücünü ortaya koymak için herhangi bir şeye inanmak zorunda kalır.¹⁷⁷ Çalışmalar da inanmanın insan ihtiyacı olduğunu ve insanın bu ihtiyacı karşılamaya yönelik eğilim içerisinde bulunduğunu vurgular.¹⁷⁸ Buradan hareketle kadın için özel olan bu dönemde dini/manevi motivasyonların etkinliğini görmek mümkündür. Soruların yanıtlarını incelemeden önce bu alanda yapılmış, tezimizin hipotezini destekleyen Doğu Carolina Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesinde, “Gebelikte İnanç veya Maneviyatın Etkisi”ni araştırmak üzere 2007 yılında bir çalışma yapılmıştır. Kadınların hayatında maneviyatın yerini ve anlamını araştırmak için 130 gebeye “İnanç veya maneviyatınız hamileliğinizi nasıl etkiler?” sorusu yönlendirilerek katılımcıların yanıtları içerik analizi ile çözümlenmiştir. Bu çalışmaya göre kadınların %47’sinin (61 kadın) maneviyatın hamileliğini olumlu yönde etkilediğini, % 45’inin (59 kadın) maneviyatın onları etkilemediğini ve % 5,4’ünün de (7 kadın) emin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.¹⁷⁹ Bu bulgular, maneviyatın gebe olan kadın için önemini işaret etmektedir. Bizim çalışmamızda da gebe olan kadının dini manevi yaşamında bu dönemde değişimlerin olduğu gözlenmektedir. Katılımcıların verdikleri yanıtlar aşağıdaki iki başlıkta derinlemesine incelenecektir.

¹⁷⁷ Peker, a.g.e, s.73

¹⁷⁸ Nuran Erdoğan Korkmaz, “İnanç Ve İnançsızlığın Psikolojisi”, **Kelam Araştırmaları**, 2014, c.12, sy.1 s.275

¹⁷⁹ D. Elizabeth Jesse, Chantel Schoneboom, “Amy Blanchard, The Effect of Faith or Spirituality in Pregnancy: A Content Analysis”, **Journal of Holistic Nursing**, Eylül 1, 2007

3.5.1. Gebeliğin Dindarlık Üzerindeki Etkisi

İnanan insanın deneyim ve tecrübe ettiği her durumda inancın etkisini görmek pekâlâ mümkündür. Bu sebeple biz burada kadının anneliğiyle ilgili deneyimlerini inancıyla nasıl harmanladığını öğrenmek istedik. Katılımcılarımıza gebelik dönemi içinde dini manevi yaşamında değişikliğin olup olmadığını sorduk. Bir başka ifadeyle biz burada, kadının gebeliğini öğrendikten sonra inanç ve ibadetlerinde somut bir değişiklik olup olmadığını verdikleri yanıtlarla irdelemeye çalıştık.

Sorduğumuz soruya katılımcılarımızın neredeyse tamamı (19 kişi / K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7, K8, K9, K10, K11, K12, K13, K14, K15, K16, K17, K19, K20) çocuk sahibi olduklarını öğrenmeleriyle birlikte psikolojilerinde olumlu manada değişiklik olduğunu belirtmişlerdir. Diğer bir kişi ise (K18) fiziksel yaşadığı rahatsızlıklar (düşük riski) sebebiyle psikolojik olarak olumsuz etkilendiğini dile getirmiştir. 12 kadın (K1, K3, K4, K7, K8, K9, K10, K13, K14, K16, K19, K20) dini yaşamında somut artışın olduğunu ifade ederken 6 kadın (K2, K5, K11, K12, K17, K18) durumların stabil olduğunu, herhangi bir değişiklik olmadığını belirtmiştir. Halihazırda yapmış oldukları dinsel pratikleri devam ettirdiklerini ifade etmişlerdir. Ayrıca son trimesterinde olan iki kadın (K6, K15) ise gebelikle dini/manevi hayatının olumsuz yönde etkilendiğini ve ibadetlerini yapmakta zorlandıklarını ifade etmişlerdir.

Tablo 3-7’de görüldüğü üzere katılımcıların yarısı (K1, K2, K3, K5, K7, K8, K9, K13, K15, K19) yaşamlarındaki değişikliği “Allah’a bağlanma” olarak ifade ederken, dini düşünce ve duyguların üst seviyede olduğunu vurgulamışlardır. Örneğin bir kadın yaşadığı dönemi ‘belirsizlik’ diye ifade ederken Allah’a daha çok bağlandığını vurgulamıştır. *“Daha bir maneviyata yöneliyor insan. Çünkü bir belirsizlik var. O bilinmezliğin iyi bir şekilde sonuçlanması için daha çok talepte bulunuyorsunuz, daha çok dua ediyorsunuz. O yüzden vericinin sadece O olduğunu bildiğimiz için daima en iyisini istiyoruz”* (K3). Bebeğini ailesinin ekonomik sorunlar yaşadığı süreçte geldiğini aktaran bir katılımcı ise durumu şöyle belirtir: *“... Allah tarafından geldiğini Rabb’imin bir bildiği vardır deyip sıkı sıkı sarıldım...*

Bebeğimin olması ayrı bir maneviyat verdi bana” (K7). Başka bir örnekte ise dualarına karşılık bulması sebebiyle bağlanma duygusunun arttığı aktarılmıştır. “Dini açıdan daha çok be bağladığımı düşünüyorum çünkü şükür sebebi... dualarımın karşılığını aldım inşallah” (K1).

Tablo: 3-7: Gebelikle Birlikte İnanç Hayatında Ortaya Çıkan Değişimlere Ait Değerlendirmeler		
Temalar	Katılımcı sayısı	Katılımcılar
Allah’a Bağlanma	10	K1, K2, K3, K5, K7, K8, K9, K13, K15, K19
Kur’an-ı Kerim Okuma	9	K1, K3, K5, K8, K9, K11, K13, K14, K20
Dua Etme	7	K1, K2, K3, K4, K5, K10, K12
Namaz kılma	6	K7, K8, K12, K13, K14, K16
Sakin ve huzurlu vakit geçirme	5	K4, K9, K13, K19, K20
Dini hayatında yorgunluk – zorlanma	2	K6, K15

Katılımcılarımızın “Allah’a bağlanma” teması altında verdikleri yanıtlarda “Allah’ın yaratma eylemini düşünme”, “şükür duygusu içinde olma” ve “dualarına karşılık bulma” dikkat çeken ifadeler arasındadır. Kız evladının olmasını çok isteyen dualarına karşılık bulduğuna inanan bir katılımcının yaşadığı deneyimle Allah tasavvurunu yeniden revize ettiği tespit edilmiştir. *“İstemiyordum. Aldırmayı bile düşündüm. Allah bana sürpriz olarak verdi. Kız...(duygulanma) Rabbimin yakınlığı daha çok arttı. Ne kadar isyankar kulmuşum ben... Rabbim ne kadar cömert...” (K5).*

Dini- manevi yaşamda değişim sorusuna ikinci en sık verilen yanıtlar “Kur’an-ı Kerim okuma” teması altında toplanmıştır. Katılımcılarımızın neredeyse yarısının (K1, K3, K5, K8, K9, K11, K13, K14, K20) Kur’an Kerim okuma eylemini gerçekleştirdiklerini ve tekrar tekrar okuduklarını belirtmişlerdir. İfadelerini temellendirirken eğitimin anne karnında başladığı öngörüsünden hareketle bebeğin

manevi duygularının oluşmasına katkı sağladığına inandıklarını söyleyen katılımcılarda Kur'an-ı Kerim okuma eğiliminin üst düzeyde olduğu gözlemlenmiştir. Bir örnekte katılımcımız “...bir canlı ana rahmine düştüğü andan itibaren annenin yaşadıkları, yediği, içtiği ya da manevi olarak hayatına bakış açısı işte yaptığı ibadetlerin bile çocuğun ahlakını etkilediği söylenir” (K13) diye gerekçesini sunmuştur. Anne karnında hayata hazırlamanın gerekliliğine inanan başka bir katılımcı ise tercihini şöyle ifade eder: “Onu şimdiden hazırlıyorum. Televizyona bakıp da başka şeylerle uğraşıp o yönde ilerlemesinden ziyade manevi yönden Kur'an-ı Kerim ayetlerini dinleyerek büyümesi bana daha cazip geliyor.” (K9). Farklı örnek “...daha bir maneviyata yöneliyor insan... Geceleri kalktığımda vakitlerimi değerlendirdim. Bütün zamanlarımı Kur'an okuyarak geçirdim. Yaratıcımızdan isteyerek süslemek istedim. O yüzden daha da artacağına inanıyorum. Kendi açımdan hissediyorum”(K3).

Kur'an-ı Kerim okuma teması altında dikkatimizi çeken başka bir gerçeklik ise gebelerin bu ibadeti yaparken “hatime başlanması”, “belirli surelerin sıklıkla okunması” gibi ayırt edici şekilde bazı dini etkinliklerde bulunmalarıdır. Önceki hayatlarında Kur'an-ı Kerim okuduklarını belirtse de halihazırda geçirdikleri şu dönemde Kur'an-ı Kerim okumaya ayrı bir önem gösterdikleri görülmüştür. Özellikle bir düzen içinde Kur'an-ı Kerim'i baştan sona okumaya özen gösterdikleri gözlemlenmiştir. “...hamileyim diye hatim başladım. Çok okuyamıyordum gündelik işlerin yoğunluğuyla ama şimdi belli bir saate ayarladım kendimi” (K5). “...bebek için yeni hatim başladım” (K14).

Bazı katılımcıların “Kur'an-ı Kerim okuma” temasının altında kendi aralarında ayrı bir grup olduğu dikkatimizi çekmiştir. Kur'an-ı Kerim okuma ve hatim yapmanın da ötesinde belirli surelerin okunmasına daha çok önem verdikleri gözlemlenmiştir. Amaca uygunluk ilkesince Hz. Yusuf gibi ahlaklı olup, kişilik gelişimine olumlu etki yapması için Yusuf suresini sıklıkla okudukları, kolay doğum yapabilmek için Meryem suresini okudukları görülmüştür. “...Kur'an dinletiyorum. Yusuf suresi, Meryem suresi... çocuğu rahatlatmak için huyunun güzel olması için yüz güzelliği için...” (K1). Farklı bir örnek: “...normalde Kur'an-ı Kerim okuyan bir insanım... hatim edersin... ekstra özel olarak Yasin ve Tebareke surelerine çok fazla

düşersin ama hamile olmamla birlikte Yusuf suresi, Meryem suresi...onları ekstra okumayı özen göstermeye başladım” (K8); “En sık yaptığım şeylerden biri Yusuf suresini dinletmek güzel ahlaklı olmasına sebep olur. Doğum kolay olsun diye Meryem suresini okuma ve dinleme... İnşikak suresinin ilk 3 ayetini ezberlemeye çalışıyorum. doğum sürecinde etkili olduğuna inandığım için... Çocuk her tekme attığında elimi karnıma dokundurup salavat çekiyorum... Bütün bunların hepsinin onu manevi olarak etkilediğini düşünüyorum” (K13). Bazı ailelerde bebeğin gelecek olması, günlük hayatın içinde yapılan davranışlarda dahi dini bir hassasiyet oluşturduğu görülmüştür. “Normalde bir yolculuğa çıkıyorsak şarkı dinliyorsak eşimle... çocuğun kulağı aşına olsun diye şu anda şarkı yerine Kur’an-ı Kerim açıp dinlemeyi... veya ilahiye aşına olmasını tercih ediyoruz” (K13).

Özetle, katılımcılar sorumluluk duygularının geliştiğini ve anne olarak ne hissettiğini ifade etmişlerdir. Bizzat Allah’ın yaratma eylemine şahitlik yapan kadın yaptığı uygulamalarla (Kur’an-ı Kerim okuma, zikir, salavat çekimi vs.) kendini huzurlu hissettiğini belirten bir gebe; “İslam alimlerinin anneleri abdestli gezmeye önem vermişlerdir. Çocuklarını karınlarında taşıdığı süre boyunca (Yusuf, Meryem, İnşikak sureleri) böyle şeyleri okuyup bunu etkilediğini söyleyince doğru olmasa bile anneyi manevi olarak rahatlatıyor... umudun oluyor... ahlaklı olması için... Bu aynı zamanda çok güzel umut aşıyor” (K13). Dini- manevi yaşamda değişikliğin olmasını başka bir gebe hamilikle birlikte oluştuğunu ve bunun kadının doğasında olduğunu belirtmiştir. “...neden gebelikle birlikte dine yöneliş daha çok ortaya çıkıyor... bilmiyorum. Bence bu içten gelen bir duygu... İçgüdüsel bir şey bence bu... namaz, yediğine içtiğine dikkat etme, haram eli bulaşmasın gibi her şekilde dikkat etmeye çalışıyorsun...” (K16).

Katılımcılardan alınan yanıtlarda üçüncü en sık kullanılan ‘dua etme’ alt temasının 7 katılımcı (K1, K2, K3, K4, K5, K10, K12) tarafından kullanıldığı tespit edilmiştir. İnsanın yaratıcısına halini bildirmesi, O’na seslenmesi, niyazda bulunması olup kul ile yaratıcısının arasında bir diyalog anlamı taşıyan dua¹⁸⁰, gebelerin sıklıkla başvurduğu bir ibadettir. Kendisini çok dindar görmeyen (kendi ifadesiyle) bir gebe

¹⁸⁰ Osman Cilacı, “Dua”, TDV İslâm Ansiklopedisi . C.9, s. 529-530

dua ettiğini şöyle ifade etmiştir: *“Ben dua eden, namaz kılan bir insan değilim ama çocuğum için Allah’ım ne olur sağlıklı sıhhatli olsun. Şöyle olsun, böyle olsun içimden ara ara geçiriyorum. Kendimden çok bazı şeyleri onun için istiyorum”* (K10). Bir katılımcı kendisinde şükür farkındalığı oluşturduğunu belirtmiştir. *“Allah’a daha çok teşekkür etme eğilimim oldu. İyi olsun, sağlıklı olsun diye daha çok dua ediyorum”* (K2). *“Çok dua eder oldum. Çok dua edip hep telkinde bulunuyoruz. Hep güzel mesajlar veriyoruz”* (K12).

Dördüncü en sık kullanılan yanıt “namaz kılma” olup 6 katılımcının (K7, K8, K12, K13, K14, K16) yanıtları bu tema altında incelenecektir. Bu dönemde dini/manevi yaşamda hassas davranılması gerektiğine inanan bir gebe, eşinin dahi dikkat etmesi gerektiğine inanmıştır. *“Eşim nadiren de olsa namaz konusunda aksatırdı. Ekstra onun üzerine de gitmeye başladım. Çocuk doğuncaya kadar tamamen dört dörtlük getirelim ki zaten çevremiz kötü. En azından çocuk ilk olarak evde bir şeyler öğreysin... nasıl kendimi vitaminlerle besliyorsam ekstra ruhumu da namazlarla beslemeliyim...”* (K8). Bu temayı destekleyen başka bir düşünce ise şöyledir: *“...namazıma ekstra dikkat ediyorum. Çocuğumu da bunun etkilediğini düşünüyorum”* (K13). Farklı bir katılımcı, dini/manevi yaşam değişikliğini olduğunu belirtirken aynı zamanda bu süreci neden sadece anneliğe hazırlanış evresinde yaşadığını sorguladığı gözlemlenmiştir. *“Namaz kılmaya daha çok yöneldim. Bu zaten normalde senin üzerine düşen farz biliyorum. Yapman gerekiyor ama neden bu duygu ve hissiyat gebelik sürecinde daha çok ortaya çıkıyor, bunu ben de kendime çok soruyorum”* (K16). Bir katılımcımız da “namaz kılma” temasını kullanırken ilk çocuk-ikinci çocuk karşılaştırması yaparak belirtmiştir. *“İlk çocuğumda namazlarımı çok aksatıyordum ama bunda daha çok kılıyorum”* (K7) demiştir. Kanatimizce gebelik döneminde ibadet eğiliminin artması kadının bedeninden can bulan bebeğin bir mucize (kendi ifadeleriyle) olarak görmeleridir. Ayrıca gebeliğin hem Yaratıcıya hem de bebeğe karşı manevi duyguların yoğunlaştığı dönem olup sorumluluk duygusunu daha çok arttırdığı da gözlemlenmiştir.

“Sakin ve huzurlu ortamda vakit geçirmek” temasını 5 katılımcı (K4, K9, K13, K19, K20) kullanmıştır. *“Anne karnında her şeyi hissettiklerini düşünüyorum. O yüzden biraz sakın ve manevi huzurlu bir ortam yaşatmaya çalışıyorum ki*

doğduğunda da sakın bir çocuk olsun” (K4). “Çocuk karnınızda iken siz ne yaparsanız ondan etkilenir diye duyuyorum. Kız çok hanımefendi... erkek de beyefendi, çok temiz ruhlu olurmuş. İnanıyorum” (K20).

Bazı katılımcılar (K6, K15) son trimesterinde olduğunu dini –/manevi hayatının olumsuz yönde etkilendiğini ve ibadetlerini yapmakta zorlandıklarını belirtmişlerdir. ‘yorgunluk, zorlanma’ teması altında olan iki gebenin namazlarını oturarak kılmalarından rahatsız oldukları görülmüştür. *“Namazı kılariken biraz zorlanıyorum.. göbeğimden dolayı oturarak kılıyorum. Açıkçası eskisi gibi aşırı üstüne düşemiyorum” (K6).* Diğer örnek; *“Oturarak kılıyorum. Oturarak kılma beni çok da tatmin etmiyor. Bu anlamda bir eksiklik yaşıyorum” (K15).*

3.5.2. Dindarlığın Gebelik Üzerindeki Etkisi

Kadın için özel dönem olan gebelik hali duygusallık açısından inişli çıkışlı bir zaman dilimidir. Duyguları endişe ve mutluluk arasında gider gelir.¹⁸¹ Bu düşünceyi destekleyen bir katılımcımız şöyle ifade eder: *“Bebeğim olacak çok mutluyum... ama hep... hep ölecekmişim gibi.. .çocuklarım annesiz kalacakmış gibi düşünüyorum” (K7).* İnsanın başına gelebilecekleri kabullenmesi, sabretmesi ve anlamlandırmasında dinin rolü oldukça büyüktür. Din gerçekleri değiştirmenin mümkün olmadığı durumlarda algılamayı değiştirme, gerçeğin getirdiği acıyı kabullenme ve ona sabır göstermede etkili olduğu için başa çıkma sürecinde dini inanç ve uygulamaların pratik yararları olduğu bir gerçekliktir.¹⁸² Biz de bu başlıkta gebelerin yaşanmış veya yaşanma ihtimali olabilecek olumsuz durumda ve olaylarda takındıkları tavır ve tutumu irdelemeye çalışacağız.

Bu tema altına aldığımız sorumuz şudur: *“Gebelik dönemi içinde kendinizi mutsuz hissettiğiniz, çıkmazda gördüğünüz bir anda ne yaptınız/ ne yaparsınız ve inanç bu konuda size nasıl destek oluyor?”* Katılımcılardan 18’inin (K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7, K8, K9, K11, K12, K13, K14, K15, K16, K18, K19, K20) verdikleri yanıtlarda başa çıkma sürecinde dini motiflerin etkili olduğu anlaşılırken geriye

¹⁸¹ Hülya Demirci, **a.g.t.**, s.9

¹⁸² Ali Ayten, **Tanrı’ya Sığınmak: Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma**, İz yay., İstanbul, 2012, s. 40

kalan iki kişi (K10, K17) için bu durum söz konusu olmadığı tespit edilmiştir. Tablo 3-8’te de görüldüğü üzere katılımcıların yarısı (K1, K2, K6, K11, K12, K13, K15, K16, K19, K20) zor durumların üstesinden gelme yollarını “Dua” teması altında yanıtlamışlardır. Dua, zor durumda kalan insanların sıkıntılarından kurtulmak için sıklıkla başvurdukları dini bir etkinliktir. Dua insanların hayatına anlam katarak insanları daha güçlü kılar.¹⁸³ Katılımcıların yarısının ‘dua’ yanıtı vermesi kendilerini iyi hissettirmesi ve inancın zor anların üstesinden gelmede önemli bir payı olduğunu göstermektedir. Örneğin üç düşük yapmış bir katılımcının bu soruyu cevaplamakta zorlandığı gözlemlenmiştir. “...ne zaman kendimi zor durumda hissetsem birdenbire kendimi elimi açmış dua ederken buldum. Ne olursun Allah’ım, sıkıntım neyse düzelt, diye yalvarırken buldum kendimi. (sesinin titremesi-duygulanma- gözlerinin dolması)” (K2).

Tablo: 3-8: Gebeliğe Ait Zorluklarla Mücadele Ederek Destek Aldığı Faktörlere Ait Alt Temalar		
Temalar	Katılımcı sayısı	Katılımcılar
Dua etme	10	K1, K2, K6, K11, K12, K13, K15, K16, K19, K20
Tevekkül	10	K2, K5, K7, K8, K9, K12, K13, K14, K18, K20
Annelik rolünden destek alma	6	K3, K4, K9, K10, K13, K18
Eşinden destek görme	2	K7, K10
Yalnız kalma ihtiyacı	1	K17

Farklı bir örnekte de yapılan tetkiklerde “Down Sendromlu” olma riskinin yüksek olması gebeyi çok üzmüştür. Etkili başa çıkma stratejisi olan ‘Dua’ ritüelini kullanan ve yaşadığı duruma anlam bulmaya çalışan bir katılımcı da şöyle ifade etmiştir. “Sonuçta anneyi riske atmıyorsa herhangi bir sağlık sorununa sebebiyet vermiyorsa bu çocuğu aldırma bana göre büyük günah dedim. Hep dua ettim.

¹⁸³ Ali Ayten, , a.g.e., s.42

Allah'ım içimde yoktur diye düşündüm. Olsa bile kabulüm... Rabbim diğer ailelere vermiş. Onlar bakabiliyorsa vardır bir hikmeti diye düşündüm. Nitekim sonuçlar istediğim gibi çıktı. Fakat yine bilmiyorum orası karnımın içi, kapalı kutu yani neyin ne olacağını hiçbir şekilde bilemem” (K12).

Annelik duygusuyla birlikte gelecek kaygısını ve ölüm korkusunu yaşadığını ifade eden başka bir katılımcı “...bana bir şey olacak yolda, evde, şurada, burada ve bundan çocuğum etkilenecek diye düşüncelerim oluyor. Bunu atlatabildiğim tek nokta dua... (sessizlik) Çünkü insan şunu hissediyor, karşıdaki insan kim olursa olsun eş, anne, baba, arkadaş...anlattığınızı sadece dinleyebiliyor ama sanki Allah’a dua ettiğinizde karşılığını alıyor gibi oluyorsunuz... ” (K13).

İkinci en sık tekrar eden tema “tevekkül”dür. Dinî ve tasavvufî bir terim olan tevekkülü Çağrıcı, şöyle açıklamıştır: Sözlükte “Allah’a güvenmek” anlamındaki tevekkül “birinin işini üstüne alma, birine güvence verme; birine işini havale etme, ona güvenme” mânasına gelir. Terim anlamı ise “bir kimsenin kendini Allah’a teslim etmesi, rızkında ve işlerinde Allah’ı kefil bilip sadece O’na güvenmesi” olarak ifade edilmektedir.¹⁸⁴ Burada bizler katılımcılarımızın tevekkül terimini hayatlarında nasıl bir kullanımı var, bunu irdeleyeceğiz.

Bu tema altında toplanan 10 katılımcı (K2, K5, K7, K8, K9, K12, K13, K14, K18, K20) vardır. Süreç içinde yaşadıkları olumsuz durumları anlamlandıran gebeler Allah’a güvenip sığındıklarını ve kendilerine O’nu vekil kıldığını ifade etmişlerdir. “Allah’a sığındım, dualar ettim ve ediyorum. Rahatlamak amaçlı... ” (K20). “Her şeyin Rabbinden geldiğine inanıyorsun, (ses titreme- gözleri dolma) biliyorsun. Rabbimden deyip teselli oluyorsun” (K7). “Maneviyatımla aşacağımı düşünüyorum. Biliyorum ki her zorluğun ardından bir kolaylık var. Bir insan bir şey yaşayıp dibe vuruyorsa , o ayaklar dibe vurmada da sıçranmıyor. O yüzden hiç kimse dört dörtlük değil, o yüzden hiç kimsenin yaşamı mükemmel değil. Bizim heybemize de bu düşünyse biz onunla yaşamaya razıyız” (K3)

¹⁸⁴ Mustafa Çağrıcı, **Tevekkül**, DİA, cilt 41, İstanbul, 2012, s.1

‘Anelik rolü’ ile başa çıkma stratejisi geliştiren katılımcıların (K3, K4, K9, K10, K13, K18) yalnız olmadıklarını düşünmeleri, ellerini karın bölgesine götürerek kızı/oğlu olduğunu ve birlik içinde hareket ettikleri, bebeğini üzmemek için daha özen ve gayret içinde oldukları görülmüştür. *“İnsanın psikolojisi her an böyle değişkenlik gösterdiği için bazen üzgün oluyorsun. Bazen sinirli oluyorsun. Sakince elini karnına koyuyorsun, kızım var diyorsun, öylelikle atlatıyorsun...”*(K9); *“Duymamaya çalıştım. Çünkü duyarsam veya üzülsürsem çocuğum etkilenir. O etkilenirse sen de etkileniyorsun...”* (K18). *“Gebeliğimi geç öğrendim. Bu süre içinde alkol aldım, sigara içtim, yamaç paraşütü yaptım... yani diyorum ki; demek ki bu çocuk dünyaya gelmek istiyor, demek ki tutunmuş... Ben de onu tutacağım dedim”* (K10).

Zor anlarında eşinden destek alarak kabullenme ve başa çıkma sürecini atlattığını ifade eden iki katılımcı (K7, K10) vardır. Bir katılımcı, *“Eşimle konuşuyorum, paylaşıyorum. Teselli buluyorsun... Sonra her şey Rabbim’den geliyor amenna demeye çalışıyorsun”* (K7) diye ifade ederek kabullenme sürecini teslimiyetle sonlandırmıştır. Çıkmazda olduğu dönemlerinde inancın kendi hayatında etkin rolü olmadığını vurgulayan bir gebe de *“...gerginlik dönemi yaşadığımda daha çok eşimle konuşuyorum... biz birbirimize yetmeye çalıştık”* (K10) diye belirtmiştir.

Son olarak sadece bir gebenin ifade ettiği ‘yalnız kalma ihtiyacı’ teması olup çıkmaz olarak nitelendirdiği durumlarda kimseyle olmak istemediğini belirtmiştir. *“Mutsuz hissettiğim anda ben kendi kendime kalmayı daha çok tercih ediyorum. Kendimle iletişime geçmem beni daha çok rahatlatır”*(K17). Ayrıca bu katılımcının dini/manevi eğilimli sorulara cevap vermek istemeyişi de dikkat çekmiştir.

Bu temada son olarak *“Doğum anıyla ilgili duygu ve düşünceleriniz hangi yönde ağır basıyor? Doğum esnasında oluşabilecek herhangi bir komplikasyon sizi strese sokuyor mu? Bununla ilgili olarak dini manevi açıdan kendinizi nasıl motive ediyorsunuz?”* sorusunu yönelttik. Burada yanıtları incelemeyi önce doğumla ilgili genel bilgilere değinmenin yerinde olacağını düşünmekteyiz.

Doğum, bir kadının fiziksel olarak anne olma anıdır. Anne ve bebek sağlığı üzerine çalışmalar yapan Stern, doğumu “kadının zamanda yorgun düşmüş, gururlanmış ve rahatlamış olarak asılı kaldığı bir geçiş anıdır”¹⁸⁵ diye tarif etmektedir. Stern, burada doğumu, acıya tahammül etme ve fiziksel zorlukların annede hissettirdiği bitkinlik, yorgunluk ve bir canın dünyaya gelmesinde annenin gurur olarak yaşadığı bir geçiş anı olarak değerlendirmektedir. Nitekim doğum, her ne kadar travmatik bir deneyim olarak tanımlanmış olsa da, sağlık araştırmacısı Sayiner vd., çalışmasında doğum için; fizyolojik bir olaydır, hastalık değildir der ve bedenin doğal, normal sağlıklı bir fonksiyonu olduğunu belirtmektedir. Bu sebeple de doğuma yapılacak her türlü müdahalenin doğumun işleyişi hakkında negatif etkileri olduğunu ifade eder.¹⁸⁶ Buradan anlaşılmaktadır ki, kadının vücudu bebeği dünyaya getirmek üzere tasarlanmış ve yaratılmıştır.

Doğum kadınlar için bilinmezliklerle dolu bir yaşam olayıdır. Doğumun getireceği riskler, müdahale biçimleri, bunların yaşatacağı olası sorunlar, doğumla ilgili çevreden duyulan olumsuz tecrübeler, doğum anında yoğun hissedilen acı ve ağrılar anne olmaya hazırlanan kadının korku ve kaygısını artırmaktadır. Kendini nasıl bir geleceğin beklediğini bilmeyen kadın, doğum anında kontrolünü kaybetme endişesinin kendine veya bebeğe zarar gelme korkularını da üst düzeye çıkarabilir. Kuğu ve ark. ‘Gebelikte Ruhsal Durum’ adlı çalışmasında doğum korkusu ile ilgili bir istatistik vermiştir ki, bu rakamlar kadının doğum deneyimi ile ilgili pek çok açıdan bizlere bilgi vermektedir. 100 gebenin incelendiği çalışmada, gebelerin % 46'sında geçmişte yaşanılmış negatif doğum öyküsü olduğu, % 73'nün doğum ekibi ve uygun destek sağlanması konusunda güven eksikliği bildirdiği, % 65'nin fiziksel ve zihinsel olarak doğum yapmadaki yeteneksizliklerinden korktukları, % 55'inde ölüm korkusu ve % 44'ünde doğum esnasında kontrol kaybı korkusu olduğu, % 43'ünün ise doğum esnasında dayanılmaz ağrı beklentisi içinde olduğu bulunmuştur.

¹⁸⁷ Hakeza biz de çalışmamızın bu bölümünde kadının doğum sürecini etkileyecek

¹⁸⁵. Stern, **a.g.e.**, s.37

¹⁸⁶ F. Deniz Sayiner, Nebahat Özerdoğan, “Doğal Doğum”, **Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi**, 2009, c:2, sy.:3. s.146

¹⁸⁷ Nesim Kuğu, Gamze Akyüz, “Gebelikte Ruhsal Durum”, **C. Ü. Tıp Fakültesi Dergisi** 23 (1), s.62

faktörlerden din ve manevi motivasyonu ne ölçüde kullandığını irdelemeye çalışacağız.

Din bireyin hayata dair yönelim sisteminin bir parçası olduğunda olayların nasıl değerlendirileceğini ve anlamlandıracağını da etkiler. Zor zamanların getirdiği olumsuz duygusal sonuçların engellenmesi veya hafifletilmesi, anlamın korunması ve problemin çözülmesinde dini başa çıkma stratejilerini geliştirmede bireye yardımcı olabilir.¹⁸⁸ Bizim de buradaki amacımız katılımcıların gebelik sürecinde kendilerini tedirgin eden olumsuz durumlarda dini başa çıkma stratejilerini ne ölçüde kullandıklarını belirlemektir. Ayrıca gebelerin doğum anını düşündüklerinde neler hissettiğini irdeleyerek, Allah’la iletişim kurması açısından kendilerini motive edip etmediğini gözlemlemektir.

Tablo: 3-9: Doğum Anı ile İlgili Düşüncelere Ait Alt Temalar		
Temalar	Katılımcı sayısı	Katılımcılar
Doğum anını korku ile bekleyenler	12	K1, K2, K3, K4, K5, K7, K9, K10, K11, K17, K18, K19
Doğum anından korkmayanlar	5	K8, K13, K15, K16, K20
Doğumu sezaryen tahmin edilenler	3	K6, K12, K14

Sorumuzun ilk kısmında katılımcılarımızın büyük çoğunluğu (K1, K2, K3, K4, K5, K7, K9, K10, K11, K17, K18, K19) doğum hakkındaki yorumları olumsuz duygularla değerlendirmişlerdir. Sorumuzun ilk bölümünde katılımcılar duygularını tedirginlik, endişe, korku, ölüm korkusu, stres ve kaygı kelimelerinin etrafında şekillendirerek anlatmışlardır. 5 katılımcı (K8, K13, K15, K16, K20) doğumdan korkmadıklarını, biyolojik olarak kadının bu doğrultuda yaratıldığını ve doğum esnasında vücut sisteminin bile doğum eylemine destek olduğunu dile getirmişlerdir. Geriye kalan 3 katılımcı da (K6, K12, K14) sezaryen olacağı kesinleştiği için doğum anıyla ilgili duygu durumu ifade edecek yorumlar yapmadıkları dikkat çekmiştir.

¹⁸⁸ Ali Ayten, **a.g.e.**, s.41

Genel olarak doğum sonrasında çekilecek sıkıntılara adapte oldukları gözlemlenmiştir.

Katılımcılar, doğum anı ile ilgili düşüncelerin endişe, korku, kaygı gibi duygularını zirvede yaşadıklarını belirtmişlerdir. *“Kötü, kabus doğum anını düşündüğümde. Çünkü çok korkuyorum... ölümü çok düşünüyorum.”* (K5). Başka örneklerde *“...korkuyorum. Ne yaşayacağım, ne yapacağım...”* (K2), *“Bir belirsizlik var. Belirsizlik olduğu için endişe var...”* (K10) diye ifade ederlerken katılımcılar belirsizlik halinin kendilerinde korku ve endişe oluşturduğunu belirtmişlerdir. Başka bir örnek, *“Valla o kadar çok korkuyorum ki... Rabbim inşallah beni de ona bağışlar, onu da bana bağışlar...”* (K19).

Tema altında birleşen başka bir grupta katılımcılar kadının yapısında doğurganlığın olduğunu ifade ederek doğum düşüncesi ve doğum anıyla ilgili duygularının olumlu yönde olduğu görülmüştür. *“Biyolojik olarak kadın bu doğrultuda yaratılmış. Çocuk anne karnında oluşur, gelişir ve dünyaya gelir. Tamamen biyolojik... Biz bu şekilde yaratıldığımızdan ötürü... korkum yok açıkçası. Bakıyorum yeryüzüne 5 tane doğum yapan da var, bir tane doğum yapan da var, hayvanlarda o şekilde doğum yapıyor”* (K8). Başka örnekte bir katılımcı korkmamasının sebebini dini argümanla temellendirerek motivasyonunu sağladığı gözlemlenmiştir. *“Doğumdan korkmuyorum. Doğumu bir annenin fitraten tamamlandığı dönemeçlerden biri olarak görüyorum. Bir konsantrasyon hali olarak hayal ediyorum... Nasıl ki Hz. Meryem hurma ağacına yaslanarak tek başına doğum yapıyor Allah’ın izniyle fitraten bir kadının tek başına bile doğum yapabileceğine inanıyorum”* (K13).

Doğum anıyla ilgili düşüncesini vücudun işleyiş sistemine hayran kaldığını aktararak ifade eden bir katılımcı duygularını şöyle dile getirmiştir: *“Bir kitapta okumuştum. Vücudumuzda olan hormonlar aslında normal doğumu başlatıyor. Bu hormonlardan biri ağır bastığında ağrılar, sancılar başlıyor ve başka bir hormon devreye girip bize ağrı kesici görevi görüyor. Bu hormonların salgıladıkları bebeğe de iletiliyor. Bebek de kendini doğuma hazırlıyor. Aslında vücudumuz öyle muhteşem*

yaratılmış ki beni en çok bu etkiledi ve bu anlamda da bu olayı düşündüğüm zaman bir rahatlama geliyor bana” (K15).

Bu soruda doğumun hangi yöntemle olacağı gebelerin doğum heyecanı ile ilgili duygularını etkilediği görülmüştür. Nitekim sezaryenle doğum planlaması yapılan katılımcıların “...*Şu an endişe, stres yok... uyuyorsun, geliyorsun kucağında çocuk var*” (K14) mantığında durumu değerlendirdikleri gözlemlenmiştir.

Soru kalıbımızın devamındaki soru yapısı “*Doğum esnasında oluşabilecek herhangi bir komplikasyon sizi strese sokuyor mu? Bununla ilgili olarak dini manevi açıdan kendinizi nasıl motive ediyorsunuz?*” şeklinde olup bu bölümde, katılımcılarımızın yaşadıkları korku, endişe, stresle ilgili duygularla nasıl baş ettiği ve inancın bu noktada desteği olup olmadığı detaylı şekilde irdelenecektir. Çocuk doğurmanın, maneviyatı zenginleştirdiğini savunan Callister vd. çalışmasında bir katılımcının şu sözleri dini ve manevi duyguların artırdığını kanıt olarak gösterilebilir:

“Bebek doğduğunda, Rab'bin Ruhu'nun kalbime dokunduğunu hissettim ve bu küçük masum insan ruhunun cennetteki babamdan geldiğini anladım. Kendisine kendimi çok yakın hissettim ve kadın olduğum, çocuk yaratmada yardımcı olabileceğim ve cennetten dünyaya gelmesine yardım edebileceğim için çok teşekkür ettim.”¹⁸⁹

Bizim de katılımcılarımızdan aldığımız yanıtlar bu çalışmanın bulgularını destekler mahiyettedir. Bu soruya verilen yanıtlardan iki tema ortaya çıkmış olup, 14 katılımcı (K1, K2, K4, K7, K9, K10, K11, K12, K13, K14, K15, K18, K19, K20) ‘Dua’ diye ifade ederken 5 katılımcı (K3, K5, K6, K8, K16) ise ‘Tevekkül’ yanıtını vermiştir. Sadece bir katılımcı kendini pozitif düşüncelerle rahatlatmaya çalıştığını ifade ederek din ve maneviyatın bu konuda kendisine destek olmadığını düşünmektedir. Katılımcılarımız arasında dünya görüşü açısından farklı düşüncelere sahip olduğunu bildiğimiz olmakla beraber (K17) hiç bir soruda dini/manevi eğilimli yanıt vermediği de dikkatten kaçmamıştır.

¹⁸⁹ Lynn Clark Callister, Inaam Khalaf, “Spirituality in Childbearing Women”, **The Journal of Perinatal Education**, J Perinat Educ. 2010 Spring; 19(2): 16–24

Tablo: 3-10: Doğum Anı İle İlgili Düşüncelerde Dini Motivasyona Ait Alt Temalar		
Temalar	Katılımcı sayısı	Katılımcılar
Dua etme	14	K1, K2, K4, K7, K9, K10, K11, K12, K13, K14, K15, K18, K19, K20
Tevekkülde bulunma	5	K3, K5, K6, K8, K16
Olumlu düşünmeye çabalama	1	K17

Tablo 3-10’da görüldüğü üzere katılımcıların büyük bir çoğunluğunun (14 kişi) verdiği yanıtlar ‘dua’ teması altında toplanmıştır. Pazarlı’ya göre dua, insanların Tanrı’ya hitap etmeleri ve yaklaşmak için yapılan bir eylem olup O’na aşk ve hürmetini ifade etmektir. Ayrıca yaşamdaki zorluklar, sıkıntılar ve tehlikelere karşı korumasını ve yardımını dilemektir.¹⁹⁰ Dağcı çalışmasında duayı, kabul edilen güç ile konuşma veya sipiritüel bir paylaşım biçimi¹⁹¹ olarak ifade etmiştir. Vergote’a duayı , kişinin Allah ile konuşurken, kendi geçiciliğinin farkına varma halidir. İnsan neyin eksik olduğunu bilmeden dua etse bile duayı anlamlı kılan niyet, eksiklik şuurudur¹⁹² diye tanımlamaktadır. Özetle dua, insanın Allah’la kurduğu iletişim yollarından biri olup ve her insanın sıklıkla başvurduğu bir dini motivasyonu olan bir eylemdir.

Doğumda kendini neler bekleyeceğinin belirsizliği, yaşanılacak acı ve ağrılardan duyulan endişe ve korku ve en nihayetinde olumsuzluk durumunda yaşanabilecek ölüm olgusu katılımcıları “Dua” eylemine yönlendirmiştir. Sadece bir katılımcıda hiçbir dini motivasyon kullanılmadığı dikkat çekmiştir. Psikolojik iyi oluşla bu sürecin üstesinden geleceğine inanmıştır. Burada kısaca ‘Psikolojik iyi

¹⁹⁰ Osman Pazarlı, **Din Psikolojisi**, Remzi Kitapevi, İstanbul, 1993, s. 193-194

¹⁹¹ Abdullah Dağcı, “Amaçsal açıdan dua türleri: Din Psikolojisi bağlamında Tümevarımsal Bir Yaklaşım Denemesi”, **Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İlahiyat fakültesi Dergisi**, 2018, Cilt 5, sayı.8 , s.8

¹⁹² Antoine Vergote, **Din İnanç ve İnançsızlık** (çev. Veysel Uysal), Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, İstanbul 1999, s. 238

oluş' ifadesinin kavramsal çerçevesini vermek yerinde olacaktır. Psikolojik iyi oluş, insanın kendi potansiyelini gerçekleştirme olup bunu yaparken bireyin içindeki deviy uyandırma ya da gerçekleştirme olarak¹⁹³ ifade edilmektedir. Katılımcı psikolojik iyi oluşla doğum ile ilgili korkularını yeneceğini şöyle ifade etmiştir. *"Bunun zamanla normal bir şey olduğunu, bununla ilgili bir sıkıntı yaşamayacağımı, her şeyin çok güzel olacağını, kendimi psikolojik olarak düşünerek kendimi rahatlatmayı düşünüyorum"* (K17).

Bir sıkıntıyı çözerken kişi Allah'a yönelir, dua ve ibadetleri yoluyla ondan yardım dilerse din/inanç bireye olumlu bakış açısı sunar ve zorlukların üstesinden gelmede fayda sağlar.¹⁹⁴ Doğum anı da gebe bir kadın için üstesinden gelmesi gereken bir durumdur. Bu bağlamda katılımcılarımızın neredeyse tamamı (1 kişi eksik) dini/manevi motivasyonlardan faydalandığı gözlemlenmiştir. Yapılan duaların içeriği ise genel olarak süreci en az hasarla atlatabilmek, kendilerinin ve bebeklerinin sağlıklı doğması, duygularını kontrol altına almaya çalışma ve duanın kendilerine güç verip kaygının azalması yönünde olmuştur. *"Allah'ın yardımını bekliyorum. Sürekli dualarımda yardım dileyip kolay bir doğum olsun istiyorum"*(K4). *"Allah göstermesin bana bir şey olursa bebeğim ne olur! Çok dua ediyorum. İkimizde sağlıklı bir şekilde çıkalım şu süreçten"* (K2). Bir başka örnekte de şöyle denmiştir: *"Şuna inanıyorum... hayırlı doğum için okunacak sureler ya da yapılacak tesbihatler... onlara sığınıyorum... onların bana güç verdiğine inanıyorum. Endişelerimi bastırdığını düşünüyorum. Onlarla biraz daha sakinleşmeye çalışıyorum"* (K3).

Katılımcılardan yarısına yakını (9 kişi) dua ederken kendilerini güçlü hissettiğini ve özellikle dua ederken herhangi bir kitaba veya metne bağlı kalmadan o anda akıllarına gelen dualar olduğu gözlemlenmiştir. Geriye kalan 5 katılımcının ise doğum anı ile ilgili ve doğumun kolay olması için Kur'an-ı Kerim'den özel sureler ve Arapça dua okudukları tespit edilmiştir. *"Şu anda doğum kolay olsun diye Meryem suresini dinliyorum ya da okuyorum. Orada Hazreti Meryem'in bir hurma*

¹⁹³ Kate Hefferon, İlona Boniwell, **Positive Psychology Theory, Research and Applications**, (çev. Doç. Tayfun Doğan), Nobel yayınevi, Ankara, 2014, s.77

¹⁹⁴ Ali Ayten, Ali Köse, **Din Psikolojisi**, Timaş yay., İstanbul, 2012, s.74

ağacına yaslanarak nasıl doğum yapacağını anlatan bir ayet bölümü var... orası beni çok etkiliyor, etkiledi de. Doğum esnasında okunacak İnşikak suresinin ilk 3 ayeti diyorlar” (K13). “Doğumu kolaylaştıran ayetler var. Onlardan yazdım. Onları okumayı düşünüyorum” (K9). “Korkuyorum...Rabbi yessir vela tuaasir Rabbi temmim bi'l-hayr duasını yapıyorum” (K12). “Meryem suresi var Kur’anda ayetler çok mevcut... bunları okuyarak kendimi rahatlatıyorum” (K8). Başka bir örnekte katılımcı etrafındaki insanlardan da dua istemiştir. “Fatıha duasını okuyorum. Şifa duası olduğu için. Annem hep yanımda oldu doğum esnasında, kendimi okuttum anneme. Duayla kendimi güçlü hissediyorum” (K7).

Bir katılımcı (K1) doğumun kolay geçmesi için duanın yanında yiyecek ve içeceğine de dikkat etmesi gerektiğini belirtmiştir. Hurma, ayva yenilmesi gerektiği ve Meryem Ana otu çayı içeceğini planladığını aktarmıştır.

Başka bir katılımcı toplumda bilinen doğum esnasında hurma yemenin doğumu kolaylaştırdığı düşüncesini dini bir argümanla temellendirerek belirtmiştir: *“Sancıları başladığında... Cebrail vasıtasıyla vahiy geliyor. Kendisinin bir dağ başına gitmesi tavsiye ediliyor, orada bir hurma ağacı var yaslanıyor, hatta o hurma ağacından bir hurma alıp yiyor. O yüzden mesela günümüzde şu an doğum yaklaştığında hurma yenmesi tavsiye edilir kolay olması inancı vardır. Bu aslında Kur’an-ı Kerim’deki bir ayetten yola çıkıyor” (K13). İlgili ayet ise şu şekildedir: “Sonra doğum sancısı onu bir hurma ağacının dibine yöneltti. Meryem, “Keşke bundan önce ölseydim de unutulup gitseydim” dedi.”¹⁹⁵*

Dua’nın yanında kullanılan diğer tema ise “tevekkül” dür. 5 katılımcı da (K3, K5, K6, K8, K16) Allah’a dayanma ve güvenme, teslim olma, başlarına geleceklere razı olma, kabul etme durumu olduğu gözlemlenmiştir. *“...bir yandan tevekkül var. Sahibimiz ne derse o olur... onu oraya yerleştirip orada var eden bizler değiliz.” (K3). “İnancı olmasa, insan her şeyi yapar ama inancın olunca daha çok cesaretleniyorsun sanki Allahü Teâlâya güveniyorsun, sığınuyorsun, duanı yapıp gidiyorsun doğuma. İnancım büyük destek.” (K5). Allah’a dayanma ile maddi*

¹⁹⁵ Kur’an-ı Kerim, Meryem Suresi 19/23

sebepleri birleştiren bir katılımcı şöyle belirtmiştir: “...hem Allah’a güveniyorum. Sonra da gittiğim doktora güveniyorum” (K8).

3.6. Gebelik ve Dini-Manevi Uygulamalar

Bu bölümde gebelik sürecinde kadının hayatında dini/manevi uygulamaların önemini anlamaya çalışacağız. İbadet, tapmak, itaat etmek, boyun eğmek, bir yaratıcıya yönelmek anlamlarına gelip¹⁹⁶ en genel ifadeyle kişinin inandığı varlığın sevgi ve saygınlığını kazanmak için yaptığı tutum ve özel davranışlardır. Şentürk’e göre ibadet, “bireyin inandığı kutsal varlığa sevgi, saygı, bağlılık, minnet ve şükran duygularıyla yönelmesi, onun emrinde olma bilinci içinde ve yine onun emrettiği formatta, kendiliğinden/spontane davranışlar göstermesidir.”¹⁹⁷ İnsandaki tanrı veya tabiat üstü varlıklara inanmak suretiyle iç dinamikleri harekete geçiren ve çeşitli davranışlarla tezahür eden derunî münasebetler¹⁹⁸ içinde bulunduğu hissini veren özel bir tecrübe ve bu tecrübeye dayalı her türlü eylem ve işlem olarak tanımlanır. Kısaca dinî hayatın uygulamaya yönelik ifadesidir.¹⁹⁹ Tanımlardan hareketle kadın için özel ve anlamlı olan gebelik sürecinde dini/manevi uygulamalara eğiliminin olup olmadığını irdeledik.

Katılımcılarımızın kendi bedeninde gün be gün hayat bulan “can”ın manevi yaşamlarında tezahürlerini görmek maksadıyla şu soru kalıbımızı gebelere sorduk: “Bebeğin beden gelişimi kadar karakter/ruh gelişimi de anne karnında başlar ifadesine katılıyor musunuz? Bebeğinizin gelişimi için yaptığınız uygulamalar var mı, varsa neler?”. Katılımcıların neredeyse tamamı (1 kişi hariç / K17) bebeğin manevi gelişiminin anne karnında başlar ifadesine katıldıklarını belirtmişlerdir. Bu katılımcımız gelişimin anne karnında başladığına inanmakta ama bunu dini/ manevi değerlerle irtibatlandırmadığını ifade etmiştir (K17). Bu soruyla ilk muhatab olduklarında katılımcıların (8 kişi), “tabiki”, “mutlaka”, “muhakkak” gibi kesinlik bildiren ifadeler kullandıkları gözlemlenmiştir. Bir katılımcı ise bu düşüncüyü tamamen reddetmemiş olup sorguladığı gözlemlenmiştir. “Belli bir mizaçla (fitrat),

¹⁹⁶ Heyet, **Kur’an Yolu**, Diyanet İşleri Başkanlığı, Ankara, 2012, C.3 s. 315

¹⁹⁷ Habil Şentürk, **Din Psikolojisi**, Esra yay., İst., 1997, s. 159

¹⁹⁸ Mustafa Sinanoğlu, “İbadet”, **TDV İslam Ansiklopedisi**, c.19, s. 233-235

¹⁹⁹ Hayati Hökelekli, “Psikoloji ve Sosyoloji Açısından İbadet”, **TDV İslam Ansiklopedisi**, c.19, s. 248-252

belli bir geçmişle doğduğuna inanıyorum ama bu ruh gelişimi mi ona emin değilim açıkçası” (K10). Ayrıca konuşmanın ilerleyen dakikalarında kendisinin öğretmen olduğu için pedagojik anlamda yeterli bilgisinin olduğunu ve bebeğinin bu bilgiyle doğacak olmasının tedirgin ettiğini de ifade etmiştir. “Gebelik hakkında hiç kitap okumadım. Cehalet mutluluktur diye düşünüyorum... çünkü bazı şeyleri bilmeseydim şu an kafama takmayacaktım” (K10) diyerek katılımcılarımızdan farklı bir tutum içinde olduğu izlenmiştir.

Tablo: 3-11: Gebelikte Bebeğin İyi Oluşunu Desteklemek İçin Yapılmış Dini Uygulamalara Ait Alt Temalar		
Temalar	Katılımcı sayısı	Katılımcılar
Kur'an-ı Kerim Okuma	10	K2, K3, K4, K6, K8, K9, K13, K14, K15, K19
Dua etme	6	K2, K7, K12, K13, K14, K18
Bebeğine dokunup onu hissetme	5	K1, K7, K11, K12, K13
Bebeği ile sesli konuşma	5	K2, K6, K7, K12, K15
Dini kitap okumak – dini müzik dinleme	5	K6, K9, K12, K13, K15
Dini mekan ziyareti yapma	5	K2, K3, K9, K11, K12
Salavat çekmek	2	K3, K7
Hayata pozitif bakmak	2	K1, K17

Tablo- 3-11’ de görüldüğü üzere katılımcılarımız dini - manevi içerikli uygulamalara yöneldiği ve hayatın günlük akışında bebeğinin de manevi gelişimine dikkat ettiği gözlemlenmiştir. “Kur’an Kerim okuma”, “dua etmek”, “ bebeğine dokunarak hissetme”, “bebeği ile sesli konuşma”, “kitap okuma”, “müzik dinlemek/ilahi dinleme”, “dini mekan ziyareti yapmak”, “salavat çekmek”, “hayata pozitif bakmak” alt temaları, katılımcılarımızdan aldığımız yanıtlar çerçevesinde oluşmuştur.

Katılımcılarımız bu soruyu yanıtlarken hepsinin zihninde şu düşünce vardı: ‘Bebeğim, benim her yaptığımdan etkileniyor, beni duyuyor, hissediyor.’ Burada bir katılımcımızın verdiği yanıtta hareketle bunu anlamak pekala mümkündür: *“Karnımda her şeyi hissettiğini düşünüyorum. Maneviyat olarak hissedeceğine de inanıyorum. Anne karnında ne yaşarsa çıktıktan sonra da o yönde ilerleyeceğine inanıyorum. O yüzden biraz sakın, böyle manevi huzurlu bir ortam yaşatmaya çalışıyorum ki doğduğunda da sakın bir çocuk olsun”* (K4). Bu yüzden denilebilir ki gebelerde sorumluluk duygusunun verdiği rolle dini ve manevi yaşamda duyarlılık artış göstermiştir.

Katılımcılarımızın yarısının (K2, K3, K4, K6, K8, K9, K13, K14, K15, K19) bebeğin maneviyatının gelişimi için ‘Kur’an-ı Kerim okuma’ ritüelini uyguladıkları tespit edilmiştir. Kur’an-ı Kerim okuyamadıklarında ise dinlettiklerini belirtmişlerdir. Örneğin, *“Terbiye anne karnında başlar. Ben de eğlenceden çok Kur’an okumaya çalışıyorum, Kur’an dinletmeye çalışıyorum ki çocuğun da maneviyatı yükselsin”* (K19). *“Yaptığım bir uygulama Kur’an okumak. Okuyamıyorsam dinletmeye çalışıyorum. Kur’an sesi huzur veriyor çünkü”* (K6). Bir katılımcımız da Kur’an-ı Kerim’i mealinden okuduğunu ifade etmiştir. *“Kur’an okuyorum Arapçasından değil ama... Arapçasından dinleyebilirsem...”* (K2) Ayrıca iki katılımcı da kendi sesinden Kur’an-ı Kerim’i dinletmeye özen gösterdiklerini belirtmişlerdir. *“Ayet-el Kürsi okurum. Sesli de okusam içimden de okusam kendi sesimden dinletmeye çalışırım”* (K3). Diğer örnekte ise katılımcı bunu yapmak istese de devam ettiremediğini belirtmiştir. *“Kur’an-ı Kerim sesli bir şekilde okumayı çok istiyordum. Bir iki denemem oldu. Onda da sesli okuyunca nefesimin yetmediğini gördüm. Bıraktım”* (K15). Buradan anlaşılıyor ki annelerin bizzat kendi sesleri ile bebeğiyle iletişime geçmenin daha sağlıklı bir ilişki kuracaklarına inandıkları gözlemlenmiştir.

Bir başka katılımcı bebeği için ‘Kur’an-ı Kerim okuması’ gerektiğini, doğruluğuna inandığı bilimsel veri ile temellendirerek şöyle ifade etmiştir. *“Suyun bile molekülü değişiyormuş... Ne kadar doğru bilmiyorum... araştırmalara göre doğruymuş. Suyu dua okuduğun zaman, su daha çok şifa veriyor vücuda ki o da*

sudan yaratılmış. Daha çok Kur'an okuyorum o yüzden. Çocuğum da hayırlı olsun, etkilensin o surelerden diye” (K5).

Kişinin Allah’la irtibat kurmanın yollarından birisi de ‘dua’dır. Dua, bireyin kutsal varlıkla konuşarak kendi acizliğinin farkına varmasıdır. Bu hissettiği eksiklik ve acizyet duygusunun kendisinde meydana getirdiği gerginliği kaldırmak için kişi dua eder.²⁰⁰ Gebelerin de bu bağlamda kendilerini motive ettikleri gözlemlenmiştir. “Bir tane ‘9 Ay 99 Esma’ diye bir kitap var. Her hafta Allah’ın isimlerinden iki ya da üç tanesine çekmeye özen gösteriyorum... çünkü etkilediğini düşünüyorum” (K13). Başka örnekte ise katılımcı dua ederken deneyimlediği hissi şöyle aktarır: “Bebeğimle ilgili dualar ediyorum. Sabah namazlarında özellikle.. onun için 7 tane Fatiha okuyorum... Hissediyor biliyorum... Böyle kıpırdanmalar oluyor...”(K4).

Bir başka tema ise ‘bebeğine dokunup onu hissetme’dir. Gebelerin burada bebekleri ile dokunsal bir temas içinde olduklarını ve karşılıklı birbirlerini anladıklarına dair tespitlerimiz olmuştur. “Ben üzülüyorsam ya da mutlu oluyorsam onun hissettiğini biliyorum çünkü 10. hafta da onun ruhsal ve beyin olarak gelişip dışardaki dokunma becerilerinin geliştiğini biliyorum. Hissiyat olarak... Annesinin ne hissettiğini, bildiğini biliyorum...” (K1). “Elimi karnıma koyarım sureler okurum. Bir yerlerde bir mescliste dua okunursa sürekli elime karnıma koyarım. Şifa bulsun, duysun diye...” (K12). Ayrıca gebeler arasında bir de salavat çekilirken elini karın bölgesine koydukları görülmüştür. “Elimi kanıma koyup salavat çekerim”, (K3) “Elimi karnıma koyup dua ederim” (K7).

Katılımcılar ibadetleri yaparken bebeklerinin hissettiklerini anladıklarını şu sözlerle bildirirler: “...normalde çok hareketli olduğu halde namaz kılarken bir anda sanki sabit bir şekilde ne yaptığımı anlamaya çalışıyor olması... En başından beri onun hissettiğini düşünüyorum.” (K13). Başka bir örnek, “Ben diyorum ki anne ne yapıyorsa çocukta onu yapıyor. Ben namaza durduğum zaman çocuğum ayağa kalkıyor... Secdeye gittiğim zaman içeride o kadar rahat, o kadar güzel oynuyor ki onu hissediyorum” (K18).

²⁰⁰ Mustafa Koç, Din Psikolojisi Açısından Ergenlik Döneminde Dua Ve İbadet Psikolojisinin Gelişimi, *Ekev Akademi Dergisi* 9, sayı.25, 2005, s.76

Bebeğiyle yakın temas içinde olan katılımcılar bebekleriyle sözlü iletişime geçtiklerini, anne ve babasını sesini duysun diye konuştuklarını belirtmişlerdir. *“Onun gelişimi için konuşuyoruz... Annenin sesini tanıyor, babanın sesini duyuyor. Doğduğu zaman da yabancılik çekmiyor”* (K6). Bir başka örnekte ise katılımcımız bebeğin inanç gelişimi için konuştuğunu şöyle dile getirmektedir: *“Ekstra yaptığım çalışmalardan biri ezan okunduğunda Allah’tan bahsediyorum. Konuşmalarımızda ona anlatıyorum”* (K15). Başka bir katılımcı ise etrafında konuşanların dikkat etmesi için uyardığını şöyle dile getirir: *“...bebekler duyar hisseder diyorlar. Ben de diyorum ki çocuğumun yanında ahlaklı şeyler konuşun. Kötü şeyler konuşmayın yoksa duyuyor diyorum”* (K11).

Ayrıca kitap okuma çalışması ve müzik dinleme yapan katılımcılarımız da bir tema altında toplanmıştır. (K6, K9, K12, K13, K15) *“Bir sürü kitap aldım ‘Kaşif’ için. Uzmanlar da bebek için kitap okuyun diyorlar. Şu an yedinci kitabını okuyoruz. Elimizde sesli bir şekilde... Bunlar da manevi yöne girer”* (K15). Bir gebe duygusal gelişimi için müzik dinletenlerin olduğunu vurgularken (K6) bir başka gebe de *“...Ney dinletiyorum bu aralar. Sakin, müziksiz... Ney rahatlatıyor gibi hissediyorum”* (K9) demiştir.

Bir başka temamız ise “dini mekan ziyareti yapmak”tır. Bu temada mekan olarak cami, kabir ziyaretleri ve dini sohbetler kastedilerek açıklama yapıldığı anlaşılmıştır. Güzel ortam diye nitelendirilmiştir. Oranın ruhundan maneviyatından etkileneceği düşünüldüğü için böyle bir tercih yapıldığı gözlemlenmiştir. Nitekim bir katılımcı, *“Kabir ziyaretlerinde bulundum. Oradaki zatların yüzü suyu hürmetine, o zatlardan da destek alarak hayırlı bir evlat olması için dua ettim”* (K3) diye belirtmiştir. Başka bir örnek ise *“...sohbetlere katılıyorum. Onun anne karnındayken manevi yönden ilerlemesini sağlıyormuşsun gibi hissediyorum”* (K9). Bir katılımcı da, *“Her cuma sohbetlerimiz oluyor. Sohbetlere gidiyorum. Orada sohbet dinlediği zaman hareket ediyor. Tepkisini gösteriyor... Hissediyor...”* (K11) diyerek bu temayı böyle desteklemiştir.

Katılımcılarımız arasından sadece bir gebe, dini/manevi motiflerin kendisi için özel bir yeri olmadığını, etkin rol oynamadığını belirtmiştir. Anne karnında

gelişiminin başladığını ama bunu din ve maneviyatla irtibatlandırmayan katılımcı şöyle anlatmıştır: “...sadece stres altında kalmamaya çalışıyorum. Benim bedenimden ona geçeceğine inanıyorum” (K17).

Katılımcılardan sadece iki gebenin (K16, K20) anne karnında manevi gelişimin gerekliliğine inandıklarını ama kendilerini bu konuda eksik ve zayıf bulduklarını belirtmişler ve uygulama olarak hiçbir şey yapmadıklarını beyan etmişlerdir.

Bu tema altına aldığımız başka bir soru kalıbı ise, “Gebe olduğunuzu fark ettikten sonra dualarınızda bir değişim oldu mu? Bebeğinizle ilgili ne tarz dua cümlelerine yer veriyorsunuz?”dur. Katılımcılarımızın tamamı ‘dua’ ettiğini belirtmişlerdir. Duanın içeriğinin yaklaşık tüm katılımcılarda aynı olduğu gözlemlenmiştir. Kalıplaşmış dua cümlelerine yer veren katılımcıların ortak paylaşımında ettiği dua ‘Vatanına, milletine, anne-babasına hayırlı bir evlat olsun.’ isteği çerçevesinde oldukları görülmüştür. Öncelikle gebelik sürecinin sağlıklı geçirilip güzel bir doğum yapabilmek için dua cümlelerine fazlaca yer verildiği görülmüştür. Duanın devamında çocuk doğduktan sonraki sürece yer verildiği anlaşılmıştır. Nitekim katılımcılar bunu şöyle dile getirmişlerdir: “Hamileliğimin ve doğumun güzel geçmesi için dua ediyorum... Allah’ım dedim imanlı, abdestli, Kur’an’lı olsun...” (K11); “Çocuğumu sağlıklı bir şekilde dünyaya getirebilmek adına sonrasında vatana, millete hayırlı evlat olsun; ona iyi bir anne olmak adına dualarımı ekstra genişlettim” (K8). Dini ve manevi motiflere görüşme süresince pek yer vermeyen katılımcımız ise doğacak bebeğini düşünerek dua ettiğini belirtmiş ve şöyle devam etmiştir: “Gerçekten ilk olarak sağlıklı olarak dünyaya gelmesini istiyorum. Ondan sonra hep mutlu olmasını, hep gülmesini... istiyorum” (K17).

Yeni doğan her bebeğin aile bütçesini etkilediği bilinmektedir. Bu sebeple katılımcılardan sadece birinin geçim sıkıntısından korktuğu anlaşılmış olup dualarında bu noktaya dikkat çektiği gözlemlenmiştir. “...geçim için dua ediyorum.. Dara düşürme Allah’ım. Rızkımızı hayırlısıyla ver” (K6). Bir başka katılımcı da kendi için duasından sonra çevresinde çocuk sahibi olamayanlar için dua ettiğini

belirtmiştir ve bunu da bu özel dönemin getirdiği merhamet duygusu ile dua etmeyi ihtiyaç hissettiğini dile getirmiştir. (K16).

Bu tema altına almayı uygun gördüğümüz üçüncü ve son sorumuz ise şu şekildedir: *“Bebeğinizin isminin belirlenmesinde neler etkili oldu/olacak?”* Bu soruyu sormamızdaki amaç, kültürümüzde önemli bir ritüel olan bebeklerine isim koyma uygulamasında ebeveynlerin kullandıkları argümanda dini/manevi eğilim olup olmadığını gözlemlemektir. Anne ve babanın yeni doğan bir bebeğe karşı görevlerinden birisi de ona bir isim koymaktır. İsim koyarken etkilendikleri argümanları araştırdığımızda üç tema karşımıza çıkmıştır. Bunlar; “Dini içerikli anlam”, “Kulağa hoş gelmesi”, “Hayatındaki karakteri örnek alma”dır.

Tablo: 3-12: Gebelerin Bebeklerine İsim Koyma Yönelimine Ait Alt Temalar		
Temalar	Katılımcı sayısı	Katılımcılar
Dini içerikli anlam	12	K1, K3, K5, K6, K7, K9, K11, K16, K13, K14, K18, K20
Kulağa hoş gelme (Tınısı)	4	K2, K10, K12, K17
Hayatındaki karakterden etkilenme / örnek alma	4	K4, K8, K15, K19

Tablo 3-12’ de görüldüğü üzere katılımcıların yarısından fazlası (K1, K3, K5, K6, K7, K9, K11, K16, K13, K14, K18, K20) çocuklarına isim koyarken “dini içerikli anlamı” olmasına dikkat etmişlerdir. Katılımcıların dinden beslenen ve özellikle İslam’ın ruhuyla özdeşleşen güzel bir isim koyma çabası içinde oldukları izlenmiştir. Dinin kaynağı olan Kur’an-ı Kerim’de geçiyor olup anlamının güzel olmasına dikkat eden ebeveynler bundan sorumlu tutulacağı inancına sahiptirler. Katılımcıların böyle hassasiyete sahip olmalarının sebebi ise ismin anlamının karaktere yansıdığı ve öldükten sonraki yaşam için bundan sorumlu tutulacağı düşüncesinde olduğu anlaşılmaktadır. Nitekim sağlam kaynaklardan geldiği bilinen şu hadis-i şerif’te Hz. Muhammed şöyle buyurmuştur: “Siz kıyamet gününde kendi isimleriniz ve babalarınızın isimleriyle çağırılacaksınız. Öyleyse çocuklarınıza güzel

isimler koyunuz.”²⁰¹ Örnek: “Anne ve baba olarak biz sorumlu olacağımızı biliyoruz. Onun için modern isimlerden ziyade öteki dünyada sorumluluk alacağımız için Allah'ın bize sunmuş olduğu hayırlı, iyi huylu, güzel isimler koymayı düşünüyoruz” (K1). Başka bir örnek: “...şuna inanıyorum: Her insan isminin anlamını karakterinde bir miktar da olsa barındırıyor. Buna güvenerekten anlamı güzel olan ve karakterine de bir güzellik katabilecek bir isim seçmeyi tercih ettik” (K3). Kur'an-ı Kerim'de geçiyor olması da katılımcıların takındığı tutumdur. “Elif ismini koyacağız. O da Kur'an-ın ilk harfi ve bir yerde okumuştum, yuvarlak ve dönen bir dünyada dik olmanın adıdır Elif”(K9).

İsmi Kur'an-ı Kerim'de geçiyor olmasının yanında İslamiyet'in ilk yıllarındaki önemli şahsiyetlerin isimlerini vermeye de önem verildiği anlaşılmaktadır. “Hz. Ali'yi çok seviyorum. Hayatını okuyorum. Ali ismini koyacağız” (K6). Başka bir örnekte; “Şu an hayatta olan oğlumun ismini rüyamda görmüştüm. Ömer Yahya koyduk. Abisinin ismine uygun olsun diye Hamza Yiğit koymayı düşünüyoruz. Peygamber Efendimiz döneminde Ömer ve Hamza sahabeler birlikte mücadele vermişler. O yüzden hayatta da kardeşiyle mücadelesini versin diye...” (K7). Ayrıca dini kimliği olan siyasi liderlerin hayatlarından etkilenme de söz konusudur. “Fatih ismini koyacağız. Fatih Sultan Mehmet'i andırıyor... İstanbul'u fethederek o hadis-i şerife nail olması...dünyaya bakış açısı, genç yaştaki kararlılığı, üretkenliği ön plana çıkıyor...” (K13).

Bir diğer tema ise “kulağa hoş gelmesi” olup 4 katılımcımız (K2, K10, K12, K17) isim koyarken bu noktadan değerlendireceklerini söylemişlerdir. “Şu an karar veremedik ama isim koyarken ailemden biri veya dini kimlik açısından düşünmüyorum... Kulağa hoş gelen, tınısı güzel olan diye düşünüyorum” (K17). “Dışarıdan duyduğum, tınısı kulağıma hoş gelen isimler... eşimin de hoşuna giden isimler oldu. Ortak karar verdik ” (K2).

Hayatındaki karakterden etkilenme ve örnek alma teması altında birleşen dört katılımcımız olmuştur. Bir katılımcımızın üniversitedeki hocasından etkilenip

²⁰¹ Ebû Dâvûd, Edeb, 61.

karakter ve ahlak olarak çok sevdiği için hocasının ismini (Tahir) koyacağını belirtirken (K8), başka bir katılımcı da arkadaşının dedesinin yaşadığı olayla ismi arasında bir bağlantı kurarak isminden (Kaşif) çok etkilendiğini belirtmiştir. Görüldüğü üzere katılımcılarımız bazen bizzat yaşamındaki insanlardan etkilenip isim koyarken bazen de çevresindeki insanların yaşamındaki karakterlerden etkilendiği anlaşılmıştır.

3.7. Gebelikte Manevi Yaşam

Gebelikte inanç ve maneviyatın anlamı üzerine konuşup katılımcıların hayatında maneviyatın yerini anlamaya çalışacağız. Pargament'e göre kutsal aramak olan maneviyat;²⁰² daha açık bir ifadeyle kişinin hayatını yaşama, anlamlandırma konusunda, çevresindekilerle ve aşkın varlıkla münasebet kurarken takındığı tavır²⁰³ ve tutumdur. Hissettiği duyguları ve yaşadığı deneyimleri anlayabilmek için katılımcılara bu grup altında üç soru sorduk. Bunlardan ilki '*Annelik kavramı sizin için ne ifade ediyor? Kendinizi nasıl bir anne olarak hayal ediyorsunuz? Bunlara karşı tepkiniz nasıl oluyor?*'dur.

Tablo: 3-13: Gebelerin Annelik Kavramına İlişkin Alt Temaları		
Temalar	Katılımcı sayısı	Katılımcılar
Fedakarlık	7	K3, K4, K10, K12, K18, K19, K20
İyi Anne (İyi evlat yetiştirmek)	7	K5, K8, K9, K13, K14, K16, K17
Mucize /Kutsal/Yüce	6	K1, K2, K8, K12, K15, K16
Güçlü Anne	4	K1, K4, K7, K11
Merhamet	4	K6, K9, K11, K13

²⁰² Raymond F. Paloutzian , **Crystal L. Park, Handbook Of The Psychology Of Religion And Spirituality**, The Guilford Press New York London, 2005, s. 36

²⁰³ Carlos Del M. RIO ve Lyle J. WHITE, “Maneviyatı Dindarlıktan Ayırmak: Hilomorfik Bir Bakış Açısı”, (çev. Selma Baş), **Tasavvuf İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi**, 37 [2016/1], s. 76

Katılımcıların annelik kavramını anlamlandırırken verdikleri yanıtlar “fedakarlık”, “faydalı anne”, “mucize/kutsal”, “güçlü anne”, “merhamet” temaları etrafında gruplaştırılmıştır. Tablo 3-13’de görüldüğü üzere sorulara verilen yanıtlarda herhangi bir tema belirgin şekilde öne çıkmamıştır. Temalardaki katılımcı sayıları eş değer gözükmemektedir. Bunun sebebini ise annelik kavramını bir kalıba sokmanın zor olduğunu düşünmeye bağlayabiliriz. Zira farklı mizaç ve karaktere sahip kadınlar anneliğini kendi bakış açısı, yaşam standartları ve sosyo-ekonomik yapısına göre şekillendirmektedir.

Anneliği fedakarlık olarak gören katılımcılar bir amaç uğrunda sıkıntı ve güçlükleri göğüsleyebilmek olduğunu düşünmektedirler. Fedakarlığın gebelikle başlayıp çocuğun dünyada yaşadığı müddetçe yapılacağı inancı içerisinde oldukları gözlemlenmiştir. Anneliğin yaşamın her alanında etkili olduğunu düşünen bir gebe şöyle ifade eder: “...daha kucağınıza almadan uykunuzdan fedakarlık ediyorsunuz, nefsinizden fedakarlık ediyorsunuz, bir şey yemek istiyorsunuz onun sağlığı için yiyemiyorsunuz. Bir yere gitmek istiyorsunuz o zarar görür mü acaba diye gitmek istemiyorsunuz...Annelik kesinlikle fedakarlık ve sabır...” (K4). Başka bir katılımcı annelik kavramına daha felsefik yaklaşmıştır. Özünde fedakarlık değerini barındıran şu sözlerle tanımlamıştır: “Kendinden önce bir bireyi düşünmek... ben değil artık... biz olabilmekten geçiyor. Çocuk olana kadar önceliğin hep ben. Önceliğinin değişmesi... Her bakımdan duygusal olarak, maddi ve manevi olarak, ihtiyaç olarak, istek olarak her bakımda öncelik o oluyor” (K3). Özetle ifade edecek olursak katılımcılar anneliği benlikten çıkıp biz olabilme hali olarak gördükleri anlaşılmıştır.

Aileye, topluma, vatanına faydalı bir evlat yetiştirmek isteyen katılımcılar anneliğin misyonuna vurgu yapmışlardır. “Çocuğuma faydalı olmak istiyorum. Onu ahlaki olarak güzel yetiştirmek istiyorum. Fiziksel, biyolojik... Hem sağlıklı olsun hem karakteri olsun düzgün yetiştirmek istiyorum” (K8). Annelik, iyi bir evlat yetiştirmenin bilincinde olmaktır diyen 7 katılımcı (K5, K8, K9, K13, K14, K16, K17) ‘emanet’ algısı üzerine dikkat çektikleri de gözlemlenmiştir. “...çocuk sana bahşedilmiş bir emanet... Bu insanı dünyaya hazırlamak zorundasın” (K13). “Sana

bağlı, emanet edilen bir canlı var. Hakkıyla yetiştirmeye çalışıyorsun. İmanlı, ve ihlaslı şekilde...” (K14).

Dikkat çeken başka bir tema ise anneliği manevi eğilimle açıklayan katılımcılardır. Anneliği aşkın varlıkla ilişkilendirerek anlamlandırdıkları görülmüştür. Katılımcılar (K1, K2, K8, K12, K15, K16) anneliği mucize/ güç /kutsal/ kavramları etrafında yanıtlamışlardır. *“Bir insanın her şeye yetebilmesi mucize... Allah’ın annelere tanıdığı olduğu bir mucize diye düşünüyorum” (K1). “Mucize. Sadece kadınlara ayrılmış bir vasıf...” (K2). “... bir mucize gerçekleşiyor içimde. Bana hissettiriyor kendini ama kalıba sokmak istemiyorum” (K15).* Başka bir örnek: *“Anneler çok kutsal. Bir bebeğin 9 ay annesinin karnında taşıması, annesiyle o bağlantısı... Allah hiçbir zaman o bağı kopartmaz. Ben mesela hala anneme çok bağlıyım. (Duygulanma)” (K8).* Anneliği ‘kutsalın bir tecrübesi’²⁰⁴ olarak anlamlandıran katılımcıların Allah’ın yaratma eyleminin gün gün vücutlarında hissettikleri ve deneyimledikleri gözlemlenmiştir.

Başka bir tema “güçlü anne”dir. Katılımcılar, ihtiyaçlarını karşılayamayan her anlamda annesine bağlı bir bebeğin sorumluluklarını üstlenmek ve yaşam içindeki zorlukları göğüsleyebilmenin ancak güçlü kadın olmayla, daha güzel ifadeyle güçlü anne olmakla üstesinden gelineceğini düşünmektedirler. *“Çok ayrı bir şey annelik. Her şeye göğüs gerebilmektir. Hem dünyada olan için hem karnımda olan için kendini güçlü olmayı hissettiriyor” (K7).* Katılımcılardaki annelik kavramının aslında kendi annelerini rol model alarak şekillendiği anlaşılmaktadır. Zira “güçlü anne” temasında kendi annelerinin verdikleri mücadeleler anlatılmıştır. *“Annelik çok kutsal bir şey, güçlü olduklarını hissediyorum. Annem... (duygulanma) Çok güçlü bir kadın. Acaba ben onun gibi olabilecek miyim? Her şeye yetebiliyorlar” (K1). “Kendime annemi örnek alıyorum. Her konuda annem beceriyor, başarıyor, yapıyor, elde ediyor. Ben de onun gibi olmaya çalışıyorum. Çocuklarına karşı nasılsa ben de çocuğuma karşı öyle olmayı istiyorum” (K11).*

²⁰⁴ Mircea Eliade, **The Encyclopedia of Religion**, Macmillan Publishing Company, New York, 1987, s.284

Bu soru altında son tema ise “merhamet”tir. Annelerin çocuklarına duyduğu merhamet duygusu koruma iç güdüsü, şefkat gösterme, yoğun düşünme, empati kurma değerleriyle de ilişkilendirilebilir. “*Onun en ufak yeri acıdığında senin daha çok için acıyor. Ağlamasına kıyamıyorsun*” (K12); “*Annelik kavramı benim için merhamet, koruma içgüdüğü hep onu düşünmektir*” (K6).

Tablo: 3-14: Gebelerin Mükemmel Anne Algısına Ait Alt Temalar		
Temalar	Katılımcı sayısı	Katılımcılar
Mükemmel anne yoktur.	14	K2, K3, K4, K5, K6, K7, K9, K10, K12, K13, K15, K16, K17, K19
Her çocuk için anneleri mükemmeldir.	3	K1, K8, K14
Mükemmel anne vardır.	3	K11, K18, K20

“*Mükemmel anne var mıdır?*” sorusuna katılımcılarımızın yarısından fazlası (K2, K3, K4, K5, K6, K7, K9, K10, K12, K13, K15, K16, K17, K19) ‘mükemmel anne yok’ cevabını verirken 3 katılımcı (K1, K8, K14) ‘Her çocuk için anneleri mükemmeldir’ diye ifade etmiştir. Geriye kalan 3 katılımcı (K11, K18, K20) ‘Mükemmel anne vardır.’ düşüncesini savunduklarını belirtmişlerdir. Mükemmel anne yok diyenler, insanın kusurlu ve hata yapmaya müsait olduğu bilgisinden hareketle mükemmel insan yokki mükemmel anne olsun düşüncesi hakimdir. “*Mükemmel annelik diye bir şey yok bence, herkesin kendi doğruları var sadece*” (K13). “*Her çocuk için anneleri mükemmeldir*” (K1); “*Mükemmel anne vardır. Zaten her şeyi beceren anneler kendilerini mükemmel hisseder*” (K11).

Bu başlık altına almayı uygun bulduğumuz diğer sorumuzda ise gebelerimizden annelerinin kendilerine gebe olduğu zamanı düşünüp düşünmediklerini sorduk. Ayrıca çevrelerindeki canlıların yavrularına olan bakışını değerlendirmelerini istedik. Burada amaç katılımcıların etrafında olan doğum olaylarını nasıl yorumladığını öğrenmek olup tefekkür edip etmediklerini irdelemektir. Bu soruya aldığımız yanıtın hemen akabinde katılımcılara neslin devamlılığını sağlamada bu rolün kadın olarak ne hissettirdiğini sorduk ve

katılımcıların annelik rolünü tanımlarken dini ve manevi değerlerden ne ölçüde faydalandığını anlamaya çalıştık.

Sorumuzun ilk kısmında aldığımız yanıtlarda katılımcılarımızın neredeyse tamamı (18 kişi) kendi annesini anladıklarını, anneliğin ne kadar zor ve bir o kadar da kıymetli bir rol olduğunu düşündükleri görülmüştür. “...gerçekten annelik zormuş. Hem annenizin kıymetini biliyorsunuz hem de aynı kıymeti çocuğunuzdan beklemeye başlıyorsunuz” (K4). “Benim şu an yaşadığım duyguların aynısını annem de yaşadı. Bazen yaşadığım problemi acaba ben annemin karnındayken yaşattım da mı, ben bunları yaşıyorum dediğim çok oluyor” (K17). “... anneliğin manevi yönden, duygusal yönden, maddi yönden bile ne kadar emek istediğini anlamış oluyorsun” (K9).

Bu dönem içinde annelerine karşı duydukları sevginin dahi arttığını söyleyen katılımcılar olmuştur. Ayrıca soru yöneltildiğinde katılımcılarımızdan duygulananların olduğu da görülmüştür. Konuşmakta güçlük çekme, sessiz kalma ve ağladıkları gözlemlenmiştir. (K7), (K8). “Ben hamile olduktan sonra anneme daha çok bağlandım. Tabiki seviyordum annemi... (duygulanma) ama annem neler çekmiş anlıyorum. Ben onun hakkını nasıl öderim diye ona daha çok bağlanıyorum” (K1).

Bir katılımcımız da izlediği bir videoyu anlatarak sorumuzu yanıtlamıştır. “Bir tane video seyretmiştim o videoda çocuk... (sessizlik). Çocuğun annesi doğum esnasında ölmüş ve o çocuğu hiçbir şekilde susturamıyorlar. O çocuğun annesinin kalbini de başka bir adama naklediyorlar. Çocuğu herkesin koluna veriyorlar susmuyor. Sadece annesinin kalbinin nakledildiği adama verildiğinde böyle bir tepki gösteriyor sessizleşiyor. Çok etkileniyorum bu durumdan. (ağlamalar- görüşme kısa bir süre durdurulduktan sonra devam edildi.) Ben öncesinde de kendimi annemin kalbini dinlerken bulurum. En çok rahatladığım yer annemin kalbinin üzereydi. O videoyu izlemeden önce de böyleydi ve başım ağrıdığımda kendimi kötü hissettiğimde ilk gittiğim yer annemin kucağıydı kalbiydi. Annemin kalbinin sesinden inanılmaz rahatlıyorum. Çocuğum dokuz ay benimle birlikte ve bu kalbi dinliyor. Anne ve çocuk arasındaki bağlantı zaten bu şekilde kuruluyor” (K8). Katılımcımız anne ile

çocuk arasında kurulan bağa vurgu yaparak aslında anneliğini kendi annesiyle ilişkilendirdiği gözlemlenmiştir.

Başka bir katılımcının da anneliğini yaratıcı ile ilişkilendirerek bu soruyu yanıtladığı fark edilmiştir. *“Ben bir nevi bebeğimin yaratıcısıyım şu anda. Bana bağımlı ve bir şekilde bana muhtaç. Biz de bazı duygularımızı yaşarken bizi yaratan varlığa muhtacız. Ben çok ibadet eden bir insan değilim ama ihtiyacım olduğu zaman, yalnız kaldığım zaman, kötümser bir şey olduğu zaman O yaratıcıya sığınyorum. O çocuk da bana sığınacak. Allah’a karşı manevi doygunluk hissi olduğunu düşünüyorum”* (K10).

Gebe olan kadınların ayrıca etrafındaki canlılığa karşı daha da duyarlı oldukları görülmüştür. Bu sürede kendi yaşadıklarını bir hayvan (kedi, köpek) ile kıyaslayıp onların bu süreçte neler yaşadıklarını hissedip anlamaya çalıştıkları sonucuna ulaşılmıştır. *“...hamile bir kedi gördüğünde kaç tane can taşıyor diye merhamet ediyorsun”* (K5). Olumsuz annelik rollerine eleştiri getiren bir katılımcı da bunu hayvanların yaşamı ile kıyaslayarak ifade etmiştir. *“Hayvanlara baktığımız zaman bile yavrusunu hiçbir şekilde paylaşamayan hayvanlar var. Bu insanlar nasıl evladını çöpe atar, eziyet eder, kötü davranır”* (K15).

Geriye kalan iki kişi ise bu süreçte annelerini veya çevresindeki canlıların doğumunu hiç düşünmediklerini dile getirmişlerdir. (12, K14).

Katılımcıların tamamı, neslin devamlılığını sağlamada bu rolün kadınları ayrıcalıklı kıldığını, özel ve güçlü hissettirdiğini belirtmişlerdir. *“Allah’ın bize vermiş olduğu bu mucizeyi kadınlar olarak kutsal görüyoruz. Kutsaldan kastım güç verilmiş bir anneden anne oluyorsun, acılara, ağrılara katlanıyorsun”* (K1) *“Sadece sen başarabiliyorsun ve senin gibi kadınlar (gülmeler)”* (K9). *“Neslin devamı için anne figürü gerekiyordu. Biz de Allah’ın o kullarından biriyiz. Kadınsınız. Ayrıca erkekler güçlüdür. Peygamberlik de hep erkeklere gelmiştir ama kadınlara bu rolün verilmesi de kadınları çok değerli kılıyor”* (K8). Bir katılımcımız annelik rolünün getirmiş olduğu sorumluluğa vurgu yaparak düşüncelerini ifade etmişlerdir. *“Bir nesli*

yetiştirmek iyi ya da kötü hepsi bir annenin elinden geçiyor” (K3) diyerek kadınların yüklendiğı sorumluluğı dikkat çekmiştir.

Bu temadaki son sorumuzda ise katılımcılara “Gebelik ve önceki dönemi karşılaştırdığınızda gebeliğın size ne kattığını düşünüyorsunuz?’ diye sorusunu yönelttik. Buradaki amacımız, katılımcıların gebelik/yaşam, gebelik/maneviyat ilişkisini nasıl anlamlandırdığı, sürece dair zihninde kurduğı şemaları irdeleyerek, Allah’ın yaratma eylemine şahitlik yapan kadının neler hissettiğini anlamaya çalışmaktır.

Tablo: 3-15: Gebelik Öncesi ile Gebelik Döneminin Psikolojik Değışimler Açısından Karşılaştırılmasına Ait Alt Temalar		
Temalar	Katılımcı sayısı	Katılımcılar
Annelik duygusunun oluşması	9	K6, K7, K8, K10, K11, K13, K16, K19, K20
Sorumluluk duygusunun oluşması	7	K3, K5, K10, K11, K16, K17, K18
Olgunluk katması	5	K1, K3, K4, K5, K8
Maneviyatın artması	4	K2, K9, K14, K15
Benmerkezli duyguların azalımı	2	K4, K13
Huzur ve Sakinlik	2	K4, K5

Tablo 3-15’de görüldüğü üzere karşımıza çıkan kavramlar, “annelik duygusunun oluşması”, “sorumluluk duygusunun oluşması”, “olgunluk katması”, “maneviyatın artması”, “benmerkezli duyguların azalımı”, “huzur ve sakinlik”dir. Bu kavramlar olumlu yönde yorumlanmış olup (18 kişi) katılımcılar arasında sadece iki kişi olumsuz olarak değerlendirmiştir. Sorumluluğun verdiği stres, sıkıntı, mesuliyet duygusu bu iki katılımcımızı olumsuz düşüncelere sevk ettiği gözlemlenmiştir.

Katılımcıların neredeyse yarısı (K6, K7, K8, K10, K11, K13, K16, K19, K20) annelik duygusunun oluştuğunu ifade etmişlerdir. Katılımcıların bu duyguyla daha hassas ve duygusal, çevresinde olup bitenlere karşı daha duyarlı oldukları

gözlemlenmiştir. Öğretmen olan bir katılımcımız bu hissettiklerini şöyle ifade eder: *“Öğretmenim, öğrencilere bakışım değişti. Yaramaz olanlar, uslu olanlar var. Sanki çocuklara ekstra toleranslı davranmaya başladım. Normalde agresif bir öğretmen değilim ama öğrenciler daha çok çocuğummuş gibi olmaya başladı. Ekstra anne şefkati ile yaklaşmaya başladım”* (K8). Başka bir örnek: *“Anneliği öğreniyorsun. Hamileyken başlıyor, içgüdüsel olarak yavaş yavaş anneliği, korumayı, yetiştirmeyi öğreniyorsun”* (K6). Halihazırda bir çocukları olan annelerin tekrar bunu yaşayacak olmaları dahi annelik duygusunu ikiye katladığı anlaşılmıştır. Ayrıca her çocuk için bu duygunun yeniden oluştuğunu belirttikleri görülmüştür. *“Duygusal ve hassaslaştım ama annelik güdüm daha çok arttı. İkiye katlandığı için heralde. Hem karnımdakine hem dünyada olana karşı”* (K7).

Sorumluluk teması, anne olmakla yakından ilgili olup katılımcıların annelik duygusuyla beraber sorumluluklarının artacağına düşündükleri gözlemlenmiştir. 7 katılımcımızı (K3, K5, K10, K11, K16, K17, K18) bu tema altında toplamak mümkündür. *“Gebelik, annelik duygusunu hissettiriyor sana, anne olacağını, bir sorumluluk hissettiriyor. Bir bebeğin sorumluluğu hepsi sana ait”* (K11). Rollerin değişmesiyle bir aile olduğunu ve sorumluluk arttığını söyleyen başka bir katılımcı da *“...hayata karşı sorumluluğum yoktu. Evlendim aileme karşı sorumluluğum oldu. Çocuğum olacak şimdi o sorumluluğu hissediyorum. Sorumluluk kavramım değişti, kişiler değişti. Ben de aile oldum”* (K10) demiştir.

Bir başka tema ‘olgunluk katması’ olup 5 katılımcının (K1, K3, K4, K5, K8) gebelikle beraber olgunlaştığını hissettikleri gözlemlenmiştir. *“Gebelik bana olgunluk kattı. Daha çok değer vermeme sağladı. Gebe kaldıktan sonra annemi daha çok sevmeye başladım. Hakkını ödeyemem diye düşünüyorum. Gebe kalmadan önce böyle şeyler hiç düşünmezdim. Daha kim bilir neler yaşayacağım ki anneme daha çok bağlanacağım. Sürekli bir kıyaslama yapıyorum, olgunlaşıyorum sürekli”* (K1). *“Olgunlaşıyorsun. Daha bilinçleniyorsun”* (K3). *“Gebelik insanı daha çok olgunlaştırıyor. Her geçen gebelik hepsi ayrı ayrı seni büyütüyor”* (K5).

Katılımcılarımızdan 4’ü de (K2, K9, K14, K15) gebeliğin manevi yönelimi daha çok artırdığını belirtmişlerdir. Önceki hayatlarında din ve maneviyatın yeri

etkin olsun veya olmasın bir dönüşüm olduğu muhakkaktır. Gebelik bireylerin dini/manevi duygularında ve uygulamalarında ister istemez bir değişiklik gösterdiği anlaşılmaktadır. Nitekim bir katılımcı inanç konusunda değişim yaşadığını şu sözleriyle aktarır: *“Dini/manevi olarak daha çok Allah’a yöneldim. Normalde inançsız bir insan değilim ama bu süreçte kendimi O’na kendimi daha yakın hissediyorum. Öncesine göre daha rahat, daha huzurlu hissediyorum”* (K2). Düzenli bir ibadet hayatı olan bir katılımcının ise ibadetlerini ve manevi yaşamına dair pratikleri artırma yoluna gittiği görülmüştür. *“İçinde bir canlının olduğunu düşünmek ve onun senden dünyaya geleceğini düşünmek... doğduğunda iyi bir evlat olabilmek için dualar ediyoruz, kuran okuyoruz, tesbihler çekiyoruz. Önceki dönemde de namaz kılıyordum, Kur’an okuyordum ama bunda daha fazla özenli davranıyorum”* (K14). Görüldüğü üzere gebelikle beraber dini ve manevi uygulamalara yönelik bir hassasiyet olduğu bir gerçektir.

Bir başka tema ise ‘benmerkezli duygu azalımı’dır. Gebeliğin iki katılımcı (K4, K13) üzerindeki etkisi ise benmerkezli duyguları azaldığı yönündedir. Katılımcıların benmerkezci egonun yerine biz üzerine temellendirilmiş bir hayat yaşadıkları görülmüştür. *“Olumlu ve en büyük etkilerinden biri benlik duygusunu öldürüyor. Benmerkezci olan insan bile dünyaya kendi yavrusunu getirdikten sonra önce evladım demeye başlıyor. Benim yiyeceğim, benim kıyafetim, benim tatilim derken biz üzerine bir yaşam kuruyorsun”* (K13). *“Benli duyguları arkaya atmamı sağladı. Önceleri mesela eşime onu seversen kıskanırdım gibi şeyler diyordum. Şimdi onu sevdikçe daha çok mutlu oluyorum. Sevsin istiyorum. Bencillikten çıktığımı hissediyorum”* (K4).

Son alt tema ise gebelikle beraber daha sakin ve dingin hayat yaşamaya başladığını ifade eden iki katılımcı olmuştur. Bebeklerinin doğduktan sonraki yaşamı için bu süreci ne kadar sakin ve dingin bir yaşam içinde sürdürürlerse o kadar sağlıklı doğacağına inandıkları görülmüştür. (K4), (K5).

Gebeliğin kadınlar üzerindeki olumlu etkisinin yanı sıra olumsuz etkileri de olduğu görülmüştür. Bazı katılımcılarda annelik rolü endişe ve kaygıyı artırmıştır. Katılımcılarda sorumluluğun verdiği stres ve başa çıkma süreci, gebeliği

anlamlandırmada olumsuz düşüncelerin daha baskın olduğunu göstermektedir. Bu durum patolojik boyutta olmasa da gebeleri ciddi anlamda kaygılandırmıştır. *“Gebelik bana yetememe duygusu kattı, ya yetemezsem. Çok tedirginim. Günümüz şartları çok farklı. Çocuklar eski çocuk değil. Zaman kötüye gidiyor. Korkutuyor... böyle düşündükçe de endişeleniyorum”* (K12). Başka bir katılımcı da ikinci çocuğunun olacak olması sosyal hayatını kısıtlamasından rahatsız olduğunu belirtmiştir. *“...ben sosyal açıdan daha çok düşünüyorum. Acaba yaşamım kısıtlanacak mı? İkinci olunca kısıtlanacak gibime geliyor. Bu yönde birazcık depresyondayım”*(K16).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bebek sağlıklı bedensel gelişimini kadının bedeninden sağlamaktadır. Bebeğin bedensel ihtiyaçları annenin vücudundan sağlanırken ruhsal yaşantısının da bebeği etkilediği bilinmektedir. Anne adayının hayat memnuniyeti ile bebeğin ruhsal gelişimi doğru orantılı olup annenin mutlu, huzurlu, stresli, kaygılı olmasından etkilendiği bilinmektedir. Yapılan çalışmalarda görülmektedir ki duygu durum bozuklukları yaşayan kadınların tedavisi ihmal edilirse anne ile bebek arasında fizyolojik ve psikolojik ilişki zarar görmektedir.²⁰⁵

Kadının her davranışı ve alışkanlığını etkileyen gebelik, inanç noktasında da kendini göstermektedir. Nitekim hayata anlam yükleyen inanç, kadının gebelik döneminde de etkin rol oynayacaktır. Hayalleri, arzuları, geleceğe dair planlamaları dini inanç ve maneviyattan etkilenecektir. Her kadın dünyaya getireceği bebeğin çok iyi bir yaşama sahip olmasını ister, erdemli olmasını ister, saygı ve sevgi dolu olmasını ister, kendi inandığı dini değerlere inanmasını ister, doğru ve yanlış ayırt edecek değerlere sahip olmasını ister. Bunun için de, gebelik döneminde kadının inanç ve davranışları (şükür farkındalığı içinde olma, tefekkür, dua etme, namaz kılma) bebeğin ruhsal gelişimine katkı sağlayacağından anne adayını bu konu üzerinde hassas davranmaktadır. Aslında konumuzun ortaya çıkış sebebi tam da bu noktada kendini göstermektedir. Biz de Yaraticı'nın yaratma eylemine bizzat şahitlik yapan kadının ister istemez dini/manevi yaşamında değişimlerin olacağı ön kabulünden hareketle bu deneyimleri araştırma yoluna gittik.

Gebelik döneminde yaşanan dini/manevi yaşam değişimlerini incelemek amacıyla yapılan nitel bir araştırmayı içeren bu çalışmada durum çalışması deseni benimsenmiştir. Nitel araştırma yöntemlerinden mülakat tekniği kullanılmıştır. Amaçlı örneklem çeşitlerinden kartopu örnekleme yöntemi uygulanmıştır. Çalışma grubunu her üç trimesterden olacak şekilde 20 gebe oluşturmaktadır. Önceden belirlediğimiz 7 temada, mülakat tekniği ile elde edilen veriler betimsel analiz yöntemiyle incelenmiştir.

²⁰⁵ Ümit Sertan Sertan Copoğlu ve ark., “Gebelik Ve Laktasyon Döneminde Ruhsal Bozukluklar Ve Tedavisi”, **Mustafa Kemal Üni. Tıp Dergisi**, 2015; 6(24); s.44

Birinci tema gebelerin çocuk sahibi olma motivasyonları olup bu temayı iki soru üzerinde inceledik. İlk sorumuzdan elde ettiğimiz sonuçlara göre insandaki üreme davranışlarının nasıl ortaya çıktığı ile ilgilidir. Katılımcıların verdikleri yanıtlar doğrultusunda çocuk sahibi olma motivasyonlarının üreme arzusu, annelik duygusunu yaşamak, faydalı nesil yetiştirmek, hayatı anlamlandırmak için üretici olmak, aileyi büyütmek olduğu tespit edilmiştir. Miller de, 2004 yılında çiftlerde doğurganlık motivasyonunu modellemek amaçlı bir çalışma yapar ve çalışmasında üreme davranışları üzerine yapılan pek çok araştırma inceler. Kadın ve erkekte çocuk sahibi olma dürtüsünün ortaya nasıl çıktığı yönünde teorik veya pratik alanda yapılan pek çok çalışma incelediğini belirtir ve bu konuyla ilgili şu ana kadar ortak bir görüş olmadığını ifade etmektedir.²⁰⁶ Bu soru pek çok faktörü beraberinde bulundurduğundan “Çocuk sahibi olmaya karar verme” noktasında net bir çıktı almak pek mümkün değil gibi durmaktadır. Bu temada incelediğimiz ikinci sorumuzda ise halihazırdaki kararlarını nasıl aldıkları yönünde olup aldığımız yanıtlar arasında hazır hissetme, evliliklerinin oturduğunu düşünme, annelik duygusu yaşama isteği, çocuk sahibi olma konusunda çevreden baskılar, çocuğuna kardeş olması isteği, yalnız kalmama duygusu, bilinçli ebeveyn olmak, mesleğinin kendi hayatı üzerindeki yansımaları görmek etkili olmaktadır. Bir çocuğun bazen istek dahilinde beklenmesi gibi plansız gebeliklerin de çocuk sahibi olmada etkili olduğu görülmektedir. Planlı gebeliklerin duygu durumu heyecan, mutluluk, şükür halinde olmak iken plansız gebeliklerin ilk öğrendikleri andaki duygu durum ise şaşırma, üzülme, durumu kabulleneme hali olduğu görülmüştür.

İkinci tema olan “gebelik ve sosyal çevre” bulgularına göre, sosyal çevrenin gebelik deneyimi üzerine etkisi olduğu görülmüştür. Eş, aile ve diğer sosyal çevrenin gebe olan kadına ait olumlu ya da olumsuz dönütleri kadını etkilediği tespit edilmiştir. Katılımcıların çevrelerine gebe olduklarını söylediklerinde aldığı dönütler gebenin ruh haline yansıdığı gözlemlenmiştir. Özellikle olumsuz verilen dönütlerde kadınların çok etkilendiği ve mutsuz oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Plansız gebelik

²⁰⁶ Warren B. Miller, Lawrence J. Severy and David J. Pasta, “A Framework for Modelling Fertility Motivation in Couples”, **Taylor & Francis Investigation Committee**, 2004, c. 58, sy.2, s. 193-205

olup ileri yaşıya sahip olan gebelerin çevrelerinden daha fazla olumsuz tepkiler aldıkları ve bundan dolayı mutsuz oldukları görülmüştür. Ayrıca uzun bir süre çevresiyle gebeliklerini paylaşmadıkları da anlaşılmıştır. Katılımcıların bebek ve kendi sağlıkları için çevrelerinden aldıkları uyarı ve önerilerin olumsuz dahi olsa katılımcıları rahatsız etmediği gözlemlenmiştir. Bir başka ifade ile bebeğin varlığıyla ilgili yapılan yorumların gebeyi olumsuz etkilediği görülürken bebeğin sağlığı ile ilgili yapılan yorumlar olumsuz dahi olsa etkilemediği sonucuna varılmıştır.

Üçüncü tema olan, “gebelik ve beden algısı” bölümünde gebelikle değişen beden görüntüsünün katılımcılarımızı etkilediği görülmüştür. Bu tema altında sorduğumuz sorularda katılımcıların ellerini karnına koyup orada bir can olduğunu hissederek soruları yanıtladıkları gözlemlenmiştir. Gebeliğin ilk aylarında fiziki değişime odaklanan katılımcıların ilerleyen aylarda değişen vücut görüntüleriyle manevi değişimlere daha fazla değindikleri sonucuna ulaşılmıştır. Beden algısı üzerine sorulan iki soru farklı kapılara çıkarmıştır. Katılımcılarımız bedenlerinde meydana gelen değişikliği fiziki ve manevi değişim olarak nitelendirmişlerdir. Bedendeki değişim denildiğinde fiziki değişime vurgu yaparlarken bedende bir can taşıma ifadesi de manevi değişim olarak algılanmış ve yanıtlar o doğrultuda verilmiştir. Manevi değişimde katılımcılar mucize, annelik, sorumluluk, şükür, sakin bir hayat kavramları çerçevesinde yorumlamışlardır.

Dördüncü tema olan “gebelik döneminde Allah tasavvurları” bulgularına göre, gebeliğin katılımcıların hayatlarına etkisi olduğu gibi Allah tasavvurlarını da etkilediği ve olumlu tasavvurlara sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Bu bölümde katılımcılarımızın Allah inancında merhamet duygularının ön planda olduğu sonucuna varılmıştır. Mutlak güç sahibi, yaratıcı olan Allah inancı gebelikle yerini merhamet yönüyle mukabelede bulunan, şefkat gösteren, bağışlayan bir yaratıcı düşüncesine bırakmıştır. Yaşanılan süreç içinde gebeler Allah tasavvurlarını seven, her halini bilen, gören, işiten, her zaman yanında olduğunu hissettiren, bir varlık olarak zihinlerinde inşa ettikleri görülmüştür. Gebeler bebekleriyle kurdukları ilişkide hissettiği yakınlığı, Allah ile bağdaştırarak şükür duygusu içinde oldukları gözlemlenmiştir. Bir başka ifadeyle bedenlerinden gün be gün hayat bulan canlıyı da

görmedikleri ve duymadıkları ama onun varlığını hissettiklerini belirtmişlerdir. Bu hissiyatın Allah inancı ile bağdaştırıldığı sonucuna ulaşılmıştır.

Beşinci ve altıncı tema olan “ Gebelik döneminde inanç ve dini/manevi uygulamalar ” bölümünden elde edilen bulgulara göre inanç ve maneviyatın kadının gebelik sürecini olumlu yönde etkilediği görülmüştür. Katılımcıların gebelikleriyle ilgili deneyimlerini inancıyla harmanladıkları gözlemlenmiştir. Ayrıca bu dönemde katılımcılarımızın yarısından fazlasının dini yaşamında somut artışın olduğu anlaşılmıştır. Gebeliğin belirsizlikle dolu olduğunu söyleyen katılımcılar bir yaratıcıya sığınarak, bir yaratıcıyla bağlanma duygusu içinde olarak kendilerini güvende hissettikleri sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların beyanlarına göre dini metinlere daha çok yöneldikleri gözlemlenmiştir. Kur'an-ı Kerim okuma bunların başında gelmektedir. Özellikle doğacak çocukların ahlaklı olması için Yusuf Suresi'nin okunduğu, doğumun kolay olması için Meryem suresi ve İnşikak Suresi'ni sıklıkla başvurulduğu görülmüştür. Özellikle anne adayının elini karnına koyarak bebeğinin hissetmesi için salavat getirdiklerini ezberinde olan Fatiha suresi gibi kısa surelerin okunmasına ayrıca önem verdikleri de görülmüştür. Ayrıca dua etme, namaz kılma da sıklıkla başvurulmuş dini pratikler arasındadır. Katılımcıların gebelik süresince yaşanan herhangi bir olumsuz durumda katılımcıların olumlu başa çıkma yöntemini kullandıkları da görülmüştür. Nitekim elde edilen sonuçlarda duaya yöneldikleri ve tevekkül ettikleri sonucuna ulaşılmıştır. Allah ile birebir iletişime geçerek yaşadıkları sıkıntı ile baş etme yoluna gittikleri gözlemlenmiştir. Böylece manevi anlamda bir kendilerini rahatlatma yoluna gittikleri ve yaşadıklarını sıkıntının üstesinden geldikleri anlaşılmıştır.

Son temamız ise “gebelik ve maneviyat”tır. Burada gebelik süresince katılımcıların hayatlarında maneviyatın yeri irdelenmiştir. Elde edilen verilere göre kadınların gebelikleriyle beraber hissettiği duygular ve yaşadığı deneyimler kadına bir canın yaratılma safhasında manevi duygu ve değerleri arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Fedakarlık, empati, sorumluluk değerlerini arttırdığı görülmüştür. Ben merkezli duyguları azalttığı da anlaşılmıştır. Ayrıca kadına merhamet ve duygusallık kattığı da izlenmiştir. Çevrelerine karşı duyarlılıklarının arttığı gözlenmiştir. Gebelikleriyle beraber kadınların kendi annelerine daha çok bağlandıkları

görülmüştür. Katılımcıların annelerinin neler yaşadığını hissettikleri ve anladıkları gözlemlenmiştir. Anneliğin kutsal bir görev ve büyük bir sorumluluk olduğunu ayrıca Allah'ın kadına verdiği ayrıcalığı ve gücü anladıkları belirtilmiştir. Nitekim bunu da dinin anneliğe atfettiği (Cennet, annelerin ayakları altındadır) değerle belirttikleri görülmüştür. Anneliğin kadınların etrafındaki canlılığa karşı daha duyarlı oldukları görülmüştür. Bazen bu doğum yapan hayvan olurken bazen de bir çiçeğin tomurcuk açmasında kendi üstelendikleri ayrıcalıklı rolle bağdaştırdığı gözlemlenmiştir. Katılımcılar doğurganlık rolünün kadını ayrıcalıklı kıldığını özel ve güçlü hissettirdiğini de belirtmişlerdir.

Gebelik döneminde yaşanan dini manevi yaşam değişimlerini ele almak üzere çıktığımız bu yolda katılımcılardan elde ettiğimiz veriler bu şekildedir. Çalışmamızın nitel bir çalışma olmasından kaynaklı bazı sınırlılıkları mevcuttur. Benzer bir çalışmanın daha fazla kişi ile uygulanması elde edilen sonuçları zenginleştirecektir. Nicel ve karma araştırma teknikleri kullanılarak araştırma sonuçları daha kapsamlı görülebilir. Kadının hayatındaki din ve maneviyatın gebeliği anlamlandırmada ve şekillendirmede izlerini görmek pekala mümkündür. Araştırmaların sadece gebeliğin fiziksel ve psikolojik alanlarda değil kadının anneliğini şekillendirmede etkili olan faktörlerin daha detaylı incelenmesi kadının dünyasını daha net görmeyi sağlayacaktır. Bu anlamda günümüzde Diyanet İşleri Başkanlığı bünyesinde çalışan manevi danışmanlık hizmeti veren uzman kişilere ve ve İlahiyat Fakültelerinin Din psikolojisi alanında çalışan akademisyenlerine önemli görev düşmektedir. Keza gebelik döneminde yaşanan rahatsızlıklar, düşük tehlikesi, Down sendromlu vb. gibi fiziksel sağlığı etkileyecek durumlarda manevi yaşamın kadına teselli verdiği, güçlü hissettirdiği ve hayatı yeniden anlamlandırmaya yönlendirdiği bilinmektedir. Bu anlamda uzman kişiler tarafından bu hizmetin verilmesi danışmanlığın niteliğini artıracakını düşünmekteyiz.

Sağlık Bakanlığı, 02.10.2018 tarihli ve 2018/23 sayılı yayınladığı genelgede gebelik dönemi ile doğum sürecinde anne-bebek sağlığı açısından daha kaliteli, verimli, etkin ve güvenli sağlık hizmeti verebilmek için gebe okulu, gebe bilgilendirme sınıfı ile doğuma hazırlık ve danışmanlık merkezlerini açma kararı

almıştır.²⁰⁷ Yayınlanan genelgede anne adaylarının ruhsal, fiziksel ve sosyal yönden doğuma ve doğum sonrası döneme bilinçli bir şekilde hazırlamak ve desteklemek amaçlanmıştır. Biz burada Sağlık Bakanlığının Diyanet işleri Başkanlığı ile birlikte hareket etmesinin faydalı olacağına inanmaktayız. Nitekim tezimin bulguları da kadının sağlığını etkileyen faktörlerden birinin dini inanç ve maneviyat olduğunu göstermektedir. Sağlık uzmanlarının bütünsel sağlığa ulaşabilmesi için gebelik okullarında manevi hayat ve değişimler üzerine derslerin verilmesinin kadının yaşam standartlarının geliştirilmesi adına faydalı olacağına inanmaktayız. Batı’da bu anlamda pek çok araştırmalar yapılmıştır. Bu konuda Miller “Sağlık, kadın sağlığı ve maneviyat, din, kültür hakkındaki literatürün gözden geçirilmesi, bu değişkenler arasındaki ilişkilerin zayıf olduğunu” belirtir bu anlamda sağlık alanında çalışanlarına da şöyle seslenir; “Sağlık uzmanlarının bütünsel sağlığa ulaşabilmek gibi bir hedefleri varsa bunun kadınların sağlık davranışlarını etkileyecek mevcut kültürel ve dini inanç ve uygulamaların farkında olup bu alana yönelime ihtiyaç vardır.”²⁰⁸

Gebelik döneminde engelli bir bebek doğma ihtimali, plansız gebelik, kürtaj gibi olumsuz durumlarda karşılaşma ihtimali kadının yaşam kalitesini etkileyecektir. Zira kadın böyle bir dönemde dini, psikolojik, sosyolojik bir çok faktörden etkilendiği bilinmektedir. Bu anlamda sağlık uzmanlarının ve manevi danışmanların işbirliğiyle saha çalışması yapılmasının alandaki bu boşluğu dolduracağı düşünülmektedir. Gebelik okullarının hedeflenen amaçlara ulaşmasında dini ve manevi yaşama dair eğitimin etkin rol oynayacağını düşünmekteyiz. Fiziksel, psikoloji, sosyolojik, dini manevi anlamda doygun bir annenin durumu şüphesiz çocukların sosyo-duygusal gelişimine olumlu yansıyacaktır. Dini-manevi anlamda doygun anneler sosyo duygusal açıdan daha sağlıklı bir neslin yetişmesinde hiç şüphesiz kilit noktalarıdır. Bir başka deyişle sağlıklı anne, sağlıklı yetişen nesil demektir.

²⁰⁷ <https://sbm.saglik.gov.tr/TR,49222/gebe-okulu-gebe-bilgilendirme-sinifi--doguma-hazirlik-ve-danismanlik-merkezleri-hakkinda-genelge.html> (Erişim Tarihi 07.08.2019)

²⁰⁸ Mary Ann Miller, “Culture, Spirituality, and Women's Health”, **Journal of Obstetric Gynecologic and Neonatal Nursing**, 1995, c.24, sy.3, s. 257-264

KAYNAKÇA

- Akan, Sariye, Lale: **“Gebe Kadınların Diyet Örüntüleri, Diyet Kalite İndeksleri Ve Sağlıklı Yeme İndekslerinin Belirlenmesi”**, (Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Fakültesi 2011, s.4
- Akkaş, Çobanlar, Sevilay: **“Gebelik Döneminde Eşler Arası Uyum”**(Yüksek Lisans Tezi), Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Adana, 2014,
- Aktaş, Çobanlar, Sevilay: **“Gebelik Döneminde Eşler Arası Uyum”**, ADÜ, SBE, Yüksek Lisans Tezi, Aydın, 2014, s.2
- Allport, Gordon W.: **“The Religious Cantext of Prejudice”**, **Journal for the Scientific Study of Religion**, 1966, c.5, sy.3, s. 447-457; Gordon W.Allport-Ross, J. M., **“Personal Religious Orientation and Prejudice”**, **Journal of Personality and Social Psychology**, 1967, c.5, sy.4, sy. 432-443, akt. David M Wulff, **“The Psychology of Religion: An Overview”** (çev. Mustafa Koç), İslami Araştırmalar Dergisi, c. 17, sy. 4, 2004, Sayfa: 401-409;
- Alston, P. William: **“Perceiving God”**, **Journal of Philosophy** 83 (çev.Ramazan Ertürk), 1986, s.300
- Altıntaş, Ramazan: **“Bazı Dindarlık Tipolojilerine Eleştirel Bir Yaklaşım: ‘Mevlana Örneği’ ”**, **Uluslararası Mevlana ve Mevlevilik Sempozyumu Bildiriler II.**, Şanlıurfa, 2007, s. 22
- Anjelika Hüseyinzade Şimşek: **“Çocuk Sahibi Olma Motivasyonları Ölçeği Türkçe’ye Uyarlama, Geçerlilik Ve Güvenilirlik Çalışması”**, **SOBİDER**, 2007, c. 4, sayı.13, s. 396
- Arslan, Bahriye: **“Gebelerde Anksiyete ve Depresyonla İlişkili Sosyodemografik Özellikler”**, Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi (Uzmanlık Tezi), Isparta, 2010, s.4
- Arslan, Bahriye, Akif Arslan ark.: **“Gebelik Anksiyete ve Depresyonunda Risk Faktörleri: 452 Olguda Değerlendirme”**, **Tepecik Eğitim Hast Dergisi**, 2011; 21 (2): 79-84;
- Apak, Hıdır, Acar, Muhammet, Cevat: **“Dindarlığın Bir Boyutu Olarak Maneviyat”**, **Din Bilimleri Klasik Sorunlar – Güncel Tartışmalar**, edt. Nesim Doru, Ömer Bozkurt, Mardin Artuklu Üniversitesi yay., Mardin, 2018, s. 365- 377

- Aslan, Nesibe: “Çocuk Sahibi Olma Sorumluluğu”, **Diyanet İlmi Dergi**, 2004, c.40, sayı.2, s. 93-94
- Ayten, Ali: **Empati ve Din**, İz yay., İstanbul, 2010, s. 130
- Ayten, Ali: Tanrı’ya Sığınmak(dini başa çıkma üzerine psiko-sosyal bir araştırma), İz yay., İstanbul, 2012, s. 40
- Babacan, Gümüş, Aysun ve ark.: “Gebelikte Benlik Saygısı ve Beden İmajı İle İlişkili Özellikler”,**Anatol J Clin Investig**, 2011, c.5, sayı. 1, s.7 ;
- Balin, Jane: “The Sacred Dimensions of Pregnancy and Birth”, **Qualitative Sociology**, 1988, c.11, sy.4, s. 275–301
- Başaran, K., Yağmur: “Sosyal Bilimlerde Örneklem Kuramı”, **Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi**, Ankara, c.5, sy.47, s. 490
- Bowen, Angela; Muhajarine, Nazeem: “**Antenatal Depression**”, **Canadian Nurse**, 2006 Vol. 102 Issue 9, p27-30
- Callister, Lynn, Clark, Inaam Khalaf: “Spirituality in Childbearing Women”, **The Journal of Perinatal Education**, J Perinat Educ. 2010 Spring; 19(2): 16–24
- Carlos Del M. Rıo Ve Lyle J. White: “Separating Spirituality From Religiosity: A Hylomorphic Attitudinal Perspective”, **Psychology of Religion and Spirituality**, 2012, c. 4, sayı: 2, s. 89-91
- Carlos Del M. Rıo Ve Lyle J. White: “Maneviyatı Dindarlıktan Ayırmak: Hilomorfik Bir Bakış Açısı”, (çev. Selma Baş), **Tasavvuf İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi**, 37 [2016/1], s. 76
- Carver, Nicole, Ward, Bernadette: “Spirituality İn Pregnancy: A Diversity Of Experiences And Needs”, **British Journal of Midwifery**, 2013, c. 15, sy.5,
- C. G. Jung: Psycholog and Religion, Yale University, 1960; akt. Ali Köse, Ali Ayten, **Din Psikolojisi**, Timaş yay. İstanbul, 2012, s.39
- Cilacı, Osman: “Dua”, **TDV İslâm Ansiklopedisi** . C.9, s. 529-530
- Çağrııcı, Mustafa: **Tevekkül**, DİA, cilt 41, İstanbul, 2012, s.1
- Çakır Lütfullah, Can, Hüseyin: “Gebelikte Sosyodemografik Değişkenlerin Anksiyete ve Depresyon Düzeyleriyle İlişkisi” **Turkish Family Physcian**, c.3, sayı.2, s. 37

- Çalışır, Hüsniye: **“İlk Kez Anne Olan Kadınların Annelik Rolü Başarımlarını Etkileyen Etmenlerin İncelenmesi** (Doktora Tezi), Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, 2003, s.13
- Çalık, Kıymet, Aktaş, Songül: **“Gebelikte Depresyon: Sıklık, Risk Faktörleri Ve Tedavisi”, Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar**, 2011; 3(1), s.143
- Çapcıoğlu, İhsan: **“Sosyo -Politik Tutumlar ve Dindarlık: ilahiyat Fakülteleri Örneğinde Bir Alan Araştırması”, İlahiyat Fak. Dergisi 14:1** (2009), SS.143-180, s. 151
- Çekin, Abdulkadir: **“Dindarlık Boyutları ve Din Öğretimi: İlk ve Ortaöğretim Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Dersi Öğretim Programları (2010) Çerçevesinde Bir Analiz”, The Journal of Academic Social Science Studies**, s. 245-261
- Çetin, Çosar, Fatma ve ark.: **“Gebelikte Olan Fiziksel Yakınmalar”, Zeynep Kamil Tıp Bülteni**, 2017, c.48 sayı.4, s.136
- Dağcı, Abdullah: **“Amaçsal açıdan dua türleri: Din Psikolojisi bağlamında Tümevarımsal Bir Yaklaşım Denemesi”, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İlahiyat fakültesi Dergisi**, 2018, Cilt 5, sayı.8 , s.8
- Dein, Simon: **“Religion, Sprituality and Depression: İmplications for Research and Treatment, Primary Care and Community Psychiatry** (çev. Nurten Kimter), c. 11, sayı. 2, s.67
- Demirci, Hülya: **İlk Gebeliği Olan Kadınların Psikolojik Tepkilerinin İncelenmesi**, İstanbul Üniversitesi SBE, 1996, s.9
- Demirci, Hülya: **“İlk Gebeliği Olan Kadınların Psikolojik Tepkilerin İncelenmesi”** (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstütüsü, İstanbul, 1996, s.8
- Demiryay, Ayça: **“Gebe Kadınların Fiziksel ve Emosyonel Yaklaşımları”** (Yüksek Lisans Tezi), Afyon Kocatepe Üniversitesi Sağlık bilimleri Fakültesi, 2006, s.8
- Develioğlu, Ferit: **Osmanlıca-Türkçe Ansiklopedik Lugat**, 11. Baskı, Aydın Kitabevi Yay., Ankara 1993, “Din-dar” mad., s. 188.
- Doğan, D., Mehmet: **Büyük Türkçe Sözlük**, 10. Baskı, Ülke Yay., Sirkeci - İstanbul, Ocak/1994, “Dindarlık” mad., s. 284.

- Düzgüner, Sevde: “Maneviyat Algısı Ve Diğerkâmlıkla İlişkisi” **Necmettin Erbakan Üniversitesi SBE**, Doktora Tezi, Konya, 2013, s.26
- Düzgüner, Sevde: “Nerden Çıktı Bu Maneviyat: Manevi Bakımın Temellerine İlişkin Kültürlerarası Bir Analiz”, **Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Cilt-I**, ed. Ali Ayten, Mustafa Koç, Nuri Tınaz, Dem yay., İstanbul, 2016, s.17-43;
- Düzgüner, Sevde: “Psikoloji Literatüründe Maneviyat Kavramı”, **Maneviyat Psikolojisi**, ed. Mustafa Atak, Elit Kültür yay., İstanbul, 2016, s.11-17;
- Düzgüner, Sevde: “Ruh-Beden ve İnsan-Aşkın Varlık İlişkisine Psikolojik Yaklaşımın Tarihi Serüveni”, **MÜİF Dergisi**, c/sy.45, s.253-284
- Ebu Abdullah el-Kurtubi: “el-Cami’u li Ahkam el- Kur’an, 1967, akt. Schleifer, **a.g.e.**, s.41-43
- Efe, Hasan: “ **Gebeliğin Kadın Cinselliği Üzerinde Etkileri**” (Uzmanlık Tezi), Haseki Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul, 2006, s.4
- Eliade, Mircea: **The Encyclopedia of Religion**, Macmillan Publishing Company, New York, 1987, s.284
- Elkins , David N.
Hedstrom, L.
James , Lori L.
Hughes , J.
Andrew Leaf,
Cheryl Saunders:
- “Toward a Humanistic-Phenomenological Spirituality: Definition, Description, and Measurement”, **Journal of Humanistic Psychology**, c.28, sy. 4, s. 5- 18 akt. Sevde Düzgüner, “Maneviyat Algısı ve Diğerkâmlıkla İlişkisi” (Doktora Tezi), **Necmettin Erbakan Üniversitesi SBE**, Konya, 2013, s.26
- Freud, S.: Totem and Taboo, PFL, c.XIII, 1912; akt. Ali Köse, **Freud ve Din**, iz yayıncılık, İstanbul, 2012, s. 29
- Gençtan, Engin: “Erich Fromm ve İnsancı Psikoloji”, **Gebelik ve Fetüs Fizyolojisi**, Milli Eğitim Bakanlığı Sağlık Hizmetleri, Ankara, 2016, s.5
- Glock ve Stark: **Religion and Society in Tension**, Chicago, 1973 ; akt. Recep Yaparel, “Dinin Tarihi Mümkün mü?”, DEÜ İlahiyat Fakültesi Dergisi, İzmir, 2009, c.25 s.413
- Göcen, Gülüşan: “Şükür Maneviyatın Neresinde?”, **Maneviyat Psikolojisi**, ed. Mustafa Atak, Elit Kültür yay. İstanbul, 2016, s.167 – 191;

- Göcen, Gülüşan: **Şükür Pozitif Psikolojiden Din Psikolojisine Köprü**, Dem yay., İstanbul, 2014, s.242
- Guedes, Maryse, Marco, Pereira, Raquel Pires, Paula, Carvalho, Maria, Cristina, Canavarro: “Childbearing Motivations Scale: Construction of a New Measure and its Preliminary Psychometric Properties”, **Journal of Child and Family Studies**, 2015, v.24, n.1, p.180-194
- Günay, Emine, Yiğit: “Gebelerde Kaygı Düzeyi: **"Cambridge Kaygı Ölçeği" Nin Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması**” (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, s.5
- Günay, Tümer: “Genel Olarak Din”, **TDV yay.**, İstanbul, 1994, c.9, s.312
- Güneş, Elmas Mutlu: **“Gebelikte Bulantı Kusma, Annelik Rolü ve Gebeliğin Kabulü Arasındaki İlişki”** (Yüksek Lisans Tezi), DEU Sağlık Bilimleri Estitüsü, İzmir,2012, s.23; Efe, **a.g.e.**, s.5
- Hefferon, Kate, Boniwell, İlona: **Positive Psychology Theory, Research and Applications**, (çev. Doç. Tayfun Doğan), Nobel yayınevi, Ankara, 2014, s.77
- Heyet: **Kur'an Yolu**, Diyanet İşleri Başkanlığı, Ankara, 2012, c.3 s. 315
- Hill, Peter C., Pargament, Kenneth I.: “Advances in the Conceptualization and Measurement of Religion and Spirituality: Implications for Physical and Mental Health Research”, **American Psychological Association** c.58, sy.1, s. 64-74 (çev. Mustafa Ulu), **Bilimname**, 2015, c.28 sy.1, s.343-368
- Horozcu, Ümit: “Tecrübî Araştırmalar Işığında Dindarlık ve Maneviyat ile Ruhsal ve Bedensel Sağlık Arasındaki İlişki”, **Milel ve Nihal İnanç, ve Mitoloji Araştırmaları Dergisi**, 2010, cilt 7, sayı, 1., s. 209-240
- Hökelekli, Hayati ve bşk.: **Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi**, Ankara Okulu Yayınları, Ankara, 2002, s. 31
- Hökelekli, Hayati ve ark.: **Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi**, Ankara Okulu Yayınları, Ankara, 2002, s. 90
- Hökelekli, Hayati: ‘Çocuk’, **TDV yayınları**, Ankara, c.8, s.355
- Hökelekli, Hayati: “Din, Dindarlık ve Boyutları”, **Anadolu Üni. yay.**, Eskişehir, 2010, s. 25-26

- Hökelekli, Hayati: “Psikoloji ve Sosyoloji Açısından İbadet”, **TDV İslam Ansiklopedisi**, c.19, s. 248-252
- Huizink,A., C., ve ark.: “From Prenatal Anxiety To Parenting Stress: A Longitudinal Study”, **Arch Womens Ment Health**, 2017, sayı.20, s.663
- Işık, Türkan, Meryem: “**Gebelik Sürecinde Tıbbi Aydınlatma**” (Doktora Tezi), Çukurova Üniveristesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Adana, 2010, s. 6
- James, W.: The Principles of Psychology, 1950; akt. Hanzade Aslan-Yılmaz, Bir Derleme: Benlik Kavramına İlişkin Bazı Yaklaşımlar Ve Tanımlamalar, **Sosyal Bilimler Dergisi**, sayı 45, s.80
- Jesse, D, Elizabeth, Schoneboom, Chantel, Blanchard, Amy: “The Effect of Faith or Spirituality in Pregnancy: A Content Analysis”, **American Holistic Nurses Association**, 2007, c.25, sy.3, s. 151- 158
- Jesse, D, Elizabeth, Schoneboom, Chantel: “Amy Blanchard, The Effect of Faith or Spirituality in Pregnancy: A Content Analysis”, **Journal of Holistic Nursing**, Eylül 1, 2007
- Jesse, D, Elizabeth, Reed, Pamela G.: “Effects of Spirituality and Psychosocial Well Health Risk Behaviors in Appalachian Pregnant Women”, **Journal of Obstetric Gynecologic and Neonetal Nursing**, 2004, c.33, sy.6, s.739- 747
- Kalın, Fetullah: “Rudolf Otto’da Din, Kutsallık Ve Mistik Tecrübe” **Atatürk Üniversitesi SBE**, Doktora Tezi, 2012, s7
- Kayıklık, Hasan: “Bireysel Dindarlığın Boyutları ve İnanç Davranış Etkileşimi”, **İslami Araştırmalar Dergisi**, Cilt. 19, Sayı. 3, 2006, s. 493
- Kılıçarslan, Suna: “Edirne Şehir Merkezinde’ki Son Trimester Gebelerin Sosyodemografik Özellikleri, Yaşam Kaliteleri, Kaygı Düzeyleri”,Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Uzmanlık Tezi, Edirne, 2008, S.7
- Kılıçarslan, Suna: “**Edirne Şehir Merkezinde’ki Son Trimester Gebelerin Sosyodemografik Özellikleri, Yaşam Kaliteleri, Kaygı Düzeyleri**”, Trakya Üni. Tıp Fak. Aile Hekimliği Anabilimdalı, Uzmanlık Tezi, Edirne, 2008, s.14;
- Koç, Mustafa: Din Psikolojisi Açısından Ergenlik Döneminde Dua Ve İbadet Psikolojisinin Gelişimi, **Ekev Akademi Dergisi 9**, sayı.25, 2005, s.76

- Korkmaz, Erdoğruca, Nuran: “İnanç Ve İnançsızlığın Psikolojisi”, **Kelam Araştırmaları** 12:1 (2014), s.275
- Köse Ali, Ayten, Ali: **Din Psikolojisi**, Timaş yay., İstanbul, 2012, s.113
- Köse, Ali, Ayten, Ali: **Din Psikolojisi**, Timaş yay. İstanbul, 2012
- Köse, Ali: **Freud ve Din**, İz yayıncılık, İstanbul, 2012, s. 29
- Köylü, Mustafa: “Ruh ve Beden Sağlığı İle Din İlişkisi Üzerine Yapılan Araştırmaların Bir Değerlendirmesi”, **OMÜ İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 2010, sy.28, s. 5 -36
- Kuğu, Nesim, Gamze Akyüz: “Gebelikte Depresyon”, **Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi**, Sivas, 2001, 23 (1), 61-64;
- Küçükkaya, Burcu, Dindar, İlknur, Erçel, Özge, Esra Yılmaz: “Gebelik Dönemlerine Göre Gebelerin Doğum Ve Postpartum Döneme İlişkin Endişeleri” **G.O.P. Taksim E.A.H. Özgün Araştırma Jaren**, 2018, c.4, sayı.1, s.28-36;
- Lauver, Diane Ruth, , RN, CS, FAAN: **“Commonalities in Women's Spirituality and Women's Health”, Advances in Nursing Science, 2000, c.22, sy.3, s 76-88**
- Marcus, Sheila M., Heather A. Flynn, Frederic C. Blow, Kristen L. Barry: “Depressive Symptoms among Pregnant Women Screened in Obstetrics Settings” **Journal of Women's Health**, 2004, vol. 12, no. 4
- Maslow, H., Abraham: **Motivation And Personality**, Harper & Row, Publishers, s.77-97
- Mehmetoğlu, Ulvi, Ali: Tanrı’yı Tasavvur Etmek, Çamlıca yay., İstanbul, 2011, s.15-18
- Miller, Mary, Ann: “Culture, Spirituality, and Women's Health”, **Journal of Obstetric Gynecologic and Neonetal Nursing**, 1995, c.24, sy.3, s. 257-264
- Miller, Tina: **Annelik Duygusu Mitler ve Deneyimler**, (çev. Gül Tuncer), İletişim yay. İstanbul, 2010, s.33- 55
- Miller, Warren, B.: “Childbearing Motivation and Its Measurement”, **Journal of Biosocial Science**, 1995, v. 27, n. 4 1995 , pp. 473-487;

- Miller, Warren, B.: “Personality Traits and Developmental Experiences As Antecedents Of Childbearing Motivation”, *Demography*, ABD, 1992, 29/2, s. 265- 285
- Miller, Warren, B., Severy, J, Lawrence, Pasta J. David: **“A Framework for Modelling Fertility Motivation in Couples”**, Taylor & Francis Investigation Committe, 2004, V. 58, No.2, pp. 193-205
- Miller, Warren, B., ve ark.: **“A Framework for Modelling Fertility Motivation in Couples”**, *Population Studies*, v.58, no.2, 2004, p. 193- 205
- Mosack, Victoria, Shore, Elsie R.: “Screening for Depression Among Pregnant and Postpartum Women”, *Journal of Community Health Nursing*, 2006, v.23, n.1, p. 37-47;
- Oğuz, Havva, Deniz: **“İnfertilite Tedavisi Gören Kadınlarda İnfertilitenin Ruh Sağlığına, Evlilik İlişkileri ve Cinsel Yaşama Etkileri”**, Bakırköy Ruh Sağlığı Ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Uzmanlık Tezi, İstanbul, 2004, s.4
- Okumuş, Ejder: **Gösterişçi Dindarlık**, Özgü yay., İstanbul, 2005, s. 38
- Pazarlı, Osman: **Din Psikolojisi**, Remzi Kitapevi, İstanbul, 1993, s.29
- Pazarlı, Osman: **Din Psikolojisi**, Remzi Kitapevi, İstanbul, 1993, s. 193-194
- Peker, Hüseyin: **Din psikolojisi**, İstanbul, Çamlıca yayınları, 2013, s.97
- Peker, Hüseyin: “Kur’an-a Göre Dindarlığın Boyutları”, **Çukurova Üni. İlahiyat Fakültesi Dergisi**, c.12, sy.2, s.41-49;
- Roger W. Harms, Myra Wick, Mayo Clinic: **Guide To A Healthy Pregnancy**, Collins Living, America, 2004, s. 16
- Sayiner, F., Deniz, Nebahat, Özerdoğan: **“Doğal Doğum”**, *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, 2009, Cilt:2,Sayı:3. s.146
- Schleifer, Aliah: **Motherhood in İslam**, (çev. Abdullah Zerrar Cengiz), Gelenek yay., İstanbul, 2004, s.34
- Sertan, Ümit, Copoğlu, Sertan ve ark.: **“Gebelik Ve Laktasyon Döneminde Ruhsal Bozukluklar Ve Tedavisi”**, *Mustafa Kemal Üni. Tıp Dergisi*, 2015; 6(24); s.44

- Sevindik, Feyza: **“Elazığ İlinde Gebelikte Depresyon Prevelansı ve Etkileyen Faktörler”** Fırat Üni. Sağlık Bilimleri Ens., Yüksek Lisans Tezi, Elazığ 2005, s.24
- Shaun Gallagher
Canisius Co: **“Body Image and Body Schema: A Conceptual Clarific”, The Journal of Mind and Behavior**, Autumn 1986, C. 7, sayı. 4, Pages 543
- Sinanoğlu,
Mustafa: **“İbadet”, TDV İslam Ansiklopedisi**, c.19, s. 233-235
- Solmuş, Tarık: **Kadınlık ve Annelik Psikolojisi**, Nobel Akademi yay. Ankara, 2012, s.9,
- Stern, Daniel N.,
Stern, N.,
Bruschweiler,
Freeland, Alison: **The Birth of Mother How the Experience of Motherhood Changes You Forever Basic**. (Çev. Meltem Aydoğdu), İstanbul Bilgi Üniversitesi yay., İstanbul , 2013, s.3-24
- Subaşı, Necdet: **“Türkiye Dindarlığı: Yeni Tipolojiler”, İslamiyat V. Dergi**, 2002, sayı 4, s. 17-40;
- Şentürk, Habil: **Din Psikolojisi**, Esra Yay., İst., 1997, s. 159;
- Şimşek, Anjelika: **“Çocuk Sahibi Olma Motivasyonları Ölçeği”, Sosyal Bilimler Dergisi**, 2017, c.4, sayı.13, s.395-408
- Teber, Mehmet: **Annenin Ruh Halleri**, Hayy Kitap, İstanbul, 2016, s.80
- Tekin, Mustafa: **Kutsal Sekülerizm**, Açılım Kitap, İstanbul, 2011, s. 134
- Tümer, Günay: **“Çeşitli Yönleriyle Din”, Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi yay.**, Ankara, 1986, s. 216-224
- Tümer, Günay: **“Genel Olarak Din”, TDV yay.**, İstanbul, 1994, c.9, s.312
- Uçar, Hülya: **“Gebelerin Psikososyal Sağlık Durumları İle Annelik Rolü Arasındaki İlişki”** (Yüksek Lisans Tezi), Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Erzurum, 2014, s. 4
- Uysal, Veysel: **Dini Tecrübe ve Din Psikolojisinde Yeri, Sosyal Bilimler Dergisi**, 1995, c.3, sy.4, s.71
- Vergote, Antoine: **Din İnanç ve İnançsızlık** (çev. Veysel Uysal), Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, İstanbul 1999, s. 238

- Wilkinson, Stephen, Eugene, And Callister, Lynn, Clark: Wolyynn, Mark: “Giving Birth: The Voices of Ghanaian Women”, **Journal Health Care for Women International**, 2010, c.31, sy.3, s.201- 220
- Yaparel, Recep: **It Didn’t Start With You – How Inherited Family Trauma Shapes Who We Are and How to End The Cycle** (çev. Mine Madenoğlu), Sola yay., İstanbul, 2018
- Yaparel, Recep: “Dinin Tarifi Mümkün mü?”, **DEÜ İlahiyat Fakültesi Dergisi**, İzmir, 2009, c.25 s.413
- Yaparel, Recep: “Dinin Tarifi Mümkün mü?”, **DEÜ İlahiyat Fakültesi Dergisi**, İzmir, 2009, c.25 s.412
- Yaran, Cafer, Sadık: “Eleştirel Deneyimcilik”: Dini Tecrübede Swinburne’ün “Safdililik İlkesi’ne Karşı “Eleştirelilik İlkesi”, **İstanbul Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 2007, sayı.15, s.44
- Yıldırım, Ahmet ve Şimşek, H.: **Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri**, Seçkin yay. Ankara, 2011 s.148
- Yıldız, Murat: “Dindarlığın Tanımı Ve Boyutları Üzerine Psikolojik Bir Çalışma”, **Tabula-Rasa**, 2001, yıl: 1, sayı: 1, s. 20
- ZlotnickCaron,. Miller, W, Ivan Teri Pearlstein ve ark.: “A Preventive Intervention for Pregnant Women on Public Assistance at Risk for Postpartum Depression”, **The American Journal of Psychiatry**, 2006, v.163, no.8, p.1443- 1445;
- Çevrimiçi: <https://www.bbc.com/turkce/haberler-dunya-46148247> (Erişim Tarihi: 09.11.2018)
- Çevrimiçi: <https://www.cnnturk.com/turkiye/turkiyenin-dogum-istatistikleri-aciklandi> (Erişim tarihi:17.05.2019)
- Çevrimiçi: <http://sozluk.gov.tr/> (Erişim tarihi: 23.04.2019)
- Çevrimiçi: http://dergiler.ankara.edu.tr/dergiler/4_0/504/6084.pdf, s.125, (Erişim Tarihi: 08.03.2019)
- Çevrimiçi: <http://sozluk.gov.tr/> (Erişim Tarihi: 15.08.2018)
- Çevrimiçi: http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_bts&arama=kelim&guid=TDK.GTS.5ce10fcc0d9fb4.38196212 (Erişim tarihi: 20.11.2018)
- Çevrimiçi: <https://kuran.diyanet.gov.tr/tefsir/Z%C3%BCmer-suresi/4063/5-6-ayet-tefsiri>. (Erişim Tarihi:19.06.2019)
- Çevrimiçi: Türk Dil Kurumu, Büyük Türkçe Sözlük, <http://www.tdk.gov.tr/index>.
- Çevrimiçi: <http://www.seyfetinuludag.com.tr/uploads/gebelik-nedir.pdf> (Erişim tarihi: 10.11. 2018)
- Çevrimiçi: <https://www.fpa.org.uk/sites/default/files/pregnancy-young-persons-guide.pdf> (Erişim Tarihi: 02.06.2019)

Çevrimiçi: http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_bts&arama=keli me&guid=TDK.GTS.5ce10fcc0d9fb4.38196212 (Erişim tarihi: 20.11.2018)

Çevrimiçi: <http://sozluk.gov.tr/> (Erişim Tarihi: 15.08.2018)

Çevrimiçi: <https://kuran.diyanet.gov.tr/tefsir/Lokm%C3%A2n-suresi/3483/14-15-ayet-tefsiri> (Erişim Tarihi: 13.04.2019)

Çevrimiçi: <https://kuran.diyanet.gov.tr/tefsir/Ahk%C3%A2f-suresi/4525/15-16-ayet-tefsiri> (Erişim Tarihi: 12.04.2019)

Çevrimiçi: <https://sbm.saglik.gov.tr/TR,49222/gebe-okulu-gebe-bilgilendirme-sinifi--doguma-hazirlik-ve-danismanlik-merkezleri-hakkinda-genelge.html> (Erişim Tarihi 07.08.2019)

EKLER

EK-1: GÖRÜŞME FORMU VE MÜLAKAT SORULARI

GÖRÜŞME FORMU

Mülakat tarihi ve saati:.....

Mülakat yeri:.....

Mülakatı yapan kişi: Derya KILIÇ

İstanbul Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Yüksek Lisans Öğrencisi

A) KİŞİSEL SORULAR	
MÜLAKAT VERENİN ADI-SOYADI:	
1- Yaşı:	6- Gebelik Sayımız:
2- Eğitim Durumu:	7-Gebelik Hafta sayısı:
3- Sosyo Ekonomik Durumu: Güvence Durumu :	8- Gebelik Planlı Bir Gebelik Mi?
4-Çalışma Durumu/Mesleği:	9- Mail Adresi:
5-Evlilik Süresi:	10- Adres ve telefon(vermek isterse):

Alıntı yapma izni:

Ben burada bu çalışmaya ilişkin araştırmada mülakatımdan alıntılar yapılmasını kabul ediyorum. Mülakat metninin isimsiz tutulacağından ve ifadelerimin alıntılanmasında kimliğimin kesinlikle belirtilmeyeceğinden haberdarım.

Mülakatı Kabul Eden Kişinin Adı Soyadı

İmza- Tarih

MÜLAKAT SORULARI

- 1- Çocuk sahibi olmaya nasıl karar verdiniz ve bu kararı alırken neler yaşadınız?
- 2- İnsan niçin çocuk sahibi olmak ister?
- 3- Gebe olduğunuzu öğrenince sevindiniz mi? Etrafınızdakilerin (eş, aile arkadaşlar..) tepkisi nasıl oldu? Bu tepkiden memnun musunuz?
- 4- Bedeninizden beslenen bir varlığın olması size nasıl duygular hissettiriyor ve hayatınıza nasıl etkisi var?
- 5- Annelik kavramı sizin için ne ifade ediyor? Kendinizi nasıl bir anne olarak hayal ediyorsunuz? Mükemmel anne var mıdır?
- 6- Gebelik sürecinin sağlıklı ilerlemesiyle ilgili olarak etrafınızdan uyarı veya öneri aldığınız oluyor mu? Bunlara karşı tepkiniz nasıl oluyor?
- 7- Gebelik sürecinde bedeninizde meydana gelen değişiklikleri nasıl algılıyorsunuz? Fiziksel değişim olarak mı değerlendiriyorsunuz yoksa manevi bir anlam mı yüklüyorsunuz?
- 8- Genel olarak gebelik dönemindeki ruh haliniz nedir? Gebelik döneminizin hayatın normal akışına uyum sağladığını düşünüyor musunuz? (Gebelik-Yaşam ilişkisi)
- 9- Bu süreç içerisinde psikolojinizde ve dini-manevi yaşamınızda neler değişti? Özellikle inanç ve ibadetlerinizde somut bir değişikliğin olduğunu düşünüyor musunuz?
- 10- Gebelik dönemi içinde kendinizi mutsuz hissettiğiniz, çıkmazda gördüğünüz bir anda ne yaptınız/yaparsınız ve inanç bu konuda size nasıl destek oluyor?
- 11- Allah'ı tanımlayan birçok isim ya da sıfat var. Onu tanımlayın desem şu an karşınızda olan muhatabınız için ilk aklınıza gelenler hangisidir? Onun hakkındaki tasavvurunuz nedir?

12- Gebe olduğunuzu fark ettikten sonra dualarınızda bir değişim oldu mu? Bebeğinizle ilgili ne tarz dua cümlelerine yer veriyorsunuz?

13-Bebeğin beden gelişimi kadar karakter/ruh gelişimi de anne karnında başlar ifadesine katılıyor musunuz? Kendinizin manevi gelişimi kadar bebeğinin manevi gelişimi için uygulamalar var mı, varsa neler?

14-Bebeğinizin isminin belirlenmesinde neler etkili oldu/olacak ?

15-Doğum anıyla ilgili duygu ve düşünceleriniz hangi yönde ağır basıyor? Doğum esnasında olabilecek herhangi bir komplikasyon sizi strese sokuyor mu? Bununla ilgili olarak dini manevi açıdan kendinizi nasıl motive ediyorsunuz?

16- Gebeliğiniz dönemince annenizin size hamile olduğu dönemi düşündüğünüz ya da çevrenizdeki canlıların yavrularına olan bakışını düşündüğünüz oldu mu? Neslin devamlılığını sağlamada bu rol size bir kadın olarak ne hissettiriyor?

17-Gebelik döneminiz ve önceki dönemi karşılaştırdığınızda gebeliğin size ne kattığını düşünüyorsunuz?

EK-2: MÜLAKAT ÖRNEĞİ

13. KATILIMCI

1- Çocuk sahibi olmaya nasıl karar verdiniz ve bu kararı alırken neler yaşadınız?

Çocuk sahibi olmaya nasıl karar verdiğinin sorusu bence bir süreç değil yani. Bir insan bugün istemiyorum deyip ertesi gün direkt bugün çocuk yapmak istiyorum demiyor. O bence fitraten olan bir şey. Hani evliliğin verdiği bir sürecin içerisinde. Evliliğin akışında olan bir şey. Kişiler birbirlerini tam olarak tanıdığında olan bir karar bence. Fitraten olan bir şey yani sizin bir günde 1 haftada verdiğiniz bir karar değil, insanı zaten duygusal olarak yönlendiren bir his. Aynı zamanda ben evliliğimin 2. yılında hamile kaldım. İnsan bir noktadan sonra istiyor. Eşinizle birbirini tanıma yolunda bazı noktalarda emin oluyorsunuz. Ee ondan sonra işte artık eş olarak da bu yolda emin olduğunuzu hissediyorsunuz ve ondan sonra zaten hani bu fitraten hani fitratın verdiği bir şey olarak anne ve baba olma hissi doğuyor bir noktadan sonra. Yani çevrendeki arkadaşlarından görerek oluyor. Cidden yani bir noktadan sonra eş sıfatının yanında insan anne olmak ya da yine eş sıfatının yanında baba olma hissi oluyor insanda. Bence insanın içinden gelen bir his olduğunu düşünüyorum.

2- İnsan niçin çocuk sahibi olmak ister?

Bence yine bunun cevabı çok basit. Kuranı Kerim'de ayetlerde bile geçen bir şey yanii. Nasıl ki mesela bir insan doğduğu andan itibaren bir inanma hissiyle doğuyor, bu Allah'ın insana verdiği bahşettiği bir duygu, yönelme şekli. Aynı şekilde anne olmak yani bir kadın açısından bakıldığında bu da yine insana Allah tarafından verilen bir his. Hatta bir şey vardır ya ihtiyaçlar hiyerarşisi... İşte hani insanın güvende olması, ait olması, ait olmadan sonra o benlik bütünlüğü var ya, işte o benlik bütünlüğünün arasındaki geçişlerden biri bence anne olmak. Çünkü yaş olarak bakıldığında bu yaşlarda şey vardır ya üretkenlik... Üretkenlik sadece hani meslek olarak değildir. Ben bir iş yapıyorum burada bir şeyler üretiyorum değil. Anne olmak da bir üretkenliktir. Anne olmak da dünyaya gelen bir insanı bu dünyaya

adapte etme sürecidir. O yüzden bence evlilik bir noktada, önemli bir ait olma dönemecidir. Hatta bence insanların hayatlarında erkek ya da bayan fark etmez en önemlisidir. Ondan sonra kişi benlik bütünlüğüne ulaşabilmek için anne ya da baba olmak ister. Yani dediğim gibi bugün aslında hem Allah'ın insana verdiği bir şey hem de içsel olarak gerçekleştirdiğin yolculuk. Kimi insan için üretmek tamamen iş hayatıdır. Kimi insan içinde üretmek dünyaya bir insan evladı getirip onu hayata hazırlamaktır. Bir kadın olarak bence zaten o üretkenlik hissiyatının başlangıcı ve fitilinin ateşlenmesi de zaten içindeki canlının hareket etmesi ile başlıyor.

3- Gebe olduğunuzu öğrenince sevindiniz mi? Etrafınızdakilerin (eş, aile arkadaşlar...) tepkisi nasıl oldu? Bu tepkiden memnun musunuz?

Hepsi hamdolsun olumluydu. Tabii ben ve eşim planlı olmasına rağmen insan ufak bir şaşkınlık yaşıyor. Tabii ki yani bir anda hamile olduğunuzu öğrendiğiniz andan itibaren insana direkt şu psikoloji yerleşiyor. Artık eş olmanın ötesinde anne, baba sıfatı... Bir anda bir bürünüyor. Aklında hayalinde canlanıyor. O yüzden tabii ki hafif bir şaşkınlık oluyor ama mutluluk ön planda oluyor. Eşimin verdiği tepkiler yine aynı şekilde. Ailem zaten üst noktada bir sevinç göstermişti bu noktada. Babam, annem, kız kardeşlerim, arkadaşlarım da aynı şekilde. İnsan mutlu oluyor zaten. Hatta tepki verilmezse mutsuz olursunuz. Şöyle bir şey var, en azından ben kendi ailem adına düşündüğümde, anne babama baktığımda, evlat sahibi olmanın ne kadar önemli bir şey olduğunu onların bu hayatta geçirdiği süreçlerden sonra bildiğim için. Yani onların bu verdiği tepkiler hani mesela bazı kültürlerde kişi hamile olduğunda babasına söyleyemez uzun süre saklar vesaire ama biz bu noktada babamın sevgi gösterisi olarak çok üst düzeydeydi kesinlikle ondan sonra hala bile babam annem çok sık arar. Hani iyi mi nasıl diye. İnsan bence kendini özel hissediyor. Çünkü seni tabii ki normalde de yine merak ediyorlardı Ama bu süreçte ekstra bir merak edilmek insanı özel hissettiriyor.

4- Bedeninizden beslenen bir varlığın olması size nasıl duygular hissettiriyor ve hayatınıza nasıl etkisi var?

Bu noktada hem olumlu hem de hafif bir kaygısal bir durum oluyor tabii ki. Yani olumludan kasıt hani biraz somut bakacağım burada olaya. Yediğin içtiğin bir

sudan bile işte bir çocuğun besleniyor olması, bir lokma bir şeyden de... Burada devreye biraz kaygı da giriyor. Çünkü yememem gereken şeyler var. Bazen işte paketli bir ürünü yerken, bu zaten benim bile yememem gereken bir şeyken daha dünyaya gelmemiş bir varlığa bunun geçmesi kordondan, ne kadar mantıklı ki. Normal zaman diliminde de paketli gıdayı az tüketmeye, dikkat etmeye çalışıyordum ama bu dönemde daha bir dikkat ediyorsunuz işte. Mesela kahveyi ben çok severim. Hamile kaldığımı öğrenince sırf bebeğim işte kafeinden etkilenmesin diye öğrendiğim anda hatta kahveyi kestim. Bir canlıdan mesul oluyorsunuz. Artık bir sorumluluğunuz var. Bence zaten annelik ana rahmine düştükten sonra başlayan bir sorumluluktur. Babalık da doğduktan sonra başlayan bir sorumluluktur. Ama anneler kesinlikle kişi daha öğrendiği andan itibaren başalar. Aldığın lokma, giydiğin kıyafet, bulunduğun sıcaklık hani tabiki bu paronayak bir şekilde değil. Hayatında bir sorumluluğumun olduğunu hissederek emin adımlarla. Sizin yediğiniz içtiğiniz her şeyden bedeninizden beslenen bir kişi var ve bu büyük bir mucize zaten insan hakikaten buna akıl sır erdiremiyor. Büyük bir şükür sebebi. Hayatıma aslında hep pozitif etkisi oldu. Çünkü anneliğe bir nevi hazırlanıyorsunuz. Bundan sonra ki sürece, doğum anından sonraki sürece... Resmen anne bir disiplin sahibi oluyor. Tam bir sorumluluk bilincinde oluyor. En umursamayan insan bile göz göre göre gidip alkol içmiyor ya da sigara kullanmıyor. En uç örnekleri verdim. Çünkü kadın bedeninin de bir canlı taşıdığının farkında.

5- Annelik kavramı sizin için ne ifade ediyor? Kendinizi nasıl bir anne olarak hayal ediyorsunuz? Mükemmel anne var mıdır?

Annelik kavramı benim için tek kelimeyle emanet. Aslında çocuk sana verilmiş, bahşedilmiş bir emanet. Hatta kendimi sürekli şöyle telkin ediyorum tabii ki Allah her anneye verdiği gibi sana da bir mucize bahşediyor ve sen bu insanı dünyaya hazırlamak zorundasın işte. İster baş tacı et, ister disiplinli olarak çok katı kurallar uygula ama hep kendimi şu andan itibaren bile durdurmaya çalıştığım bir şey var. Nasıl ki her insan bu dünyada gelip geçici ise bu bize verilen evlat da emanet. Hatta ayet-i kerime vardı. Evlatlar sizler için bir imtihan sebebidir diye. Bazen öyle anne babalar görüyorum ki hakikaten çok tehlikeli boyutlarda seviyorlar evlatlarını. Yani burada farkında olmadan peygamberden ya da Allah dan öteye

geçen bir sevgiye bürünebiliyor. Bunu mesela ben yaşamak istemem. Günümüzde daha 13,14 yaşından itibaren çocukların benlik algısının muazzam geliştiği bir dönemde çocuğu tamamen kendine bağımlı ya da benim ona bağımlı olduğum bir şey istemem O yüzden annelik benim için emanet tek kelimeyle emanet duygusunu unutmamak.

Mükemmel insan yok. Mükemmel yaratılış yok. Bedensel olarak fiziksel olarak hepimiz mükemmel yaratıldık ama yani insan düşüncesinden itibaren sınırlı bir algısı var. Görmemiz bile sınırlı, duymamız sınırlı. Bu soruya bakacaksak buradan bakmak gerekiyor ki annelikte mükemmellik diye bir şey yoktur. Yani mesela ben ilk aşama da çok fazla işte annelik ile alakalı kitaplar okudum vs. ama çevremdekilerden bunu çok duydum uygulama noktasına gelince %90 uygulayamadıklarını söylüyorlar. O yüzden mükemmel annelik diye bir şey yok.Hani eliniz de herkesin kendi doğruları var sadece. Ben mükemmelim diyen insan bile muhakkak eksikleri hataları vardır.

6- Gebelik sürecinin sağlıklı ilerlemesiyle ilgili olarak etrafınızdan uyarı veya öneri aldığınız oluyor mu? Bunlara karşı tepkiniz nasıl oluyor?

Benim ilk üç ay gebeliğim riskli olmasına rağmen çok dikkatli bir insan değildim. O yüzden özellikle eşim ve annem ve babamdan yana çok fazla uyarı aldım. Öneri olarak çok ağır kaldırma, çok ani hareket etme. Maalesef buna çok uzun bir süre dikkat edemedim. Tabii ki insanın yine hoşuna gidiyor. Kendinizi özel hissettiğiniz bir dönemde insanların sizi düşündüğünü aslında yansıtıyor. İlk zamanlarda daha fazlaydı eğilme şeklime, ayakkabı bağlama şeklime, yataktan kalkma şeklime, oturma şeklime kadar yani her şeyde bir tedirginliği vardı. Uyarılara maruz kaldığım için bu bazen beni bir tık bunaltıyor. Ben şöyle bir düşüncedeyim. Tabii ki ben karnımda hani bedenimde bu canlıyı taşıırken zaten elimden geleni yapıyorum ama yine mükemmel değiliz. Burada da yine mükemmeliyetçilik kavramı giriyor. Yani senin giydiğin bir elbiseden senin yediğin ufak bir şey, zararlı olarak gördüğümüz çikolatadan ya da paketli bir gıdadan çocuğun %100 bir zarar görmesi mümkün değil. Nasibimizde varsa dünyaya getireceğiz. Yani o yüzden bazen eşimin kaygısının bu noktada üst seviyede olduğunu düşünüyorum. Bu da beni hafif bir

bunaltıyor. Ben her zaman en mükemmel oturuşu, en mükemmel yemeği, en mükemmel içeceği bulamayacağım. O yüzden ben daha orta yollu olmayı tercih ediyorum. Ne aşırı titiz, ne aşırı umursamaz olmak... Biz tabiki bir insan olarak önce önlemimizi alıp sonra Allah’a tevekkülümüzü ediyoruz sonuçta.

7- Gebelik sürecinde bedeninizde meydana gelen değişiklikleri nasıl algılıyorsunuz?

İlk aşama da insanın aklına gelen biraz daha fiziksel oluyor. En azından benim öyle oldu. Aynı az önce sizin dediğiniz gibi hamile kaldığını öğrendiğiniz andan itibaren insan direkt böyle karnı burnunda hallerini bir hayal ediyor. Yani hatta mesela benim bedensel olarak yapım biraz farklı olduğu için yine tam bir net bir karın yok, sivri olarak... Biraz daha iç karnım geniş. Net böyle dışardan -böyle biraz bol giyindiğim de- hamile olduğum bile belli olmuyor. Benim şu an da yedinci ayım bitmesine bitmiş olacak yani bir hafta kaldı. Hani direkt ilk hamile kaldığınızda onu hayal ediyorsunuz işte elim belimde işte ay uy karnım çok büyüdü yürüyemiyorum ayaklarım şişti şu oldu bu oldu vesaire. Fiziksel olarak ben mesela süreç ilerledikçe bunu yaşamadım. Hatta bazen buna üzuldüm bile. İşte karnımın çıkmamasına üzuldüm. Çünkü şöyle bir şey var çevremdeki insanlarla benzer haftalarda ya da aylardayım. Çok net bir şekilde karnı varken benim hiç karnımın olmaması beni uzun bir süre mutsuz etti. Yani ben de niye diğer hamileler gibi karnım belirgin değil diye üzülüyordum süreçler oldu. Manevi olarak ise bence diyeceğim yine ilerledikçe yani işte çocuğun hareketlerini hissettikçe gelişen bir duygu oluyor. Çünkü dediğim gibi yine hamileyim diyorsunuz ama en azından 4. ay bitene kadar 20. hafta işte dört buçuk ay olana kadar sadece evet bedeninizde bir canlı var ultrasona girdiğinizde kalp atışını duyuyorsunuz. Hareketlerini görüyorsunuz çok güzel bir duygu hele de çeşitli sağlık taramalarından geçiyorsunuz diyeyim. Onların her birinin olumlu çıkmasında daha da bir şükür sebebi oluyor insanda. Her gün ya da her hafta yaşayacağınız manevi bir haz tamamen çocuk hareketlenmeye başladıktan sonra oluyor zaten benim de kendimi rahatlatma dönemim çocuğun hareketlerinden sonra başladı. Hani 4,5-5. aya kadar benim karnım yoktu. Çocuğu da hissetmiyordum kötü hissediyordum. Bir şey mi oluyor içimde, çocuğa olumsuz anlamda diye. Neredeyse o süreçte ben normalde ayda bir gitmem gereken doktora 2 haftada bir gittim sırf

kendimi rahatlatmak adına. Çocuğunuzun hareketli olduğunu, canlı olduğunu bir şeylerin yolunda gittiğini hissetmeye başlayınca orada da işin içine manevi yön giriyor. Sürekli bir şükür sebebi şeklinde devam ediyor.

8- Genel olarak gebelik dönemindeki ruh haliniz nedir? Gebelik döneminizin hayatın normal akışına uyum sağladığını düşünüyor musunuz? (Gebelik-Yaşam ilişkisi)

Ben ilk 6 ayımda çalışıyordum. O yüzden hayatımda yoğun bir tempo olduğu için çok fazla duygusal açıdan üst perdede şeyler yaşamadım. O dönemde sosyal hayatımı etkileyecek olumsuz hiçbir şey yaşamadım. Öğretmenlik son bulunca, biraz daha kendimle baş başa kaldığımda duygusallığın ön plana çıktığını fark ettim. Çocuğuma dair hayaller. Bunlar olumlu oluyor, olumsuz oluyor. Kimseyle paylaşmadığım için de sadece kafanızda kuruyorsunuz ve o öyle kalıyor ertesi gün devam ediyor. Resmen yaşamsal olarakta 7. aydan sonra özellikle yaz mevsimine denk gelmesi hamileliğin bir tık hayat kalitesini düşürdüğünü düşünüyorum. Sıcak özellikle çok etkiliyor Onun dışında mesela bel ağrısı vs. hem duygusal açıdan git geller yaşadığım hem de sıcaklığın etkilemesiyle belki de. Arada bir gerginleştiğim süreç yaşıyorum son tirmisterda bu biraz daha fazla oldu.

9- Bu süreç içerisinde psikolojinizde ve dini-manevi yaşamınızda neler değişti? Özellikle inanç ve ibadetlerinizde somut bir değişikliğin olduğunu düşünüyor musunuz?

Psikolojide de dini manevi yönde de şöyle bir değişiklik oluyor. Mesela şunu biliyorsunuz. Bir canlı ana rahmine düştüğü andan itibaren annenin yaşadıkları, yediği, içtiği ya da manevi olarak hayatına bakış açısı, yaptığı ibadetlerin bile çocuğun ahlakını değiştirdiğini, etkilediğini. O yüzden her zaman olabildiğince mutlu, huzurlu, sakin olmaya çalışıyorum. Psikolojik olarak olabildiğince sakin geçirmeye çalışıyorsunuz çünkü anne gergin olduğunda bebeğin gergin olduğunu, anne kaygılı olduğunda bebeğin de kaygılı olduğunu biliyorsunuz. Manevi olarak en sık yaptığım şeylerden biri Yusuf suresini dinletmek. Güzel ahlaklı olmasına sebep olur. Çocuk her tekme attığında elini karnına dokundurup salavat çekme mutlaka elimi karnıma koyup salavat çekme, doğum kolay olsun diye Meryem suresi okuma

ve dinleme, İnşikak suresinin ilk 3 ayeti ezberlemeye çalışıyorum şu anda. Yine doğum sürecine etkili olduğuna tavsiye olarktan. Bunun dışında mümkün mertebe hatim okumaya çalışıyorum. Başlattığım bir hatim var ve doğumuna kadar bitirmeye uğraşıyorum. Bunun onu manevi olarak etkilediğini düşünüyorum. Çünkü bu biraz da dinimizin verdiği şeydir. Gerek hadisler, gerek alimlerin söyledikleri öneriler üstünden gidiyorum. Normalde ben her gün veya her cuma Yusuf Suresi okumam. Şimdi okuyamasam da dinlemeye gayret ediyorum. Bir yolculuğa çıkıyorsa normalde şarkı dinliyorsak eşimle, şu anda işte çocuğun kulağı aşına olsun diye Kur'an-ı Kerim açıp dinlemeyi tercih ediyoruz ya da ilahi dinlemeyi tercih ediyoruz. Psikoloji kitaplarından 7. aydan sonra çocuğun dış sesleri işittiğini biliyoruz. Hamilelikte bir şarkı yerine ilahiye aşına olmasını tercih ediyoruz ya da bir Kuran'ı Kerim sesini dinletiyoruz. Namazıma bile ekstra dikkat ediyorum şu anda. Çünkü çocuğumu etkilediğini düşünüyorum. İnanç boyutunda etkilediğini düşünüyorum. Hatta bizim hep böyle hocalarımızdan dinlediğimiz bazı şeyler vardır. Büyük alimlerin anneleri çocuklarını karınlarında taşıdıkları süre boyunca mutlaka hep abdestli gezmişler tarzında. Böyle şeyleri okuyunca ve onları etkilediğini söyleyince biz de en azından hani kanıtlanmış olmasa bile anneyi manevi olarak rahatlatıyor. Evet bu benim inancım ve o evladımı karnımda taşıırken taşıdığım bir umut aynı zamanda. Hazreti Yusuf gibi ahlaklı olması için Yusuf Suresi'ni okurken bir anne olarak umut... Yani kim istemez ki öyle bir ahlaka sahip bir insan evladına sahip olmak. Bu aynı zamanda çok güzel bir umut aşılıyor

10- Gebelik dönemi içinde kendinizi mutsuz hissettiğiniz, çıkmazda gördüğünüz bir anda ne yaptınız/yaparsınız ve inanç bu konuda size nasıl destek oluyor?

Normal hayatta -annelik ya da gebeliği öğrenmeden önceki hayatınızda-biraz daha kişisel davranıyorsunuz. Bir şey olacaksa sana olacaktır en fazla ama gebeliği öğrendikten sonra hayatınıza daha doğmamış olsa bile bir canlı giriyor ve bu gelecek kaygısı oluşturuyor. Ben bu tarz kaygıları saçma bulan bir insanken bile şu anda bazen önüne geçemediğim hislerim oluyor. Bana bir şey olacak işte yolda evde vs. ve bundan çocuğumun etkileneceği tarzı düşüncelerim oluyor. Bunu atlatılabildiğim tek nokta ise dua. Çünkü insan şunu hissediyor. Karşısındaki insan eş,

anne, baba, kardeş, akraba ya da arkadaş ne olursa olsun anlattığınızda sadece dinleyebiliyor ama dua ettiğinizde Allah'a sanki karşılığını alıyor gibi oluyorsunuz. Şu anda o kaygılara büründüğümde yapabildiğim tek şey işte eğer o anda bir vakit namazı girmişse o anda hemen kalkıp abdest alıp namazı kılıp ardından dua ediyorum ve böyle istiyorum cümle cümle. Normalde hayırlısı olsun der kalkarız ama şu anda neredeyse her vakit namazından sonra net bir şekilde Allah'a kaygılarımı, korkularımı anlatıyorum. Evladımın sağlıklı doğmasını nasip et. Bu korkularımı içimden sil tarzında dua cümleleri ile dua ediyorum. Başka bir şey de insanı çok sakinleştirmiyor zaten. Mesela dün eşimle yağmurun altında kaldık. Orada bir anda bir şey olsa yakınınıza bir yere yıldırım düşse ne olurdu? O anda evet korkuyorsunuz. Bir an çok endişelendim. O anda inanç boyutu bile bir noktada arka planda kalıyor. Bir felaket senaryosu... Ondan sonra tabii inançlı bir insan olarak yine bir noktadan sonra devreye inancın giriyor ve Allah yaşatacaksa yaşatacak, yaşatmayacaksa yaşatmayacak. Ama gebe olarak bu duygular çok keskin, çok baskın. Bazen insanın manevi yönünün bile önüne geçiyor. Kendime kızıyorum. Kendimin farkına vardığımda pişmanlık oluyor. Bu sefer de şöyle bir kızgınlık oluyor. İnançlı bir insansın sen aslında yapman gereken şey tevekkül etmek diyorum. O inanç olmasa, tevekkül duygusu olmasa büyük bir ihtimalle geçmez diye düşünüyorum. O inanılmaz kaygı.

11- Allah'ı tanımlayan birçok isim ya da sıfat var. Onu tanımlayın desem şu an karşınızda olan muhatabınız için ilk aklınıza gelenler hangisidir? Onun hakkındaki tasavvurunuz nedir?

Şu anda zaten ön planda olan merhamet... Annelik ile birlikte gelen duygu. Hamilelikten önce azabının çetin olacağı, işlediğin günahlara karşı vs. bunlar ön planda olabiliyor ama annelik ile birlikte direkt Allah tasavvuru daha merhametli, daha rahmetli, daha bağışlayıcı. Kısacası anne aslında nasıl evladına yaklaşırken merhametli ise Allah da öyle. Öyle bir hadis-i şerif var; bir anne nasıl çocuğunu ateşe atmazsa Allah da aslında inanan kullarına karşı böyledir diye. Zaten direkt o geliyor aklıma. Nasıl ki bir anne evladını ateşe atmaya kıyamaz dayanamazsa Allah da inanan insanlara ne kadar günahkar olursa olsun ateşe atmaya dayanamaz, kıyamaz. O tasavvur annelikte daha çok baskın oluyor.

12- Gebe olduğunuzu fark ettikten sonra dualarınızda bir değişim oldu mu? Bebeğinizle ilgili ne tarz dua cümlelerine yer veriyorsunuz?

Tabii ki insan her yaşadığı süreçte bir eğitim hayatında, bir iş hayatında çeşitli dualar ediyor. Gebelik zaten başlı başına bence en başından beri insanı manevi olarak da yücelten bir şey. O yüzden hani dualarımızda mutlaka bir değişim oluyor. Az öncede dediğim gibi, yine kaygıların ön planda olduğu zaman dualarla başlıyorum. bebeğimin öncelikle sağlıklı ve sıhhatli dünyaya gelmesi için. Şu an en çok ettiğim dualardan biri. Onun dışında yine bebeğimi etkilediği için benim her zaman sakın kalabilmem adına dua ediyorum. Normalde böyle bir dua eder miyim hayatımda etmemişimdir. Bu zamana kadar hepimizin kaygılı, sinirli, korkulu, endişeli olduğu dönemler vardır . Özellikle ben de gebeliğin başlaması ile birlikte oldu çünkü direkt şu hissiyatta oluyorsunuz; beni etkileyen şey bebeği de etkiliyor. Ahlaklı bir şekilde yaşaması için. Bir emanet olarak emaneti en güzel şekilde koruyup kollayabilmek, eğitebilmek adına dua ediyoruz. Aslında en çok aciz hissettiğim noktalardan biri de bu. Her ne kadar ben onu dünyaya getiriyor olsam da dünyada çok fazla etkileyen şey olacak çocuğumu. Bu noktada benim engel olamayacağım pek çok şey olacak. Benim yetişemediğim noktalarda bebeğimin her türlü ahlaki olarak, eğitimsel olarak, sağlık olarak işte belki de yiyip içme olarak her zaman. Allah'tan bu noktada yardım istiyorum ama şu anda ön planda olan duam sağlıklı ve sıhhatle doğması tabikide.

13- Bebeğin beden gelişimi kadar karakter/ruh gelişimi de anne karnında başlar ifadesine katılıyor musunuz? Kendinizin manevi gelişimi kadar bebeğinin manevi gelişimi için yaptığınız uygulamalar var mı, varsa neler?

Evet katılıyorum. Hatta bununla alakalı bir kitap okumuştum. Kitabın adını şu an hatırlayamıyorum. Daha sonra söylerim size. Anne karnında böyle değişimlerle alakalı yarı psikoloji kitabı, orada annenin ana rahmine düştüğü an, biz normalde genelde kalp atışından itibaren alırız ama ana rahmine düştüğü andan itibaren etkilendiğini anlatan bir kitaptı.²⁰⁹ Mesela anne endişeleniyor diye ay işte çocuğum

²⁰⁹ Mark Wolynn, *It Didn't Start With You – How Inherited Family Trauma Shapes Who We Are and How to End The Cycle* (çev. Mine Madenoğlu), Sola yay., İstanbul, 2018

etkilenecek değil. hayır bir noktaya kadar bunun iyi olduğunu da söylüyordu mesela o kitapta. Bir annenin korku yaşaması ve bu korkuya karşı mücadelesi aslında bebeğin de yarın öbür gün bunu yaşadığında içten gelen bir hisle atlatabilmesini sağlıyormuş. Sürekli korku ya da tramva hali de bebeği etkiler tarzında. O yüzden olabildiğince manevi olarak da işte az önce bahsettiğim gibi yani bir Kur'an okumak veya onun adına dua etmek ya da namaz kılarken normalde çok hareketli olduğu halde namaz kılarken bir anda sanki böyle sabit bir şekilde ne yaptığımı anlamaya çalışıyor olması bunların hep en başından beri onun hissettiğini düşünüyorum. Kuran okumak mesela bir tane 9 ay 99 Esmâ diye bir kitap var. 9 ay 99 Esmâ her hafta Allah'ın isimlerinden iki ya da üç tanesini zikir şeklinde çekme. Her hafta değişip 28. 29. 30. hafta diye devam ediyor mesela onları çekmeye çalışıyorum.

14- Bebeğinizin isminin belirlenmesinde neler etkili oldu/olacak ?

Bebeğimin ismini eşim belirledi. Hatta evlenmeden önce ismi ortaya attı. Benim için de sorun olmayan bir isimdi. Şöyle bir şans olduğunu düşünüyorum oğlumuzun adında. Hem eşimin hem benim babamın isimlerini taşıyan bir isim olduğu için çok hoşuma gitmişti. İkimizin babalarının adı da ortak. Eşimin öne sunduğu isim önerisinde de geçince benim için hiçbir sıkıntı olmadı. Hem zaten diğer 2. ismi de var. İkinci isminin manası da çok güzel olduğundan dolayı. Tabii burada dini argümanlar ön planda oluyor çünkü şunu biliyoruz. İşte ahirette bu kişinin bu isimle çağrılacağına dair bir hadisi şerif var ya, bu bile zaten insanı ona göre bir isim belirlemesine yönlendiriyor. O yönlendirme bile yeter. Eşim de zaten sadece hani belki babasının isminin manası çok dini açıdan sakıncalı bir isim olsaydı büyük bir ihtimal kendisi de koymazdı. Adı Mustafa Fatih olacak inşallah. Fatih Sultan Mehmet'i andırıyor direkt. Onun dünyaya bakış açısını, o dönemde ki genç yaştaki kararlılığı, yaptığı üretkenlik... Bunlar ön plana çıkıyor.

15- Doğum anıyla ilgili duygu ve düşünceleriniz hangi yönde ağır basıyor? Doğum esnasında olabilecek herhangi bir komplikasyon sizi strese sokuyor mu? Bununla ilgili olarak dini manevi açıdan kendinizi nasıl motive ediyorsunuz?

İnsanlara çok garip gelse de ben doğumdan korkmuyorum. Normal doğumdan mesela. Bunu özellikle kendi annemin yaşadığı travmalar veya öğretmen arkadaşlarımla paylaştığımda çoğunun o ağrı çekilmeye değmez, çok kötü bir ağrı tarzında direk korku senaryoları şeklinde yaklaşıyorlar. Ama ben ısrarla tabii ki zahmetsiz rahmet olmayacağını düşünüyorum. O an belki de ben de vazgeçip farklı bir doğum şekline yönelebirim ama şu anda doğum deyince bir annenin fitraten tamamlandığı, dönemeci döndüğü en önemli yerlerden biri olarak görüyorum. O yüzden doğumu şu anda genellikle bir konsantrasyon hali olarak hayal ediyorum. Sancıların geldiği, ağrıların olduğu bir dönemde anne, bir annenin bunu karşılama şekli ve ardından bebeğini inşallah normal bir şekilde eline alması olarak hayal ediyorum genellikle. Ben burada olayı yine tevekkül düşüncesine bağlayacağım. Tabii ki normal doğum istiyorum ama o anda olabilecek bir komplikasyon karşısında çeşitli bir seçenek varsa neden olmasın. Bu noktada şu ana kadar korkum olmadı. Aksine çok rahat düşünüyor olabilirim. Şu anda doğum kolay olsun diye Meryem suresini dinliyorum ya da okuyorum. Orada hatta Hazreti Meryem'in bir hurma ağacına yaslanarak nasıl doğum yapacağını anlatan bir ayet bölümü var. Tek başına doğum yapıyor. Bire bir meal veremem ama sancıları başladığında Allah tarafından yanlış hatırlamıyorsam Cebrail vasıtasıyla vahiy geliyor. Kendisinin bulunduğu merkezden uzaklaşıp bir dağ başına gitmesi tavsiye ediliyor. Ondan sonra orada bir hurma ağacı var. Oraya yaslanıyor hatta o hurma ağacından bir hurma alıp yiyor diye biliyorum. O yüzden mesela günümüzde şuan doğum yaklaştığında hurma yenmesi tavsiye edilir. Kolay olması inancı vardır. Bu aslında Kur'an-ı Kerim'deki bir ayetten yola çıkıyor. Orada işte o hurmayı yedikten sonra kendisine bir güç kuvvet geldiğini biliyoruz. Aynı zamanda doğum büyük bir fiziksel enerjinin biriktiği enerjinin harcandığı da bir süreç hani bakıldığında orada bir kadının hurmanın kendisine enerji vermesini ve sonrasında doğumun kendiliğinden gerçekleşmesini anlatıyor. Bunun dışında yine bir de doğum esnasında inşikak suresinin ilk 3 ayeti diyorlar. Meryem suresindeki doğumu anlatan bir iki ayetlik bir bölüm var. Orası beni etkiliyor, etkiledi de. Orada güzel bir şey var. Allah'ın izniyle bir kadının tek başına bile fitraten olduğu için doğum yapabileceği ve doğumu gerçekleştirebileceğinden bahsediyor. Ben doğuma ne kadar az tıbbi müdahale olursa o kadar insanın fitratına özüne has olan bir şey gerçekleştirmiş olduğunu düşünüyorum şahsen.

16- Gebeliğiniz döneminde annenizin size hamile olduğu dönemi düşündüğünüz ya da çevrenizdeki canlıların yavrularına olan bakışını düşündüğünüz oldu mu? Neslin devamlılığını sağlamada bu rol size bir kadın olarak ne hissettiriyor?

Şöyle düşünüyorum; genellikle denir ya eş olmak eşittir sorumluluk. Aslında bence eş olmak sorumluluk değil yani eş olmak bir insanla hani eğer aynı bir bakış açınız varsa bir insanla yürümeye karar vermektir bir yolda. Ama anne olmak direkt eşittir sorumluluk. Mesela benim burada bir ilk gebeliğim oldu düşükle sonuçlandı. Normalde benim annemin de ne yazıkki bizden önce yaşadığı düşükler var. Onları hiçbir zaman anlayamazdım. Bir annenin evladını kaybetme duygusu, kalp atışını duymasınız bile, bir günlük olsa dahi, 40 günlük, 90 günlük; 9 günlük de 9 aylık da olsa bu hiç değişmiyormuş. Ama ben o zaman genellikle anneme, ya anne kalbi bile atmıyor, bir et parçası idi diye geçiştiriyordum ama ben aynı şeyi yaşadktan sonra bir annenin evladını kaybetme korkusuyla başlayan o sürecin kaybetme ile bitmesinin ne demek olduğunu anladım. Bir annenin elinden hiçbir şey gelmemesi... düşünceleri... Bunlar, kesinlikle hani gebelikle birlikte ortaya çıkan bir şey. Annemi biraz olumsuz bir deneyimlede olsa anladım ama tabii bunun dışında insan hakikaten bir gebelik atlattıktan sonra bile o düşükten sonra bile, bir yavruya, herhangi bir hayvanın, bir bitkinin yanında çıkan tomurcuk, bir hayvanın çocuğuna baktığımda bile dahi farkettim. Odak noktanız değişiyor yani. Farklı bir yöne kayıyor. Bu da sizin hayatınızın merkezindeki şeyleri de değiştiriyor. Eskiden daha farklı iken işte eşinizken, işinizken, hobinizken şu anda tamamen bebeğe odaklanma oluyor. Eşimin de odak noktası değişti aslında.

17- Gebelik döneminiz ve önceki dönemi karşılaştırdığınızda gebeliğin size ne kattığını düşünüyorsunuz?

Yine en başta söylediğim cümlelerden birini söyleyeceğim gebelik ve annelik duygusu bana öncelikle fitratımı tamamlama hissi verdi. Yani insan hakikatten şöyle düşünüyor, anne olana kadar benlik, ben duygusu ön planda iken anne olduktan sonra artık ben olgusu biraz daha kenara kayıp başka bir varlık için, kendi evladınız odak noktanız oluyor. Onun için düşünmeye başlıyorsunuz. Dediğim

gibi bu hobinize de yansıyor, ekonominize de yansıyor, sağlığınıza da yansıyor, yediğiniz itiğinize bile yansıyor. O yüzden bence en büyük hatta en olumlu etkilerinden biri benlik duygusunu biraz öldürüyor. Çünkü benmerkezci olan insan bile dünyaya kendi yavrusunu getirdikten sonra önce evladım demeye başlıyor. Bu aslında bize İslam'ın kazandırmaya çalıştığı en önemli özelliklerinden biri. Hatırlarsanız ayetlerde falan da çok fazla oluyor. Müslüman kardeş için bunu yaşayabilmek için bence zaten önce kendimizde yaşayabilmemiz lazım ve annelik babalık bunun en güzel basamağı. Bir de tabii ki bence hayata daha duygusal bakmanızı sağlıyor. Hem duygusal hem de daha disiplinli, planlı. Çünkü normalde çok daha sert bir insanım belki yumuşadım ama bu halde şu anda alıp başımızı gidelim derken, buraya gidelim gezelim diyebiliyorken ocuk olduğunda uyku saati, yemek saati hayatınızı ister istemez disipline sokuyor. Yani daha yaşamadım ama onun olabileceğini düşünüyorum.

Ek-3: Araştırmanın Çalışma Grubu ve Katılımcı Bilgileri

No	Yaş	Eğitim Durumu	Mesleği	Algılanan Sosyoekonomik Durum	Evlilik Süresi	Gebelik Sayısı	Gebelik Hafta Sayısı	Gebelik Durumu
K1	21	Lise	Ev hanımı	İyi	1 sene	Bir	10. Hafta	Planlı
K2	31	Üniversite	Muhasebe	İyi	2 sene	Üç	32. Hafta	Planlı
K3	34	Üniversite	Muhasebe	Orta	10sene	İki	37. Hafta	Planlı
K4	29	Üniversite	Memur	İyi	4 sene	Bir	38. Hafta	Planlı
K5	34	İlkokul	Ev hanımı	Orta	15 sene	Dört	20. Hafta	Plansız
K6	28	Lise	Öğretmen	Orta	5 sene	Dört	31. Hafta	Planlı
K7	29	Üniversite	Ev hanımı	Normal	4 sene	Üç	25. Hafta	Plansız
K8	27	Üniversite	Öğretmen	İyi	1 sene	Bir	9. Hafta	Planlı
K9	24	Lise	Ev hanımı	Orta	1 sene	Bir	39. Hafta	Planlı
K10	26	Üniversite	Öğretmen	İyi	1 sene	Bir	28. Hafta	Plansız
K11	28	İlkokul	Ev hanımı	İyi	1 sene	Bir	30. Hafta	Planlı
K12	31	Lise	Ev hanımı	İyi	12 sene	İki	25. Hafta	Planlı
K13	27	Üniversite	Öğretmen	Orta	3 sene	İki	30. Hafta	Planlı
K14	34	İlkokul	Ev hanımı	Normal	11 sene	Üç	17. Hafta	Planlı
K15	28	Üniversite	Öğretmen	İyi	3 sene	Bir	34. Hafta	Planlı
K16	25	Ortaokul	Ev hanımı	Orta	8 sene	İki	5. Hafta	Plansız
K17	39	Lise	Muhasebe	İyi	14 sene	İki	16. Hafta	Planlı
K18	25	İlkokul	Ev hanımı	Normal	8 sene	Beş	39. Hafta	Plansız
K19	36	Lise	Ev hanımı	Normal	20 sene	Dört	15. Hafta	Planlı
K20	42	İlkokul	Ev hanımı	Orta	20 sene	Beş	24. Hafta	Plansız