

Nesne İlişkileri Kuramı, Bağlanma Kuramı ve Transaksiyonel Analize Göre Emzirmenin Önemi

Importance of Breastfeeding According to Object Relations Theory, Attachment Theory and Transactional Analysis

İrem ÖZEL BİLİM¹¹ Dr., Eskişehir Osmangazi Üniversitesi

ARTICLE INFO	ÖZET
Makalenin Türü Geleneksel Derleme Anahtar Sözcükler: Bağlanma Kuramı, Emzirme, Nesne İlişkileri Kuramı, Transaksiyonel Analiz. Keywords: Attachment Theory, Breastfeeding, Object Relations Theory, Transactional Analysis Sorumlu Yazar İrem ÖZEL BİLİM Adres: Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Meşelik Kampüsü, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü E-mail: iremozelbilim@gmail.com	Bu derleme; emzirme sürecinde anne ile bebek arasında oluşması istenen ve beklenen güvenli bağ ile bebeğin anneye ve kendine atfettiği değer, bebeğin tüm hayatı boyunca kişilerarası ilişkilerinde etkili olduğuna vurgu yapmak amacıyla hazırlanmıştır. Bebek için olumlu geçen emzirme süreci sayesinde, bebek ve annesi arasında “İyi/Haz veren”, “Ben değerliyim-O güvenilir”, “Ben iyiyim-O iyi” şeklinde olumlu şemalar oluşur. Olumsuz geçen emzirme süreci sonunda ise “Kötü/Hayal kırıklığına uğratan”, “Ben değerliyim-O güvenilir değil”, “Ben iyi değilim-O iyi değil” şeklinde olumsuz şemalar oluşur. Bebeklik döneminde emzirme süreci ile birlikte oluşan bu olumlu veya olumsuz şemalar kişinin ileriki yaşamında hem kendine hem başkalarına hem de hayata bakışını belirler. Bebek geri kalan yaşamını şekillendiren emzirme süreci ve bu sürecin psikolojik etkileri, öncelikle bireyin dolayısıyla toplumun ruh sağlığı açısından önemlidir.
	ABSTRACT
	This review is intended to emphasize that in the process of breastfeeding, the expected and expected safe bond between the mother and the baby, the value that the baby attaches to the mother and to herself, that babies are effective in their interpersonal relationships throughout life. With the breastfeeding process that is positive for the baby, positive schemes such as “Good/Pleasurable”, “I am valuable-She is reliable”, “I am OK-She is OK” occur between the baby and the mother. At the end of the negative breastfeeding process, negative schemes such as “Bad/Disappointing”, “I am valuable-She is not reliable”, “I am not OK-She is not OK” occur. These positive or negative schemes, which occur with the breastfeeding process during infancy, determine the person’s view of him/herself, others and life in the future. The breastfeeding process that shapes the rest of the baby’s life and the psychological effects of this process are important primarily for the mental health of the individual and therefore the society.

1. GİRİŞ

Emzirme, anne ve bebek arasındaki ilişkinin oluşmasındaki ilk ve en önemli etkidir. Emzirme, dış dünyaya savunması olarak gelen bebeğin biyo-psiko-sosyal ihtiyaçlarını karşılamasının yanında, mikroorganizmalara karşı koruması, mortalite ve morbidite oranını azaltması ve ekonomik olarak aileye ek yük getirmemesi nedeniyle oldukça önemlidir (Akyüz, 2017).

Emzirme süreci bebek için olumlu bir süreçtir (Geçtan, 1998). Emzirme süreci, anne ile bebek arasında gelişen, yakınlık kurma isteği ile kendini gösteren, bebek için stresli bir durum olan acıkma anında belirginleşen, sürekliliği ve tutarlılığı olan, duygusal bir bağ olarak tanımlanmaktadır (Thompson, 2013). Emzirme, anne ile bebek arasındaki ilişkinin oluşumunda önemli bir yer tutar ve bu ilişki bebeğin diğer insanlarla etkileşiminde hayatının sonuna kadar önemli bir rol oynar (Williams, 2003). Klaus ve Kennell (1976)'e göre annenin bebeğini erken dönemde emzirmeye başlaması, bebeğine dokunması, sarılması, bebeğiyle göz temasında bulunması, konuşması, bebeğini sevmesi, okşaması, öpmesi annenin bebeğiyle olan etkileşiminde kullandığı güçlü bir iletişim şeklidir (Klaus ve Kennell, 1976).

Bebekler özellikle yaşamlarının ilk günlerinde, hayatta kalabilmek için temel ihtiyaçlarının karşılanmasıyla ilgilenmekte (Sandler vd., 2012) ve "ilk ve en önemli nesne" olarak anneyi tanımlamaktadırlar (Freud, 2015). Fairbairn (2001)'e göre anne, bebeğin ilk doğal nesnesidir (Fairbairn, 2001). Bebeğin yani öznenin ilk nesnesi annesinin memesi, kurduğu ilk ilişki ise annesinin memesiyle dolayısıyla annesi ile kurduğu ilişkidir (Klein, 2011). Donald W. Winnicott (1975; 2007; 2009) özne ve nesne arasında yaşam boyu devam eden dinamik bir ilişkinin varlığına inanmaktadır (Winnicott, 1975; Winnicott, 2007; Winnicott, 2009).

Klein (2011) tarafından oluşturulan Nesne İlişkileri Kuramı'na göre; bebek, içgüdüsel olarak kendisini bekleyen annesinden haberdar olarak dünyaya gelmekte ve bebeğin yaşamının ilk aylarında nesne dünyası oluşmaya başlamaktadır (Klein, 2011). Jacobson (2015)'a göre annenin çocuğun istek ve ihtiyaçlarını yerinde ve zamanında karşılaması çocuğun kişiliğinin olumlu gelişimi açısından oldukça önemlidir (Jacobson, 2015). Bebek, en başta beslenme ihtiyaçlarını giderdiği, açlık hissini yatıştırdığı ve memeyi emerken ağzının uyarılması ile ona duysal bir haz verdiği için anne memesini sever. Ancak bebek açsa ve arzuları tatmin edilmiyorsa, fiziksel olarak acı çekiyorsa durum aniden değişir. Nefret ve saldırganlık duyguları ortaya çıkar. Bebek, hissettiği duygulara göre, annesini yani nesnesini iyi/haz veren ya da kötü/hayal kırıklığına uğratan şekilde nitelendirir (Klein, 2012).

En temel insan motivasyonlarından biri olan nesne ile temas kurma gereksinimi (McWilliams, 2014), emzirme esnasında dokunmak ve göz teması kurmak, anne ile bebek arasında bağlanmanın gelişmesini ve bu sayede birbirlerinin, davranışsal ifadelerinin ve gereksinimlerinin farkına varmalarını sağlamaktadır (Akyüz, 2017). Bebeğin nesneyle kurduğu ilişki sayesinde gelecekte kişinin, kendisi ve başkaları ile ilgili fikir, tutum ve davranışları şekillenmektedir (Akyüz, 2017). Bebek, annesiyle etkileşimi sonucunda bir ilişki modeli oluşturmakta ve bu model de bebeğin sonraki nesnelerle kuracağı ilişkilerine temel şeklini vermektedir (Fairbairn, 2001). Nesne ilişkileri kuramına göre anne ve çocuk arasındaki etkileşim sırasında, iki temel zihinsel şema, birbirini destekleyici ve tamamlayıcı nitelikte gelişerek "Değerli Ben" ve "Güvenilir O" oluşur (Bowlby, 1973; Bowlby, 1982).

İnsan ilişkilerinde önemli yer tutan ve kişiler arasında güçlü duygusal bağlar kurma eğiliminin nedenlerini açıklayan, bir hayatta kalma ve adaptasyon kuramı olan Bağlanma Kuramı'na göre bağlanma; bireyin kişilerarası ilişkilerini etkilemenin yanında kişinin çevresiyle etkileşim halindeyken kullandığı uyum özelliklerinin oluşmasına katkı sağlar (Doğan, 2016; Kavlak ve Şirin, 2007; Kavlak ve Şirin, 2009). Mary Ainsworth (1978)'a göre ise bağlanma, hayatta kalmayı sağlayıcı faktör olarak bireylerde doğuştan var olmuş bir özelliktir (Ainsworth, 1978).

Bağlanma sürecini dönemlere göre incelediğimizde; doğumdan itibaren 3. aya kadar olan ve bağlanma öncesi dönem olarak adlandırılan dönemde bebek anneden aldığı uyaranlar ile hareketlenir (Bowlby, 1958). Etrafındaki kişilerle ilgilenir fakat kişileri ayırt etme yeteneği yoktur ya da yok denecek kadar azdır (Bowlby, 2005). Yetersiz koşullarda büyüyen bebeklerde bu evre daha uzun sürebilir (Arslan ve Teze, 2016; Hazan ve Shaver, 1998; Kavlak ve Şirin, 2009; Soysal vd., 2005). Bağlanmanın ilk belirtileri bağlanma öncesi dönemden 6. aya kadar uzanan ve ikinci dönem olarak adlandırılan süreçte ortaya çıkar. Bu süreçte bebek annesini diğer kişilerden ayırt etmeye ve algısını daha çok anneye yöneltmeye başlar. Bağlanma tam olarak 6.-24. aylar arasında gözlenir (Bowlby, 2005). Bu dönem güçlü bağların oluştuğu dönemdir. Bebek artık annesini temel bağlanma figürü olarak seçmiştir ve bağlanma objesine yaklaşmak için ona doğru hareketlenmeye başlar. Her zaman annesini aramak, bulmak ve onunla vakit geçirmek ister. Anneden ayrıldığında ise ağlama gibi huzursuzluk sinyalleri verir ve annenin dönmesiyle beraber ağlama kesilir. Bağlanmanın ikinci evresi boyunca bebeğin diğer insanlara karşı sergilediği davranış biçiminde farklılıklar görülmeye başlar. Bu tepkiler; uzaklaşan anneyi takibe alma,

geri geldiği zaman yanına gitme, çevreyi keşif yapmak için anneyi merkez kabul etmedir. Bu aylardan sonra bebeğin anneye olan bağılılığı kuvvetlenmeye devam eder (Arslan ve Teze, 2016; Hazan ve Shaver, 1998; Kavlak ve Şirin, 2009; Sosyal vd., 2005). Bebek dokuz aylık olduktan sonra bir yabancıyla karşılaştığında ya da herhangi bir tehlike sezdiğinde anneye yapışma belirgin duruma gelir. Bebek on sekiz aylığa geldiğinde ise güvende olmadığı durumlarda bir yabancıya karşı nasıl tepki vereceğini daha iyi algılar, annesine doğru koşar ya da odayı terk eder. Bebeklerin bu durumlarla başa çıkması güvenli bağlanmasıyla ilişkilidir (Arslan ve Teze, 2016; Hazan ve Shaver, 1998; Kavlak ve Şirin, 2009).

Bowlby (1958)'nin Etholojik/Duygusal Bağlanma Kuramı'na göre anne ve bebek arasında güvenli ya da güvensiz (kaçınmalı/çelişkili) bağlanma örüntüleri mevcuttur. *Güvenli Bağlanma* yaşayan bebekler, annesi yanında olmadığına hoşnutsuzluk yaşasalar da yaşamasalar da annesi yanına geri döndüğünde hemen etkileşim kurmaya çalışırlar (Bowlby, 1958). *Güvensiz-Kaçınmalı Bağlanma* yaşayan bebekler, annesi yanından olmadığına çoğunlukla rahatsızlık duymaz. Rahatsızlık duysa bile başkaları tarafından rahatlıkla sakinleştirilebilirler. Annesi tekrar yanına geldiğinde annelerini görmezden gelirler. *Güvensiz-Çelişkili Bağlanma* yaşayan bebekler, anne tekrar yanına geldiğinde anneye etkileşime girme konusunda direnç gösterirler. Hem kucağa alınmak isterler hem de anne kucağına alınca yere inmek isterler (Bowlby, 1958). Son yıllarda, *Dağınık/Yönü Belirsiz Bağlanma* adı verilen bir bağlanma çeşidinden de bahsedilmektedir. Bu örüntü kaygıyı kontrol etmek için tutarlı bir davranış stili yokluğu ile belirginlik gösterir ve kaçınmacı/kararsız davranışların harmanlanması ile meydana çıkar. Araştırmacılar bu örüntüyü, bebeklik döneminde anne ya da bakım veren kişinin bunalıma girdiği, çöküntü yaşadığı ya da çocuğu istismar edici davranışta bulunduğu durumlarda ortaya çıktığı fikrine dayanak oluşturmuşlardır (Hazan ve Shaver, 1998; Kavlak ve Şirin, 2009).

Emzirme sırasında bebek; kendisini, annesini ve emzirilme olayının yarattığı duyguları olumlu, acıktığında anneye ulaşamamasını ise olumsuz olarak algılar. Engellenen bebek, kendisini ve annesini olumsuz algılayarak, öfke ve korku yaşar. Bu olumsuz yaşantılar, kendilik imajını (ben), obje imajını (anne) ve bu ikisi arasında oluşan duyguları içeren ilişkilerin zıt yönleri olarak içselleştirilir (Geçtan, 1998).

Eric Berne (1964)'e göre, bebekler doğdukları andan itibaren anneleri başta olmak üzere çevrelerindeki kişilerden birçok mesaj almaya başlarlar. Aldıkları bu sözel ve sözel olmayan mesajlara göre bazı değerlendirmeler yaparlar. Yapılan bu değerlendirmeler ile birlikte bebeklerin kendisini ve çevresini "iyi" ya da "kötü" olarak algılamasına dayalı olarak bir pozisyonu benimsemesi sonucunda yaşam pozisyonlarının ortaya çıktığından bahsedilmektedir. Transaksiyonel analize göre "*Ben iyiyim-Sen iyisin*", "*Ben iyiyim-Sen iyi değilsin*", "*Ben iyi değilim-Sen iyisin*", "*Ben iyi değilim-Sen iyi değilsin*" şeklinde 4 temel yaşam pozisyonu vardır. (Berne, 1964).

- "*Ben iyiyim-Sen iyisin*" olumlu ve insanı mutlu kılıcı bir yaşam pozisyonudur. Bu yaşam durumundaki kişiler, kişilerarası ilişkilerinde, sözlerinde ve davranışlarında doğruluktan ayrılmayan, hissiyatlı kişilerdir ve kendisi ve çevresiyle ilgili problemleri olumlu bir biçimde çözümlenebilirler. Bu yaşam pozisyonunu tercih eden kişiler kendine güvenen, objektif ve insancıldır (Berne, 1964).
- "*Ben iyiyim-Sen iyi değilsin*" yaşam pozisyonundaki kişiler, kendilerini kandırılmış ve haksızlığa uğramış hissederler. Yaşadıkları olaylardan başkalarını sorumlu tutarlar, başkalarını eleştirirler, problemlerini onlara yansıtır ve onları suçlarlar. Bu nedenle bu yaşam pozisyonu dışı yansıtıcı bir yaşam pozisyonudur. Bu yaşam pozisyonunu tercih eden kişiler eleştirici ve öğüt verici bir karakter gösterirler (Berne, 1964).
- "*Ben iyi değilim-Sen iyisin*" yaşam pozisyonundaki kişiler ise kendilerini başkalarıyla kıyaslar ve kendilerini güçsüz hissederler. Kendileri hakkında olumsuz düşünen depresif kişilerdir. Bu yaşam pozisyonundaki bireyler pasif, suçluluk duyan, kaçan bir karakter gösterirler (Berne, 1964).
- "*Ben iyi değilim-Sen iyi değilsin*" olumsuz bir yaşam pozisyonudur. Bu yaşam durumundaki kişiler, yaşama sevincini kaybetmiş, içe kapanık kişilerdir. Bu kişiler hayatın hiçbir anlamının olmadığı duygusuna kapılırlar. Bu yaşam pozisyonunu benimseyen kişilerde isyankarlık, umursamazlık, aşırı alkol tüketme gibi karakter özellikleri görülür (Berne, 1964).

Berne (1972), tüm çocukların yaşamın ilk yıllarında "*Ben İyiyim-Sen İyisin*" pozisyonunda olduklarını belirtmektedir (Berne, 1972). Harris (1969) ise, çocukların yaşamın daha başlarındaki yaşantıları sonucunda örselenerek "*Ben İyi Değilim-Sen İyisin*" pozisyonuna geçtiklerini, özellikle de ağır istismara uğramış çocukların bir anlamda kendilerini de korumak için "*Ben İyiyim-Sen İyi Değilsin*" pozisyonunu benimsediklerini ifade etmiştir. Ayrıca, son grupta yer alan "*Ben İyi Değilim-Sen İyi Değilsin*" pozisyonunun kişideki bir umutsuzluk sonucu ortaya çıktığını vurgulamıştır. Önceleri çevresinden aldığı

mesajlarla kendisinin “iyi olmadığını” düşünen çocuk, maruz kaldığı ihmal, cezalandırma ve örselenmeler sonucunda diğerlerinin de “iyi olmadığını” düşünmeye başlamaktadır (Harris, 1969).

Yapılan çalışmalarda anne ile bebek ilişkisi arasında tensel bağın oldukça önemli olduğu, doğumdan kısa bir süre sonra annenin bebeğini ten tene kucaklamasıyla bağlanma arasında pozitif yönde ilişki olabileceği, bu sebeple doğumu izleyen ilk bir saatlik dönemde bebeğin uyarılara açık durumda olduğundan anne ile temasın oldukça önemli olduğu ileri sürülmüştür (Soysal vd., 1999; Soysal vd., 2000; Stifter vd., 1993).

Bebeğin beslenme yaşantısının insan hayatının en önemli dönemlerinden biri olduğu ve bu süreçte yaşananların niteliği, çocuk açısından iyi/olumlu ve kötü/olumsuz olarak kodlandığı bildirilmiştir. Acıkan bebeğin annesi tarafından doyurulmasıyla ortaya çıkan olumlu deneyimler; anneyle ilgili olumlu nesne temsili, kendisiyle ilgili bakım ve ilgiyi hak eden olumlu kendilik temsili ile, acıkan bebeğin annesi tarafından doyurulmamasıyla ortaya çıkan olumsuz deneyimler ise; anneyle yönelik olumsuz nesne temsili, kendisiyle ilgili talepkar ve engellenmiş olumsuz kendilik temsili ile sonuçlanacaktır (Gabbard, 2014).

Doğumdan hemen sonra çeşitli nedenlerden dolayı annelerinden ayrılarak özel bakıma alınan bebeklerde; gelişimin yavaşladığı ya da durduğu, bu bebeklerin beslenmeye direnç gösterdikleri, sosyal izolasyon yaşadıkları ve yüz ifadelerinin sürekli üzüntülü olduğu belirtilmiştir (Goodfriend, 1993; Soysal vd., 2005). Herhangi bir sebeple bağlanma objesinden ayrılma durumunda, bebeğin kalp ritminin arttığı ve nörobiyolojik sistemlerin işleyişinde farklılaşmalar olduğu ileri sürülmüştür (Boccia vd. 1994; Soysal vd., 2000).

Güvenli bağlanma geliştiremeyen çocukların; sosyal izole, kavgacı, düzen bozucu, arkadaşlarına ve öğretmenlerine karşı saldırgan, agresif ve sorumsuz davranışlar sergilediği görülmekle birlikte, güvenli olmayan bağlanma çocuklarda duygusal, zihinsel ve dil gelişimi açısından risk yaratabilmekte ve tüm bunlar bireyin mental gelişimine etki etmektedir (Kavlak ve Şirin, 2009; Soysal vd., 2005).

Yapılan çalışmalarda; ikili ilişkilerinde aşırı uçlarda olan, kıskançlık ve tutkuyu aşırı yaşayan, obsesif düşüncelerle dolu, manevi analoji ve birleşme isteyen ilişkilerde yer alan kişilerin kararsız bağlanma örüntüsüne sahip oldukları (Carver ve Scheier, 2014), annelerinden öğrendikleri tutarsız ilişki kurma tarzını kendi özel ilişkilerinde de kullandıkları, sorunlarını abartarak ilgi çekmeye çalıştıkları belirtilmektedir (Brown ve Wright, 2003). Bu durumlara bağlı olarak, kararsız bağlanma örüntüsüne sahip olan kişilerde anksiyete, depresyon, bilişsel bozukluklar ve sosyal açıdan kabul görme gereksiniminin ve borderline kişilik bozukluğunun diğer gruplara göre daha fazla görüldüğü (Brown ve Wright, 2003), kaçınan bağlanma tarzına sahip kişilerin ise, sosyal ortamdan kaçmak için iş ortamını araç olarak kullandıkları (Carver ve Scheier, 2014), çocukken kullandıkları savunma mekanizmalarından reddetme ve kaçma yöntemlerini büyüdüklerinde de kullandıkları, sorunlarını görmezden gelmeye meyilli oldukları ve bu kişilerde davranış bozukluğu, madde kullanım bozukluğu ve bunlara bağlı olarak, anti sosyal kişilik bozukluğunun daha sık görüldüğü ortaya çıkmıştır (McWilliams, 2014). Yapılan bir çalışmada kronik ağrı duyan bireylerden güvenli bağlanan bireylerin, güvensiz bağlananlara oranla, daha az hassas oldukları görülmüştür. Aynı zamanda sağlık çalışanlarıyla daha çok iş birliği yaparak tedavi girişimlerine karşı daha uyumlu davrandıklarından bahsedilmiştir. Güvensiz bağlanan çocuklar olayların üstesinden gelmede yetersiz kaldıkları için, güvenli bağlanan çocuklara göre daha çok psikosomatik şikayetler sergilemişlerdir. Hastalıkla ilgili daha fazla belirti ve anksiyete düzeylerinde de artış olmuştur (Kavlak ve Şirin, 2009).

Anne ve bebek arasındaki bağların güçlenerek gelişmesi, şiddet, istismar ve ihmalin önlenmesini sağlar. Ebeveynler ile bebek arasında karşılıklı sevgi bağlarının oluşumu ve gelişimi için ebeveyn ve bebek arasında uyum ve bir bağ olması gerekir. Aralarındaki bu bağ sağlam altyapılarla kurulduğu takdirde kişi zor durumda kalsa bile kendini güçlü hisseder ve güvenli bağın sayesinde tüm zorluklarla daha kolay baş eder (Aydemir Karakulak ve Alparslan, 2016; Goulet vd., 1998; Kavlak ve Şirin, 2009). Anne ve çocuk arasında güvenli bağlanma ilişkisi kurulduğunda çocuğun psikolojik gelişiminin sağlıklı olduğu belirtilmiştir (Talipoğlu, 2012). Kişinin yetişkin olduğunda başkalarıyla anlamlı ilişkiler kurma becerileri, erken dönemde önemli nesnelerle kurulan ilişkilerin niteliğinden etkilenmektedir (Burger, 2018).

Bu derleme; emzirme sürecinde anne ile bebek arasında oluşması istenen ve beklenen güvenli bağ ile bebeğin kendine ve anneyle isnat ettiği değer, bebeğin yaşamı süresince kişiler ile olan ilişkilerinde etkili olduğuna vurgu yapmak amacıyla hazırlanmıştır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bebek-anne ilişkisi emzirme ile başlar ve bebeğin bundan sonraki yaşamı için en belirleyici unsurdur. Emzirme ile anne sütünün fizyolojik etkilerinden faydalanılmasının yanında bebeğin geri kalan yaşamını şekillendiren psikolojik etkilerinden de yararlanır. Sağlıklı çocuğun birey-aile-toplum ilişkisini olumlu etkilediği düşünüldüğünde emzirme sadece çocuk ya da aile sağlığı açısından değil, toplumun geleceği açısından da önemlidir. Bebeğin önce kendisine ve annesine, sonra diğer insanlara attığı değer, bebeğin dış dünya ile ilişki kurmasında ve psikolojik gelişiminin sağlıklı bir şekilde sürdürülmesinde temel süreçlerden biri olarak kabul edilir. Anne ve bebek arasında olması istenen sağlıklı ilişkinin kurulamaması, bebeğin büyüme ve gelişme sürecinde fiziksel, bilişsel, psikolojik, sosyal ve dil gelişimi açısından istenmeyen durumların yaşanmasına sebep olabilir.

Bebeğin, annesi yanından ayrıldığında huzursuzluk yaşayıp yaşamadığı, annesi yanına döndüğünde sakinleşip sakinleşmediği, sakinleşmenin annesi tarafından mı yoksa başkaları tarafından mı sağlandığı, çocukluk döneminde saldırgan, kavgacı ve sorumsuz davranışlar gösterip göstermediği, yetişkinlik dönemine geldiğinde bireyin duygularını aşırı derecede uç noktalarda yaşayıp yaşamadığı, obsesif düşüncelerinin ve kompulsif davranışlarının olup olmadığı, anksiyete, depresyon ve kişilik bozukluğu gibi psikiyatrik rahatsızlıkların ortaya çıkıp çıkmadığı, sosyal olarak kendilerini izole edip etmediği, sigara, alkol ve uyuşturucu madde kullanım bozukluğunun olup olmadığı, yaşadığı problemleri çözerken olumlu bir bakış açısına mı sahip olduğu yoksa yaşanan olumsuzluklardan başkalarını mı sorumlu tuttuğu, kendisini sürekli başkalarıyla kıyaslayıp kıyaslamadığı, isyankar, umursamaz olup olmadığı gibi durumlar bebeğin annesiyle geçirdiği emzirme süreci ile doğrudan ilişkili olabilir.

Hem anne hem bebek açısından olumlu geçen emzirme süreci sonucunda oluşan karşılıklı sevgi bağlarının şiddet, istismar ve ihmal sorunlarını azaltacağı ve bireyin sorunlarla baş etme mekanizmasını güçlendireceği ifade edilebilir.

Bebek ile anne arasındaki ilişkinin ve bebeğin annenin davranışlarına göre anneye attığı değerlerin kişinin hayatı boyunca kişilerarası ilişkilerindeki davranışlarını değişmez bir biçimde etkilediği düşünülmektedir. Konunun önemi göz önünde bulundurulduğunda bireysel, ailesel ve toplumsal düzeyde müdahalede bulunmak için yetkili kuruluşlar tarafından önlemler alınmalıdır.

Alınacak önlemler kapsamında konu ile ilgili uzman kişiler tarafından belirli aralıklarla gerekli bilgilendirmeler yapılması, konuya yükseköğrenim kurumlarının sağlıkla ilgili bölümlerinin müfredatında önemi doğrultusunda yer verilmesi, emzirmenin kolaylaştırılabilmesi için bebek ile annenin maddi kaygı yaşamadan daha fazla vakit geçirebilmesine olanak sağlayıcı yasal düzenlemeler yapılması önerilir.

KAYNAKLAR

- Akyüz, Y. (2017). *Doğum yapan kadınların maternal bağlanma ve emzirme öz-yeterliliği ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Okan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Ainsworth, M. (1978). The Bowlby-Ainsworth attachment theory. *J Behav Brain Sci*, 1(3): 436-8. doi:10.1017/S0140525X00075828
- Arslan, E & Teze, S. (2016). *Bağlanma kuramı*. N. Sargın, S. Avşaroğlu & A. Ünal (Ed.), *Eğitim ve psikolojiden yansımalar* kitabı içinde (s. 71-90), Konya: Çizgi Kitabevi. ss.78-79.
- Aydemir Karakulak, H ve Alparslan, Ö. (2016). Anne-bebek bağlanma ölçeğinin Türk toplumuna uyarlanması: Aydın örneği. *J Contemp Med*, 6: 188-99.
- Berne, E. (1964). *Games people play: the psychology of human relationships*. UK: Penguin Life.: ss.23-47
- Berne, E. (1972). *What do you say after you say hello?* London: Random House.:s.95
- Boccia, ML, Laudenslager, ML & Reite, ML. (1994). Intrinsic and extrinsic factors affect infant responses to maternal separation. *Psychiatry*, 57:43-50.
- Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *International Int J Psychoanal*, 39: 350-73.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss, volume II, separation anxiety and anger*. United States of America: A Member of the Perseus Books Group.s. 393.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: retrospect and prospect. *Am J Orthopsychiatry*, 52: 664-78.

- Bowlby, J. (2005). *The making and breaking of affectional bonds*. London: Routledge.ss. 48-54
- Brown, LS & Wright, J. (2003). The relationship between attachment strategies and psychopathology in adolescence. *J Psychol Psychother: Theory, Research And Practice*, 76: 351-67.
- Burger, JM. (2018). *Personality*. 10th ed. USA: Cengage Learning.ss.126-128.
- Carver, CS & Scheier, MF. (2014). *Perspectives on personality*. 7th ed. Boston: Pearson education.ss.165-167.
- Doğan, T. (2016). Ergenlerde ana-babaya bağlanma: Türkiye profili. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 8: 406-19.
- Fairbairn, WRD. (2001). *Psychoanalytic studies of the personality*. Routledge. ss.144, 165
- Freud, S. (2015). *Cinsiyet üzerine*. (Çevirmen: Ali Avni Öneş). İstanbul, Say Yayınları. s. 73.
- Gabbard, GO. (2014). *Psychodynamic psychiatry in clinical practice*. 5th ed. Washington: American Psychiatric Publishing Inc.s.367.
- Geçtan, E. (1998). *Psikanaliz ve sonrası*. 8. Basım. İstanbul: Remzi Kitabevi. s. 113, 200.
- Goodfriend, MS. (1993). Treatment of attachment disorder of infancy in a neonatal intensive care unit. *Pediatrics*, 91: 139-42.
- Goulet, C, Bell, L, Tribble, DSC, Paul, D & Lang, A. (1998). A concept analysis of parent–infant attachment. *J Adv Nurs*, 28: 1071-81.
- Harris, TA. (1969). *I'm ok-you're ok*. England: Harper & Row. Erişim adresi: https://en.wikipedia.org/wiki/I%27m_OK_%E2%80%93_You%27re_OK Erişim tarihi 21.12.2020.
- Hazan, C. ve Shaver, PR. (1998). Bağlanma (yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir çerçeve). *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 31: 1-49.
- Jacobson, E. (2015). *Kendilik ve nesne dünyası*. (S. Yazgan, Çev.). İstanbul: Metis Yayınları.s. 146.
- Kavlak, O. ve Şirin, A. (2007). Anne ve babaya ait bağlanma ve hemşirenin rolü. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*, 23: 183-94.
- Kavlak, O. ve Şirin, A. (2009). Maternal bağlanma ölçeğinin Türk toplumuna uyarlanması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6: 188-202.
- Klaus, MH ve Kennell, JH. (1976). *Maternal-infant bonding: The impact of early separation or loss on family development*. Saint Louis: Mosby.s. 24
- Klein, M. (2011). *Haset ve şükran*. (O. Koçak, Y. Erten, Çev.). İstanbul: Metis Yayınları.s. 10, 22
- Klein, M. (2012). *Sevgi, suçluluk ve anarım*. (B. Habib, Çev.). İstanbul: Kanat Kitap. s. 249
- McWilliams, N. (2014). *Psikanalitik tanı-klinik süreç içinde kişilik yapısını anlamak*. (E. Kalem, Çev.). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları. s. 112, 137.
- Sandler, J., Person, ES, & Fonagy, P. (2012). *Freud's "on narcissism:an introduction"*. London: Karnac. s.8, 71,76.
- Soysal, AŞ, Ergenekon, E & Aksoy, E. (1999). Yenidoğan döneminde hastanede uzun süreli tedavi görmenin bağlanma örüntüsü üzerindeki etkileri: bir olgu sunumu. *Klinik Psikiyatri*, 2: 266-70.
- Soysal, AŞ, Öktem, F, Ergenekon, E & Erdoğan, E. (2000). Doğum türü değişkeninin bağlanma örüntüsü üzerindeki etkilerinin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 3: 75-85.
- Soysal, AŞ, Bodur, Ş, İşeri, E & Şenol, S. (2005). Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış. *Klinik Psikiyatri*, 8: 88-99.
- Stifter, CA, Coulehan, CM & Fish, M. (1993). Linking employment to attachment: the mediating effects of maternal separation anxiety and interactive behavior. *Child Dev*, 64: 1451-60.
- Talipoğlu, Y. (2012). *Aile merkezli bakımın maternal bağlanma düzeyi ile ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Mersin: Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Thompson, RA. (2013). Attachment theory and research: precis and prospect. In: P. D. Zelazo (Ed.), *The oxford handbook of developmental psychology, vol. 2: self and other*. (pp. 191-216). New York: Oxford University Press.
- Williams, A. (2003). Adolescents' relationships with parents. *J Lang Soc Psychol*, 22: 58-65.
- Winnicott, DW. (1975). *Through paediatrics to psychoanalysis: collected papers*. New York: Basic Book.s. 21.
- Winnicott, DW. (2007). *The maturational processes and the facilitating environment*. New York: Karnac.s.57
- Winnicott, DW. (2009). *Playing and reality*. New York: Routledge.s. 4