

ANNELERİN ÇALIŞMA DURUMLARI İLE DEPRESYON VE ANKSİYETE DÜZEYLERİ İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ – BİR ÖN ÇALIŞMA

INVESTIGATION OF RELATIONSHIP BETWEEN DEPRESSION, ANXIETY LEVELS AND WORKING STATUS OF MOTHERS - A PRELIMINARY STUDY

Melike Dönmez^a, Hazal Yavuzlar Cıvan^b, Esra Noyan Ahlatçioğlu^c,
Dilruba Dülgeroğlu^d, Esra Yazıcı^e, Nazan Aydın^f

ÖZ

Anne olmak kadınların üstlendiği rolleri ve bununla birlikte sorumluluklarını arttırmaktadır. Anneler, artan roller ve sorumluluklar nedeniyle zaman zaman zorlanmakta ve bu durumlar sebebi ile ruhsal bozukluklara neden olacak sıkıntılar yaşayabilmektedir. Çalışıyor olmak ya da olmamak bu durum üzerine etkisi olan başlıca faktörlerden birisidir. Annelik ve çalışma durumunun çocuklar üzerine olan etkileri literatürde oldukça sık yer almakta iken çalışma durumunun annenin ruhsal durumuna etkisi üzerine aynı oranda yayın bulunmamaktadır. Bu çalışmada annelerdeki depresyon ve anksiyete düzeyleri ile çalışma durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışma örneklemi 5 yaş altında çocuğu olan, 73 çalışmayan ve 70 çalışan anneden oluşmaktadır. Annelere çalışma durumlarına göre iki farklı sosyodemografik veri formundan biri, Edinburgh Doğum Sonrası Depresyon ölçeği (EDSDÖ), Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ), Pharis Özgüven Ölçeği (PÖÖ), Maternal Bağlanma Ölçeği (MBÖ) uygulanmıştır. EDSDÖ'ne göre depresyon kesme skoru ve çalışma durumu ile ilişkisinde istatistiksel olarak anlamlı değer bulunmamakla birlikte, çalışan annelerde depresyon sayısal olarak daha az bulunmuştur. BAÖ'ne göre, orta ve yüksek anksiyeteye sahip olanların çalışmayan anneler arasında daha fazla sayıda olduğu gözlenmiştir. PÖÖ ve MBO ölçeği skorları her iki grupta da benzer bulunmuştur. Bu bulguları etkileyecek farklı faktörler mevcut olmakla birlikte çalışıyor olmanın annelerin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiye sahip olduğu yapılabilecek yorumlardan biridir. Bu bulgularla, annelerin desteklerinin artırılarak çalışmalarının teşvik edilmesi önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Çalışan anne, anne ruh sağlığı, depresyon, anksiyete

ABSTRACT

The roles and responsibilities of women increase after they become mothers. Because of the increase in their roles and responsibilities, the mothers can experience difficulties from time to time, and these can lead to mental disorders. One of the factors that have effect on this is working status of mothers. While there are many researches about the impact of the mothers' working status on children, the number of studies about the relationship between maternal work and maternal mental health status is relatively small. The aim of this study is to investigate the relationship between the levels of depression, anxiety and working status of mothers. The study sample consisted of 73 non-working and 70 working mothers with children under 5 years of age. The Edinburgh Postnatal Depression Scale, Beck Anxiety Inventory, Pharis Self-Confidence Scale, and Maternal Attachment Inventory and two different sociodemographic data forms according to working status were used. Despite the lack of statistical significance in relation to depression cut-off score and working status according to EPDS, depression was found to be numerically less frequent in working mothers. According to the BAI, those with moderate to high anxiety were observed to be more frequent among non-working mothers. PMS and MAI scale scores were found to be similar in both groups. Although there are many different factors that may affect these findings it is possible to conclude that having a job has positive effects on mothers' mental health. Depending on these findings, it can be suggested that the support of mothers can be increased to encourage them to have a working life.

Keywords: Working mother, maternal mental health, depression, anxiety

^a Arş. Gör., Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, melike.donmez@marmara.edu.tr

^b Ast. Dr., Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, hazalyavuzlarcivan@bakirkoyruhsinir.gov.tr

^c Aile Hek., Göktürk Aile Sağlığı Merkezi, esra.noyan@saglik.gov.tr

^d Dr., Güngören Toplum Sağlığı Merkezi, dilruba.dulgeroglu@saglik.gov.tr

^e Doç. Dr., Sakarya Üniversitesi Psikiyatri Anabilim Dalı, eyazici@sakarya.edu.tr

^f Prof. Dr., Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, nazanaydin@bakirkoyruhsinir.gov.tr

1. GİRİŞ

Ekonomik nedenler ve yaşam standartlarını yükseltmek, toplumda statü elde etmek, sosyal ilişkiler kurmak gibi amaçlar kadınları ev dışında çalışmaya yönlentmektedir (Loutfi, 2001). Toplumların kültürel ve sosyoekonomik özelliklerine göre değişmekle birlikte, kadınlar ekonomik hayatın içerisinde giderek daha fazla yer almaktadırlar (Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK], 2017). Bu durum kadına avantajlar sağlamakla beraber; bir çocuk sahibi olma gibi sorumlulukların ve iş yükünün arttığı dönemlerde zorlanma nedeni de olabilmektedir. Aynı zamanda anne rolünü de üstlenmiş olan kadınların kendi hayatlarında, ailelerinin hayatlarında ve içinde buldukları toplumda çalışıyor ya da çalışmıyor olmalarına göre birçok farklılık oluşmaktadır (Poduval & Poduval, 2009). Çalışan kadına anne olduktan sonra çocuğun büyüülmesi ve bakımı ile alakalı yeni sorumluluklar ve yükümlülükler getirilmektedir. Acaba çalışan olmak, anne olmak gibi farklı roller arasında kalmak, çalışan anneyi çalışmayan anneye göre daha ağır bir yükün altına girdiği hissine ve zaman zaman çaresizlik, yalnızlık duygularına itmekte midir sorusu akla gelebilir. Kadınlar çalışma hayatında erkeklerle çoğunlukla aynı sorumlulukları üstlenmeler de çocuk bakımı söz konusu olduğunda sorumluluk, geleneksel roller ve kültürel yaklaşımların da etkisiyle anneye düşmektedir. (Nomaguchi, Milkie, & Bianchi, 2005). Hem işte hem de evde yeterli olmaya çalışan kadınlar anne olduklarında bu yeterlilik duygusu etkilenebilmekte ve kendilerini suçlama eğiliminde olabilmektedirler (Alstveit, Severinson, & Karlsen, 2011). Anneler kendi istekleri ya da bazen çevreden gelen talepler nedeniyle özellikle hamilelik sonrası ya da çocukları küçük yaşta iken çalışma hayatına bir süre ara vermeyi tercih edebilmektedir (Han, Ruhm, Waldfogel, & Washbrook, 2008). Bu tercih, annenin çocuğuna bakım için zaman ayırabilmesini ve annelik konusunda kendini daha yeterli hissetmesini sağlamakla beraber bazı olumsuzlukları da beraberinde getirmektedir (Ogbuanu, Glover, Probst, Liu, & Hussey, 2011). Ara verilen sürede anne iş ortamından ve sosyal çevresinden uzaklaşabilmekte bunun yanında çalışmadığı için ekonomik zorluklar da yaşayabilmektedir. Bu durum evde çocuk bakımının getirdiği sorumluluklar ve stresler nedeniyle yatkınlığı olan bireylerde depresyon ve anksiyete problemlerine neden olabilmektedir (Ogbuanu et al., 2011). Öte yandan yasal izinleri kullandıktan sonra çalışmaya başlaması gereken anneler bebekleri ile yeteri kadar vakit geçiremediklerine dair suçluluk duyguları, bir başka kişiden destek almanın ortaya çıkardığı kişiler arası sorunlar ve bebeklerine/küçük çocuklarına zaman ayırmak için gayret sarf ederken iş performanslarının düşebilmesi gibi olumsuz tecrübeler yaşayabilmekte, bununla ilişkili olarak da işyerinde gündeme gelen sorunlarla boğuşmak

zorunda kalabilmektedir (Alstveit et al., 2011; Shepherd-Banigan, Bell, Basu, Booth-LaForce, & Harris, 2016). Bebeğinden ayrılarak işyerine gitmek zorunda kalan annenin yaşadığı bu olumsuzluklar sebebi ile bebeği ile bağlanmasının da etkilenmesi mümkündür (Waldfogel, 2002). Ülkemizde yapılmış çalışmalar incelendiğinde bunların daha çok çalışan annelerin çocuklarının gelişimine odaklandığı, özellikle çalışan annelerin ruhsal durumlarına odaklanan bir çalışmanın mevcut olmadığı görülmüştür (Aktaş, 1994; Demiriz ve Dinçer, 2000; Özkan, 1994). Çalışan annelerin ruh sağlıklarının değerlendirilmesi, çalışıyor ya da çalışmıyor olması durumları arasındaki farklılıkların gösterilmesi ve ruhsal durumlarını etkileyebilecek çeşitli faktörlerin incelenmesi, annelere ihtiyaç duyabilecekleri konularda desteğin sağlanmasında yol gösterici olacaktır.

Bu çalışmada 5 yaşın altında çocuğu olan çalışan ve çalışmayan annelerde depresyon ve anksiyete düzeylerini ortaya koymak, çalışıyor olmanın ya da olmamanın bunlardaki payını ve bunları etkilemiş olabilecek sosyal, kültürel ve ekonomik faktörleri göstermek hedeflenmiştir. Annenin ruhsal sağlığı çocuklarını bebeklikten yetişkinliğe kadar her aşamada etkilemektedir. Çalışan annelerin ruhsal sorunlarının fark edilmesi, bu alanda atılacak adımların planlanmasında büyük önem teşkil etmektedir. Bu araştırmanın sorunsalı ‘Hem anne olup hem çalışmak bir kadın için zordur’ genel anlayışının yerini ‘Bir kadın anne olsa dahi çalışmaya devam edebilir ve bu onun ruh sağlığı üzerinde önemli bir etkiye sahiptir, çalışan annelerin desteklenmesi gerekir’ anlayışının alıp alamayacağıdır. Bu makalede çalışmanın ön verileri paylaşılacakla birlikte, araştırmanın ilerleyen basamaklarında örneklemin genişletilmesi, farklı meslek gruplarındaki farklı sonuçların ortaya koyulması, böylece daha geniş bir kitlenin kapsanması ve daha büyük bir farkındalık oluşturulması hedeflenmektedir.

2. YÖNTEM

Bu makale, çalışan ve çalışmayan annelerde depresyon ve anksiyete düzeylerinin belirlenmesine ait projenin ilk sonuçlarını içermektedir. Bu proje için Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi Etik Kurulu’ndan onay alınmış, tüm katılımcılara yazılı ve sözü bilgilendirme yapılarak onam alınmıştır.

Bu kesitsel çalışmaya İstanbul’da iki farklı aile sağlığı merkezine başvuran ve 5 yaşın altında çocuğu olan anneler dahil edilmiştir. Birbirinden ekonomik ve sosyokültürel olarak farklı iki bölgeden iki aile sağlığı merkezi seçilerek, örneklem grubunun çeşitliliğini artırmak amaçlanmıştır. Çalışmaya katılmayı kabul eden annelere çalışma durumlarına göre iki farklı sosyodemografik veri formundan biri,

Edinburgh Doğum Sonrası Depresyon ölçeği (EDSDÖ), Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ), Pharis Özgüven Ölçeği (PÖÖ), Maternal Bağlanma Ölçeği (MBÖ) uygulanmıştır. Sosyodemografik veri formunda çalışan ve çalışmayan annelerin çalışma durumları, yaşları, çocuklarının yaşları, medeni durumu, kiminle birlikte yaşadığı, eğitim durumu, kendilerinin ve eşlerinin aylık ortalama gelirleri, eşlerinin devamlı bir işte çalışıp çalışmadığı, eşlerin çalıştığı kurumlar, çocuk sayıları, başka çocuk isteyip istemedikleri, gebelik ve doğum takipleri, gebelikle ilgili sorun yaşayıp yaşamadıkları, gebeliklerinin istenen gebelik olup olmadığı, gebelikte ruh sağlığı başvuruları olup olmadığı, doğum şekilleri, bebeklerin doğum kiloları, çocuğunu emzirme süresi, emzirmeden kesme sebepleri, hamilelikte en çok kimden destek gördüğü, doğum sonrasında en çok kimden destek gördüğü, çocuğu için yıllık doktor kontrol sayısı, çocuk ani rahatsızlanınca kimin baktığı, kendi uyku süreleri, gece uykusu, kendine ayırdığı zaman, düzenli spor, çocuğa ayırdığı süre ve bu süre ile ilgili ne hissettiği sorulmuştur.

EDSDÖ, annenin bir önceki hafta boyunca kendisini nasıl hissettiğini, dört farklı seçenekten birini işaretleyerek bildirmesinin istendiği 10 soruluk bir ölçektir (Cox, Holden, & Sagovsky, 1987). Her bir maddeye 0-3 arasında skor verilir ve toplam skor hesaplanır. EDSDÖ, doğum sonrası depresyonun taranması ve değerlendirilmesinde en sık kullanılan ölçektir. Türkçe uyarlaması Engindeniz ve arkadaşları (1997) tarafından yapılmış ve kesme değeri 12 olarak bulunmuştur.

BAÖ kendini değerlendirme ölçeğidir. Bireylerin yaşadığı anksiyete belirtilerinin sıklığının belirlenmesi amacıyla kullanılır. Likert (dereceler toplamı) tipi ölçüm sağlar. Yirmi bir belirti kategorisinin her birinde 4 seçenek bulunur. Her bir madde 0 ile 3 arasında skor alır. Ölçekten alınan skorun yüksekliği, bireyin yaşadığı anksiyetenin şiddetini gösterir. Ülkemizde geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır (Hisli, 1989).

MBÖ maternal sevgiyle bağlanmayı ölçmek amacıyla, Mary E. Muller tarafından 1994 yılında geliştirilmiştir. 26 sorudan oluşan 1 ile 4 arasında skorlanan Likert tipi bir ölçektir. Yüksek skorlar kuvvetli bağlanmayı göstermektedir. Türkçe geçerlilik güvenilirliği yapılmıştır (Kavlak & Şirin, 2009).

PÖÖ, Çalışır (2003) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. 13 maddeli, beşli değerlendirmeli ölçüm aracı olan Pharis Özgüven Ölçeği bir ebeveynin günlük bebek bakımı hakkındaki kendine güven duygularını ölçer. Her bir bebek bakımı maddesi 1 (hiç) ile 5 (tamamen) arasında olacak şekilde derecelendirilmiştir. Yüksek toplam skor sonuçları, bebek bakımı konusunda yüksek özgüveni göstermektedir.

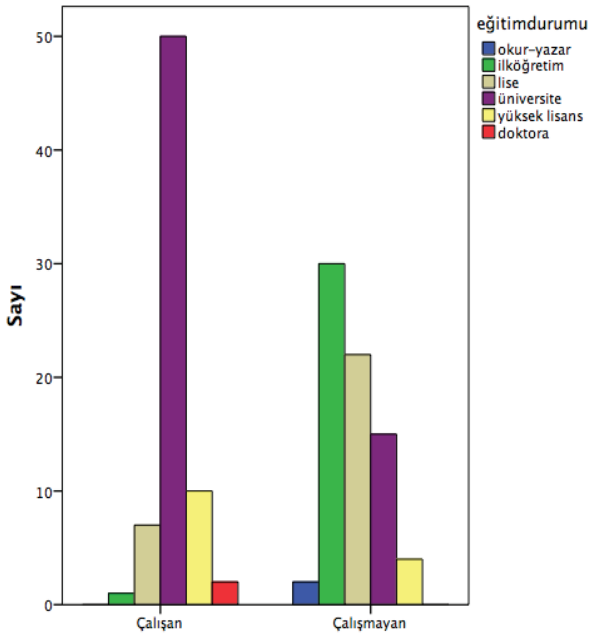
Çalışmanın verileri SPSS 22.00 programı ile analiz edilmiştir. Kategorik verilerin karşılaştırılmasında Ki kare, normal dağılan grupların karşılaştırılmasında Student T, normal ve homojen dağılmayanlarda ise Mann Whitney U testleri kullanılmıştır. Ayrıca lineer değişkenlerin birbiri ile ilişkisini değerlendirmek için korelasyon analizi yapılmıştır. Anlamlılık değeri olarak $p < 0.05$ kabul edilmiştir.

3. BULGULAR

Çalışmanın bu aşamasına kadar toplam 143 kişi dahil edilmiştir. Bunların 73'ü çalışmayan 70'i çalışan annelerdir. Çalışan ve çalışmayan grupta sosyodemografik özelliklere bakıldığında çalışan gurubun eğitim düzeyinin daha yüksek olduğu görülmektedir (Grafik 1). Çoğunluk evli ve çekirdek ailesi ile yaşayan katılımcılardan oluşmaktadır. Her iki grup arasında yaş, toplam çocuk sayısı ve çocuğuna ayırabildiği zaman (Tablo 1) karşılaştırmasında anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p < 0.05$). Emzirme süresi, gebeliğin istenmiş ya da planlanmış olması, gebelik dönemi ruh sağlığı başvuru oranları, ortalama uyku süresi miktarları arasında ise anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > 0.05$). Emzirmeden kesme sebeplerine bakıldığında her iki grupta da emzirme süresini yeterli görmek ilk sebebi, süt gelmemesi ise ikinci sebebi oluşturmaktadır.

Tablo 1: Çalışan ve Çalışmayan Annelerin Ortalama Yaş, Toplam Çocuk Sayısı, Toplam Emzirme Süreleri (ay), Ortalama Uyku Süreleri (saat) ve Çocuğuna Ayırabildiği Zaman Parametreleri ile Kıyaslanması

	Çalışma Durumu	Ortalama	Standart Sapma	P Değeri
Yaş	Çalışan	34,50	5,10	0,009*
	Çalışmayan	32,10	5,50	
Çocuk Sayısı	Çalışan	1,57	0,65	0,007*
	Çalışmayan	1,96	0,90	
Emzirme Süresi	Çalışan	13,30	8,41	0,655
	Çalışmayan	12,61	9,04	
Ortalama Uyku Süresi	Çalışan	5,84	1,41	0,168
	Çalışmayan	6,19	1,41	
Çocuğuna Ayırdığı Zaman	Çalışan	3,11	1,77	<0,001*
	Çalışmayan	4,68	2,08	

Grafik 1: Annelerin Çalışma Durumu ile Eğitim Düzeyleri Arasındaki Farklılık

Edinburgh Postnatal Depresyon Skalasına göre depresyon kesme skoru ve çalışma durumu ilişkisine bakılan Tablo 2'de istatistiksel olarak anlamlı değer bulunmamakla birlikte ($p>0.05$) sayısal düzeyde çalışan annelerde depresyon varlığı daha az saptanmıştır. Ön verilerin değerlendirildiği bu tablo çalışma tamamlandıktan sonra tekrar değerlendirilecektir.

Tablo 2: Çalışma Durumlarına Göre Kadınların EDSDÖ Varlığı

Çalışma Durumu		EDSDÖ <13	EDSDÖ >12	Toplam
Çalışan	N	63	7	70
	%	90,0	10,0	100,0
Çalışmayan	N	60	13	73
	%	82,2	17,8	100,0

$p=0,178$

Çalışan ve çalışmayan annelerin Pharis Özgüven Ölçeği, Beck Anksiyete Ölçeği ve Maternal Bağlanma Ölçeğinde aldıkları skorların ortalamalarının karşılaştırmalarında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamakla beraber örneklem büyüklüğü artırıldığında istatistikî fark çıkabileceği düşünülmektedir. Beck Anksiyete Ölçeği alt grup incelemesine bakılan Tablo 3'te çalışan annelerde hafif düzeyde anksiyetesi olanların oranı yüksek görülmekte iken orta ve ağır anksiyete düzeyinin çalışmayan annelerde daha yüksek oranda olduğu görülmektedir. Bu değerler istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p>0.05$).

Tablo 3: Çalışan ve Çalışmayan Annelerin Beck Anksiyete Ölçeği Alt Grupları Açısından Karşılaştırılması

Çalışma Durumu		Anksiyete Yok	Hafif Anksiyete	Orta Anksiyete	Ağır Anksiyete	Toplam
Çalışan	N	37	22	8	3	70
	%	52,9	31,4	11,4	4,3	100,0
Çalışmayan	N	44	13	11	5	73
	%	60,3	17,8	15,1	6,8	100,0

$p=0,280$

Tüm annelerde EDSDÖ skoru kesme noktası üstünde ($n=20$) ve altında ($n=123$) olanlara baktığımızda emzirme süresi ve emzirmeden kesmeye karar verme sebepleri arasında anlamlı farklılık görülmektedir ($p<0.05$). EDSDÖ'ye göre depresyon riski yüksek olan grupta emzirmeden kesme sebepleri arasında birinci sırayı süt gelmemesi oluştururken, depresyon riski düşük olan grupta emzirme süresini yeterli görmek birinci sırada yer almaktadır. Emzirme süresi ise depresyonda olma riski yüksek grupta ortalama 9,2 ay iken depresyon riski düşük olan grupta bu rakam ortalama 13,8 aydır. Yine tüm annelerde EDSDÖ'ye göre eğitim durumuna baktığımızda EDSDÖ kesme noktası altında olan yani depresyon açısından daha düşük riskte olan grupta eğitim seviyesinin diğer gruba göre daha yüksek olduğu gözlemlenmektedir. Bu grupta eğitim düzeyleri arasında birinci sırayı üniversite mezunları oluşturmakta iken ($n=60/123$) diğer grupta birinci sırada ilköğretim mezunları yer almaktadır ($n=10/20$). EDSDÖ kesme noktası üstünde olan grup ile altında olan grupta aylık kendi ellerine geçen ve eşlerinin kazandıkları paraya bakıldığında depresyon olan grubun daha üst gelir seviyesinde olduğu görülmektedir. ($p=0.02$ ve $p=0.05$).

Her iki grup arasında ruh sağlığı başvuruları arasında da anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0.001$). EDSDÖ kesme noktası üstünde yer alan grupta gebelikte ruh sağlığı başvurusunun sorulduğu soruya %50 'hayır, gereklilik duymadım'; %35 'hayır, ama ihtiyacım vardı'; %15 ise 'evet' cevabını vermiştir. Bu oranlar EDSDÖ kesme noktası altında yer alan grupta ise sırası ile %92,7, %4,1 ve %3,3' tür.

Çalışmayan annelerde EDSDÖ kesme noktası üstü (%17,8) ve altı (%82,7) grup karşılaştırmalarına bakıldığında aylık ellerine geçen para miktarları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p=0.021$). EDSDÖ kesme noktası üstünde yer alan grupta annenin aylık eline geçen para miktarlarına bakıldığında %61,5 ile en yüksek oranı 1500 TL ve altında yer alan grup oluşturmakta iken, kesme noktasının altında yer alan depresyon açısından düşük riskli grupta en yüksek oranı %33,3 ile 5000 TL ve üzerinde kazancı olan kesim oluşturmaktadır. Eşlerin aylık ortalama kazançları

arasında da istatistiksel anlamlılık benzer şekilde bulunmaktadır ($p=0.03$). Çalışmayan ve EDSDÖ kesme skoru üstünde yer alan annelerde gebeliklerinin istenmeyen bir gebelik olma oranı %30,77 iken, EDSDÖ kesme skoru altında yer alan grupta bu oran %6,67'dir ve istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p=0.029$).

Çalışan annelerde EDSDÖ kesme noktası üstü grupta (%10) ve altı grupta (n %90) hamilelikte kimden destek aldıkları konusunda anlamlı farklılık olduğu görülmüştür ($p=0.026$). Hiç kimseden destek alamayanların oranı kesme noktası üstünde yer alan çalışan anne grubunda %42,8 iken kesme noktası altında yer alan grupta %5,5'tir.

Korelasyon analizlerine bakıldığında tüm annelerde EDSDÖ ile son çocuğun yaşı arasında pozitif, zayıf, istatistiksel olarak anlamlı korelasyon mevcuttur ($r=0.229$, $p=0.020$). EDSDÖ ile kendine ayırdığı süre arasında pozitif, zayıf, istatistiksel olarak anlamlı korelasyon mevcuttur ($r=0.180$, $p=0.039$). Bağlanma ölçeği skorları ile gece uyku süresi arasında negatif, zayıf, istatistiksel olarak anlamlı korelasyon mevcuttur ($r= - 0.207$, $p=0.022$). Pharis Özgüven Ölçeği ile anne yaşı arasında pozitif, zayıf, istatistiksel olarak anlamlı korelasyon mevcuttur ($r=0.185$, $p=0.029$). Beck Anksiyete Ölçeği ile son çocuğun yaşı arasında pozitif, zayıf, istatistiksel olarak anlamlı korelasyon mevcuttur ($r=0.263$, $p=0.007$). Çalışmayan annelerde Pharis Özgüven Ölçeği skoru ile anne yaşı arasında pozitif, zayıf, istatistiksel olarak anlamlı korelasyon mevcuttur ($r=0.246$, $p=0.038$). Beck anksiyete ile son çocuğun yaşı arasında pozitif, zayıf-orta, istatistiksel olarak anlamlı korelasyon mevcuttur ($r=0.345$, $p=0.011$). Çalışan annelerde maternal bağlanma ölçeği skoru ile gece uyku süresi arasında negatif, zayıf, istatistiksel olarak anlamlı korelasyon mevcuttur ($r= - 0.265$, $p=0.046$). Maternal Bağlanma Ölçeği skoru ile emzirme süresi arasında negatif, zayıf, istatistiksel olarak anlamlı korelasyon mevcuttur ($r= - 0.288$, $p=0.023$). Pharis Bağlanma Ölçeği skoru ile anne yaşı arasında negatif, zayıf, istatistiksel olarak anlamlı korelasyon mevcuttur ($r= - 0.248$, $p=0.040$).

4. TARTIŞMA ve SONUÇ

Çalışıyor olmanın anne ruh sağlığındaki önemini vurgulamayı ve buna etki edebilecek faktörleri gözler önüne koymayı amaçlayan bu çalışmanın bu aşamaya kadar sunulan verilerinde, çalışmayan annelerde EDSDÖ skoru kesme noktası üstünde yer alan grubun sayısının daha fazla olduğu görülmektedir. Ayrıca anksiyete düzeyleri arasında da Beck Anksiyete ölçeğine göre derecelendirme yapıldığında, orta ve yüksek anksiyeteye sahip olanların çalışmayan anneler arasında daha yüksek sayıda olduğu ortaya çıkmıştır. Bunları etkilemiş olabilecek birçok farklı faktör söz konusu

olmakla birlikte çalışmanın anneler üzerinde pozitif etkisi olduğu yapılabilecek yorumlardan birisidir.

Tüm annelerde EDSDÖ skoru yüksek olan ve düşük olan grupta belirleyicilerin daha çok kendilerinin ve eşlerinin gelir ve eğitim düzeyleri olduğu gözlemlenmektedir. Refah düzeyi yüksek olan grupta yer almanın özellikle çalışmayan annelerde depresyon üzerine olumlu etkisi ortaya çıkmaktadır. Çalışan annelerde bu yorumu yapabilmek için örneklemin genişletilmesi gerekmektedir. Ayrıca çalışan annelerin meslek grupları, kariyer olanakları ve gelir düzeylerinin etkileri de incelenmelidir. Örneklem grubunun büyütülmesi planlanırken bunlar üzerinde durulmuş olup, beden gücü ile çalışan gruplar ile beyaz yakalı olarak tarif edilen masa başı işlerde çalışanların hem birbirleri ile hem de kendi içlerindeki alt gruplara göre kıyaslanması planlanmaktadır.

Çalışan ve çalışmayan annelerin çocuklarına ayırdıkları süreler arasında anlamlı farklılık görülmektedir. Burada dikkat edilmesi gereken husus; sorulmak istenenin çocukları ile birebir, sadece onlara vakit ayırarak geçirdikleri süre olduğudur. Çalışmayan anneler günlerinin büyük kısmını çocukları ile geçirdikleri için soruya bu doğrultuda yanıt vermişlerdir. Çocuklar ile birebir ilişki kurulan, onlara özel olarak ayrılmış zaman miktarının tekrar gözden geçirilmesi gerekmektedir. Bu konuda diğer çalışmalar göstermektedir ki birlikte geçirilen zamanın kalitesi en az geçirilen sürenin uzunluğu kadar önemlidir (Hsin & Felfe, 2014).

Ön veriler literatüre uygun olarak annelerde depresyon varlığının emzirme üzerine olumsuz etkisini göstermektedir. Ortalama emzirme süresi EDSDÖ skorları yüksek olan grupta anlamlı olarak kısalmıştır. Bu anlamda çalışmamız ve yapılacak yeni çalışmalarda annelerin depresyonuna yönelik önlemlerin alınması, bebeklerin anne sütü almalarına oldukça önemli bir katkı yapacaktır. Annenin çalışıp çalışmamasının emzirme süresi üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı çalışmamızın diğer sonuçlarından biridir. Yeni çalışmalarda çalışan annelerin emzirme şartları, izin süresi ve bunlar ile depresyon ya da anksiyete düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi aydınlatıcı olacaktır.

Ön verilere göre çalışan anne grubunda depresyon skorları yüksek ve düşük olanların önemli farklılıklarından biri kimden destek aldıklarıdır. Bu soruya verilen 'hiç kimse' yanıtı depresyon kesme noktası üstünde yer alan grupta oldukça yüksektir. Bu durum çalışan annelerin alabildiği sosyal desteklerin önemini gözler önüne sermektedir.

Annenin çalışıp çalışmama durumunun yanı sıra, çalışan annenin iş koşulları, nasıl bir ortamda çalıştığı, destek görüp görmediği ve iş arkadaşlarının tutumu büyük önem taşımaktadır. Yapılan bir çalışmada düşük gerilimli sayılabilecek işte çalışmanın postpartum depresyon oranını olumlu etkilediği

gösterilmiştir (Dagher et al., 2009). Bu amaçla çalışmanın örneklemini genişletmeye ve farklı meslek gruplarına yer vermeye özen göstermekteyiz. Çalışılan ortamın sağlıklı olması ve çalışma düzenindeki kişilerin anneleri önemsemesi, depresyon ve anksiyete düzeylerini azaltmakla birlikte iş ortamındaki verimliliği de arttıracaktır (Schwab-Reese, Ramirez, Ashida, & Peek-Asa, 2017). Özellikle doğumdan sonraki erken dönemde annelerin içine girebilecekleri anne olmak, eş olmak, çalışan olmak arasında gidip gelen rol karmaşası onları çoğu zaman bir seçim yapmaya zorlamakta ve doğrudan ya da dolaylı olarak ruh sağlıklarını olumsuz etkileyebilmektedir. Üretken olmanın, çalışıyor olmanın, sosyal hayattan izole olmamış olmanın olumlu etkilerini göz önünde bulundurarak doğum sonrası dönemde ve ileride çalışmanın desteklenmesi, anksiyete ve stres belirtilerini iyileştirebilir ve sonuçta annelerin çocuklarına, ailelerine, iş yerlerine fayda sağlayabilir.

Literatürde annenin çalışıyor ya da çalışmıyor oluşunun çocuğunun gelişimine ya da ruhsal durumuna etkisini gösteren çalışmalar yer almakla birlikte bu durumun annenin kendi ruhsal durumu üzerine olan etkisini gösteren çalışmalar oldukça sınırlıdır. ‘Annenin çalışması çocuğu nasıl etkilemektedir?’ sorusu gerek medyada gerek toplumda sıkça tartışılan bir sorudur. Fakat annelerin çalışıp çalışmalarının kendi depresyon ya da anksiyeteleri üzerindeki etkileri nispeten daha az akla gelmektedir. Annelerin çalışma durumlarının ruhsal durumlarına etkisini gösteren araştırmalar ile bu alandaki eksiklikler ve düzeltilmesi gereken noktalar fark edilecektir.

KAYNAKÇA

- Aktaş, Y. (1994). Çalışan anne ve çocuğu. *Yaşadıkça Eğitim*, 1994(36), 7-12.
- Alstveit, M., Severinsson, E., & Karlsen, B. (2011). Readjusting one's life in the tension inherent in work and motherhood. *Journal of Advanced Nursing*, 67(10), 2151-2160. doi: 10.1111/j.1365-2648.2011.05660.x
- Cox, J. L., Holden, J. M., & Sagovsky, R. (1987). Detection of postnatal depression. Development of the 10-item Edinburgh Postnatal Depression Scale. *The British Journal of Psychiatry*, 150(6), 782-786. Retrieved from <http://bjp.rcpsych.org/content/150/6/782>
- Çalışır, H. (2003). *İlk kez anne olan kadınların annelik rolü başarımlarını etkileyen etmenlerin incelenmesi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Dagher, R. K., McGovern, P. M., Alexander, B. H., Dowd, B. E., Ukestad, L. K., & McCaffrey, D. J. (2009). The psychosocial work environment and maternal postpartum depression. *International Journal of Behavioral Medicine*, 16(4), 339-346. doi: 10.1007/s12529-008-9014-4
- Demiriz, S. ve Dinçer, Ç. (2000). Okul öncesi dönem çocuklarının öz bakım becerilerinin annelerinin çalışıp çalışmama durumlarına göre incelenmesi-A study on the preschool children's self-help skills according to their mother's working status. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19, 58-65.
- Engindeniz, A.N., Küey L. ve Kültür S. (1997). *Edinburgh doğum sonrası depresyon ölçeği Türkçe formu geçerlilik ve güvenilirlik çalışması*. Bahar Sempozyumları 1, Ankara: Psikiyatri Derneği Yayınları.
- Han, W.-J., Ruhm, C. J., Waldfogel, J., & Washbrook, E. (2008). The timing of mothers' employment after childbirth. *Monthly Labor Review*, 131(6), 15-27.
- Hisli, N. (1989). Beck depresyon envanterinin üniversite öğrencileri için geçerliği, güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 3-13.
- Hsin, A., & Felfe, C. (2014). When does time matter? Maternal employment, children's time with parents, and child development. *Demography*, 51(5), 1867-1894. doi: 10.1007/s13524-014-0334-5
- Kavlak, O. & Şirin, A. (2009). The Turkish version of Maternal Attachment Inventory. *Journal of Human Sciences*, 6(1), 188-202.
- Loutfi, M. F. (Ed.) (2001). *Women, gender and work: What is equality and how do we get there?* Geneva: International Labour Office.
- Nomaguchi, K. M., Milkie, M. A., & Bianchi, S. M. (2005). Time strains and psychological well-being: Do dual-earner mothers and fathers differ? *Journal of Family Issues*, 26(6), 756-792. doi: 10.1177/0192513X05277524
- Ogbuanu, C., Glover, S., Probst, J., Liu, J., & Hussey, J. (2011). The effect of maternity leave length and time of return to work on breastfeeding. *Pediatrics*, 127(6), e1414-e1427. doi: 10.1542/peds.2010-0459
- Özkan, İ. (1994). Benlik saygısını etkileyen etkenler. *Düşünen Adam*, 7(3), 4-9.
- Poduval, J., & Poduval, M. (2009). Working mothers: How much working, how much mothers, and where is the womanhood? *Mens Sana Monographs*, 7(1), 63-79. doi: 10.4103/0973-1229.41799
- Schwab-Reese, L. M., Ramirez, M., Ashida, S., & Peek-Asa, C. (2017). Psychosocial employment characteristics and postpartum maternal mental health symptoms. *American Journal of Industrial Medicine*, 60(1), 109-120. doi: 10.1002/ajim.22666
- Shepherd-Banigan, M., Bell, J. F., Basu, A., Booth-LaForce, C., & Harris, J. R. (2016). Workplace stress and working from home influence depressive symptoms among employed women with young children. *International Journal of Behavioral Medicine*, 23(1), 102-111. doi: 10.1007/s12529-015-9482-2
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) (2017). İstatistiklerle kadın, 2016. 24643, 8-11. Erişim Adresi: www.tuik.gov.tr
- Waldfogel, J. (2002). Child care, women's employment, and child outcomes. *Journal of Population Economics*, 15(3), 527-548. doi: 10.1007/s001480100072