

A Study on Determining Stress and Subjective Well-Being Levels in Pregnant Women: Kocaeli Example

Neslihan VATANSEVER EROĞLU*
Dr. Öğr. Üyesi Burcu GÜDÜCÜ**

Abstract

Psychological conditions of pregnant women affect the pregnancy process either negatively or positively. It is known that emotional conditions of mother candidates are important during pregnancy. Becoming a mother has various social, physical, and psychological impacts on the lives of women. Women are perceived as mothers at the very beginning of pregnancy. This situation changes the identity of women. Pregnancy is a process of evolutionary crisis for women since birth is one of the most important experiences for women, and an important turning point. Positive feelings rather than negative ones are a sign of subjective well-being. Excessive negative feelings will harm subjective well-being in this sense. Low subjective well-being might create stress. Hence, our research is based on the relation of subjective well-being and stress levels.

Keywords: *Pregnancy, stress, wellbeing level*

* Neslihan VATANSEVER EROĞLU, Istanbul Aydın University The Graduate Institute Of Social Sciences Psychology Department, zuhal-arhan@hotmail.com

** Burcu GÜDÜCÜ, PhD, Istanbul Aydın University Sociology Department, burcuguducu@aydin.edu.tr

Giriş

Her birey dünyaya geldiği zamandan itibaren varoluşsal kaygı ile kendini var etmektedir. Bununla birlikte Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinde yer alan aitlik duygusu ve Freud'un soyunu devam ettirmek için cinsel güdüsünün var olması, bireyin kendini var etme istencini açıklayan nedenlerdendir. Bu bağlamda birey, cinsiyet farklılığı fark etmeksizin soyunun devam etmesi amacıyla çocuk sahibi olmak ister. Dolayısıyla özellikle kadınların hamilelik süreci Freud'un da söylemiyle çocuğu ile bağlantısı daha önem taşımaktadır (Freud, 2010). Çünkü anne hamilelik süreci ile başlayan bu duyguyu ve beraberinde stresi aşamalı bir biçimde yaşamaktadır.

Kadınların psikolojik durumları ile yaşantıları, hamileliğin gidişatını olumlu ya da olumsuz olarak etkilemektedir. Ayrıca hamilelik sürecinin kadınların duygusal yaşantıları üzerinde etkili olduğu bilinmektedir. Hamile kadınların bazılarında geçmiş yaşantılarına göre kaygının azaldığı ya da arttığı ifade edilmektedir. Bu bağlamda hamilelik, kadınların kendine güvenmesine olanak sağladığı gibi; değerli hissetme, seçkinlik ve varlıklarını ortaya koyma düşüncesini hissettirmektedir. Hamilelik çevreden ilgi ve destek görme ile yardım beklentilerini daha kolay bir şekilde ifade etmelerini sağlamaktadır. Dolayısıyla hamilelerin bazıları, var olan durum içerisinde korku ve panik yaşamaktadır. Bebeğin doğumu sırasında öleceklerini ya da sakat kalacaklarını düşünürler. Hamilelerin ruhsal değişimlerinin çok fazla olması, çocuğuna ilişkin endişelerinin ve korkularının artması, hamileliğin komplikasyonlarının seyrini de etkilemektedir. Hamilelik, kadınların yeni rollere uyum sağlamasını gerektiren bir kriz dönemidir (Conk, 2005).

Bir kadın için anne olabilmek sosyal, fiziksel ve ruhsal açıdan pek çok değişikliğe sebep olduğu ifade edilmektedir. Kadınlar ilk hamile kaldıklarından itibaren anne olarak algılanmaktadır. Bu durum kadınların kimliğinde dönüşüme sebep olur. Hamilelik kadınlar için gelişimsel bir kriz dönemidir (Stern ve Bruscheiler-Stern, 1998). Çünkü doğum, kadınlar için en önemli tecrübelerden birisidir; aynı zamanda da önemli bir dönüm noktasıdır.

Stres, ilk defa karşılaşılan durumlarda bireyin uyum sağlaması için gerekli olan savunma mekanizmalarıdır. Bireyin tehlikeli ortamlarda

ya da tehlikeye sebep olup vücutlarının dengesini bozacak nitelikte olan uyarıcılarla karşılaştıklarında, bu durumla baş edilmeye çalışılır. Baş edilemediği takdirde anksiyete ve umutsuzluk gibi duygular ortaya çıkmaktadır. Bu duygular stresin sebep olduğu duygu değişimlerinin bir sonucudur (Pehlivan, 2002; Baltaş ve Baltaş, 2004). Olumlu duyguların varlığı ve olumsuz duyguların yokluğu bireyin öznel iyi oluşuyla ilgili bilgi vermektedir. Hamilelerin yaşadığı olumsuz duyguların fazla olması, olumlu duyguların ise düşük düzeyde yaşanması, öznel iyi oluşu olumsuz yönde etkileyecektir. Kişilerin öznel iyi oluşlarının yüksek olabilmesi için hoş olan duyguların, hoş olmayanlara oranla daha çok yaşanıp, kişilerin yaşamsal niteliklerine yönelik bilişsel yargılarının olumlu olması gerekir. Kişinin yaşam doyumuna ve olumlu duygularına ilişkin öznel değerlendirmelerinin olumlu olması, öznel iyi oluşun düzeyini göstermektedir. Olumlu duygular ile yaşam doyumuna yönelik değerlendirmeler, yaşam alanlarının bütününe yönelik olmakla birlikte, toplamları genel yaşam doyumunu yansıtmaktadır (Tuzgöl Dost, 2004). Öfke, kaygı, üzüntü, stres, suçluluk ve düşmanlık gibi durumlar, olumsuz duygulardır. Negatif duygulara yönelik yaşantıların sürekli devam etmesi, bireyin işlevselliğine önemli ölçüde zarar verebilmektedir ve bunun sonucunda mutsuzluk gelmektedir (Pavot ve Diener, 2008). Öznel iyi oluşun en önemli noktalarından birisi de, olumsuz duyguların yokluğudur. Olumsuz duygulardan olan stresin varlığı, öznel iyi oluş düzeyini düşürecektir.

Öznel iyi oluş kavramındaki en önemli unsur, bireyin öznel değerlendirmelerinin bulunmasıdır. Bireyin kendi yaşamına yönelik mutlulukla ilgili değerlendirmelerini kapsamaktadır (Diener, Suh ve Oishi, 1997). Öznel iyi oluş kavramı, bireyin yaşamına yönelik öznel değerlendirmeler ile olumlu duyguların varlığı, olumsuz duyguların ise yokluğuyla açıklanmaktadır (Diener, 1994). Öznel ve psikolojik iyi oluş, iyilik hali, yaşam doyumunu ve mutluluğa ulaşabilme çabaları, pozitif psikolojinin çalışma alanlarındandır. Pozitif psikoloji yaklaşımıyla bireylerin patolojilerine odaklanmak yerine, olumlu duygularına odaklanılmaya başlanmıştır (Seligman, 2002).

Bahsedilen kavramlar eş anlamlı olmamakla birlikte birbiriyle ilişki içerisindedir. İyi oluş kavramı bireyin ruhsal, bilişsel ve fiziksel alanlardaki işlevselliğinin bir bütün olarak geliştirilmesini amaçlamaktadır (Myers

ve diğerleri, 2000). Bunun yanı sıra hamilelik, sperm ile dişi yumurta hücrelerinin birleşimiyle başlayan ve seri olayların meydana geldiği bir süreçtir. İnsanların gelişimi sürekli bir durumdur. Her ne kadar hamilelikte önemli gelişmeler olsa da, en önemli gelişimler doğum, bebeklik ve bunu takip eden dönemlerde meydana gelmektedir (Moore ve Persaud, 2002).

Yöntem

Araştırmanın evrenini Kocaeli ilindeki hamile kadınlar oluştururken, örnekleme ise 101 hamile kadın oluşturmaktadır. Çalışmada yüz yüze görüşme tekniği kullanılmıştır. Araştırmada, hamile kadınların algılanan stres düzeyini ve öznel iyi oluş düzeylerini belirleyebilmek için, Algılanan Stres Ölçeği Pozitif ve Negatif Duygu Durumu Ölçeği kullanılmıştır.

Bulgular

Çalışılan grup demografik olarak analiz edildiğinde; katılımcılardan 33 kişinin aylık gelirinin asgari ücret, 32 kişinin 2000-3000 TL, 13 kişinin 3000-4000 TL, 10 kişinin 4000-5000 TL, 7 kişinin 5000-7000 TL, 5 kişinin 7000-10.000 TL, 1 kişinin ise 10.000 TL ve üstü olduğu tespit edilmiştir.

31 kişinin 1. hamileliği, 28 kişinin 2. hamileliği, 33 kişinin 3. hamileliği, 9 kişinin ise 4 ve üstü hamileliğidir. 85 kadın evlendiğinde bakireyken, 6 kişi bakire değildir. 10 kişi ise bu değişkene cevap vermemiştir. 65 kişinin eşi evlendiklerinde bakirken, 12 kişinin eşi bakir değildir. 24 kişi ise bu değişkene cevap vermemiştir. 99 kişi cinsel ilişki yöntemiyle hamile kalırken, 2 kişi ise tüp bebek yöntemi ile hamile kalmıştır.

Tablo 1: Aylık Gelir Durumuna Göre Ölçeklerden Alınan Puanların İncelenmesi

Ölçek	Değişken	N	Ort	SS	F	p
Algılanan stres	Asgari ücret	33	40,15	8,01	2,829	,014
	2000-3000 TL	32	40,59	6,13		
	3000-4000 TL	13	44,62	4,07		
	4000-5000 TL	10	44,80	2,04		
	5000-7000 TL	7	46,14	6,07		
	7000-10.000 TL	5	46,20	6,30		
	10.000 TL ve üstü	1	54,00	.		
Pozitif duygular	Asgari ücret	33	41,58	9,19	1,548	,171
	2000-3000 TL	32	40,09	10,83		
	3000-4000 TL	13	44,31	9,02		
	4000-5000 TL	10	42,80	10,75		
	5000-7000 TL	7	49,43	8,52		
	7000-10.000 TL	5	45,40	9,91		
	10.000 TL ve üstü	1	59,00	.		
Negatif duygular	Asgari ücret	33	032,97	10,62	1,138	,347
	2000-3000 TL	32	31,31	10,00		
	3000-4000 TL	13	29,69	6,26		
	4000-5000 TL	10	26,20	7,54		
	5000-7000 TL	7	26,14	6,04		
	7000-10.000 TL	5	29,20	9,04		
	10.000 TL ve üstü	1	24,00	.		

Katılımcıların Algılanan Stres Ölçeğinden aldığı ortalama puanlar, aylık gelir değişkenine göre One-Way Anova Testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda, ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($F_{(6-94)}=2,829$; $p<,05$). Asgari ücret alanlar ile 2000-3000 TL aylık geliri olanların algılanan stres düzeyleri, 4000-5000 TL aylık geliri olanlara göre anlamlı ölçüde düşüktür.

Katılımcıların pozitif duygu ortalamaları, aylık gelir değişkenine göre One-Way Anova Testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda, ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($F_{(6-94)}=1,548$; $p>,05$).

Katılımcıların negatif duygu ortalamaları, aylık gelir değişkenine göre One-Way Anova Testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda, ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($F_{(6-94)}=1,138$; $p>,05$).

Tablo 2: Kaçınıcı Hamilelik Durumuna Göre Ölçeklerden Alınan Puanların İncelenmesi

Ölçek	Değişken	N	Ort	SS	F	p
Algılanan stres	1	31	42,55	5,62	,114	,952
	2	28	42,46	7,66		
	3	33	41,76	7,22		
	4 ve üstü	9	41,56	6,25		
Pozitif duygular	1	31	44,35	9,56	,576	,632
	2	28	41,29	8,66		
	3	33	41,61	11,76		
	4 ve üstü	9	43,00	9,46		
Negatif duygular	1	31	33,74	9,96	2,432	,070
	2	28	31,14	10,24		
	3	33	28,09	8,27		
	4 ve üstü	9	27,33	5,22		

Katılımcıların Algılanan Stres Ölçeğinden aldığı ortalama puanlar, kaçınıcı hamilelik olduğu değişkenine göre One-Way Anova Testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda, ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($F_{(3-97)}=,114$; $p>,05$).

Katılımcıların pozitif duygu ortalamaları, kaçınıcı hamilelik olduğu değişkenine göre One-Way Anova Testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda, ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($F_{(3-97)}=,576$; $p>,05$).

Katılımcıların negatif duygu ortalamaları, kaçınıcı hamilelik olduğu değişkenine göre One-Way Anova Testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda, ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($F_{(3,97)}=2,432; p>,05$).

Tablo 3: Hamile Kalma Yöntemine Göre Ölçeklerden Alınan Puanların İncelenmesi

Ölçek	Değişken	N	Ort	SS	t	p
Algılanan stres	Cinsel ilişki	99	42,17	6,80	2,038	,946
	Tüp bebek	2	42,50	0,71		
Pozitif duygular	Cinsel ilişki	99	42,28	9,98	,022	,155
	Tüp bebek	2	52,50	10,61		
Negatif duygular	Cinsel ilişki	99	30,68	9,46	,458	,586
	Tüp bebek	2	27,00	5,66		

Katılımcıların Algılanan Stres Ölçeğinden aldığı ortalama puanlar, hamile kalma yöntemi değişkenine göre t testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda, ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($t_{(99)}=2,038;p>,05$).

Katılımcıların pozitif duygu ortalamaları, hamile kalma yöntemi değişkenine göre t testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda, ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($t_{(99)}=,022;p>,05$).

Katılımcıların negatif duygu ortalamaları, hamile kalma yöntemi değişkenine göre t testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda, ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($t_{(99)}=,458;p>,05$).

Ölçeklerden alınan ortalama puanların incelenmesi:

Tablo 4: Ölçeklerden Alınan Ortalama Puanlar

Ölçekler	Min	Max	Ort. ve SS
Algılanan stres	18	59	42,18 ± 6,73
Pozitif duygular	15	69	42,49 ± 10,04
Negatif duygular	10	64	30,60 ± 9,40

Katılımcıların Algılanan Stres Ölçeğinden minimum 18, maksimum 135 puan almışlardır, aldıkları ortalama puanın 42,18 olduğu belirlenmiştir. Pozitif duygu ortalamalarında ise minimum 15, maksimum 69 puan alan katılımcıların ortalama puanı 42,49'dur. Negatif duygu ortalamalarında ise minimum 10, maksimum 64 puan alan katılımcıların ortalama puanı 30,60'dır.

Katılımcıların algılanan stres düzeyi ile pozitif duyguları ortalamasının üstündeyken, negatif duyguları ise ortalamasının altındadır.

Değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesi:

Tablo 5: *Algılanan Stres ile Pozitif ve Negatif Duygular Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*

	Pozitif duygular	Negatif duygular
Algılanan stres	Korelasyon ,173	,127
	p ,083	,205

Algılanan stres ile pozitif ve negatif duygular arasında anlamlı bir ilişki belirlenmemiştir ($p>,05$).

Tartışma ve Sonuç

Araştırmanın temel amacı, hamilelik döneminde stres ve öznel iyi oluş arasında ilişkinin olup olmadığının incelenerek, ilişki var ise ne düzeyde ilişki olduğunun tespit edilmesidir. Yapılan analizlerde elde edilen sonuçlar ise şunlardır:

Asgari ücret alanlar ile 2000-3000 TL aylık geliri olanların algılanan stres düzeyleri, 4000-5000 TL aylık geliri olanlara göre anlamlı ölçüde düşüktür.

Pozitif ve negatif duygu düzeyi aylık gelir değişkenine göre farklılık göstermemektedir.

Algılanan stres düzeyi, pozitif ve negatif duygu düzeyi kaçınıcı hamilelik olduğu değişkenine göre farklılık göstermemektedir.

Algılanan stres düzeyi, pozitif ve negatif duygu düzeyi hamile kalma

yöntemi değişkenine göre farklılık göstermemektedir.

Katılımcıların Algılanan Stres Ölçeğinden minimum 18, maksimum 135 puan almışlardır. Aldıkları ortalama puanın 42,18 olduğu belirlenmiştir. Pozitif duygu ortalamalarında ise minimum 15, maksimum 69 puan alan katılımcıların ortalama puanı 42,49'dur. Negatif duygu ortalamalarında ise minimum 10, maksimum 64 puan alan katılımcıların ortalama puanı 30,60'dır.

Algılanan stres ile pozitif ve negatif duygular arasında anlamlı bir ilişki belirlenmemiştir ($p>,05$).

Asgari ücret alanlar ile 2000-3000 TL aylık geliri olanların algılanan stres düzeyleri, 4000-5000 TL aylık geliri olanlara göre anlamlı ölçüde düşüktür. Eğitim seviyesinin ve ekonomik gelirin düşük, işsizliğin fazla olduğu çevrede yaşayan kadınların yaşadığı olumsuzluklar, fetüsün gelişimini olumsuz olarak etkilemektedir. Ekonomik geliri yüksek olan kadınların da çeşitli sebeplerden ötürü stres yaşamaları mümkün olmaktadır (Sarkar, 2008). Hamilelikte eşler arasında problemler, sorumluluğun artması, ekonomik ve sosyal sıkıntıların doğması, doğuma ve bebeğin bakımına ilişkin çok sayıda sorun yaşanabilmektedir. Bu durumlarda strese sebep olabilmektedir (Okanlı, Tortumoğlu ve Kırkpınar, 2003). Ekonomik sorunların olması stres düzeyini artırmaktadır (Moorhead ve Griffin, 1992). Batlaş ve Baltaş (1997), maddi sorunların stresi artıran önemli bir unsur olduğunu bildirmektedir. Yapılan bir başka araştırmada ekonomik durumun olumsuz olması, stres düzeyini artırmaktadır (Davison ve Neale, 2004). Çetin Özden (2010), maddi durumu yüksek olanların, düşük olanlara göre stresle daha iyi mücadele edebildiğini bildirmiştir. Yapılan bir başka araştırmada ise ekonomik düzeye göre algılanan stres düzeyinde herhangi bir farklılaşmanın olmadığı tespit edilmiştir (Altunkol, 2011). Literatürde belirlenen sonuçların aksine, araştırmamızda aylık geliri düşük olanların, algılanan stres düzeylerinin düşük olduğu belirlenmiştir. Bu durumun oluşumunda araştırmada kullanılan Algılanan Stres Düzeyi Ölçeğinin son bir ay içerisindeki duygu ve düşünceleri kapsamının etkisi olduğu düşünülebilir. Ayrıca asgari ücret alanlar ile 2000-3000 TL aylık geliri olanların, örneklemin çok büyük bir kısmını oluşturması ve değişkenlerin eşit düzeyde dağılması çıkan sonucu etkileyebilir.

Pozitif ve negatif duygu düzeyi aylık gelir değişkenine göre farklılık göstermemektedir. Gelir düzeyi öznel iyi oluşu etkileyen bir durumdur. Gelir düzeyinin artması öznel iyi oluş düzeyini de artırmaktadır (Diener, Lucas ve Oishi, 2002; Akgündüz ve Bardakoğlu, 2010). Moller (1996), gelir düzeyinin yüksek oluşunun bireylerin yaşam doyumunu olumlu etkilediğini belirtmiştir. Tuzgöl Dost (2006) ise gelir düzeyine göre öznel iyi oluşun farklılık gösterdiğini bildirmektedir. Gelir düzeyinin artması, öznel iyi oluş düzeyini de artırmaktadır. Kermen (2013) araştırmasında, gelir düzeyi yüksek ve orta olanların öznel iyi oluş düzeylerinin yüksek olduğunu belirlemiştir. Öznel iyi oluş kavramındaki en önemli unsur, bireyin öznel değerlendirmelerinin bulunmasıdır. Bireyin kendi yaşamına yönelik mutlulukla ilgili değerlendirmelerini kapsamaktadır (Diener, Suh ve Oishi, 1997). Yapılan araştırmada, olumlu duyguların daha fazla yaşandığı belirlenmiş olsa da (Myers ve Diener, 1996), Ekman (2003) araştırmasında, yaşanan temel duygulara yönelik farklı bulgular elde etmiştir. Bireylerin yaşadığı öfke, nefret, üzüntü, şaşırma, korku ve sevinç olmak üzere altı temel duygu bulunmaktadır. Bu temel duygulardan beşinin öznel iyi oluşu düşürüp, kötümserliği çağrıştıracak duygular olduğu; sadece sevincin öznel iyi oluşu artıran olumlu duygu olduğu ifade edilmektedir. Altı temel duygudan beşinin olumsuz olmasına rağmen, olumlu duyguların daha fazla hissedilmesi ve mutlu olunması ise cevaplanması gereken bir durum olarak bildirilmektedir. Araştırmamızda pozitif ve negatif duyguları benzer düzeyde yaşadıkları belirlenmiştir. Bu durum, aylık gelir düzeyine göre yaşam standartlarının oluşumuyla ve bu standartlar dikkate alınarak yaşamdan haz almayla açıklanabilir.

Algılanan stres düzeyi ile pozitif ve negatif duygu düzeyi kaçınıcı hamilelik olduğu değişkenine göre farklılık göstermemektedir. Yapılan araştırmada, çocuk sayısı değişkenine göre negatif duyguların farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Aslan, 2008). Sarihan (2007), çocuk sayısı fazla olan annelerin, aile işlevselliğini daha düşük düzeyde algıladıkları belirlenmiştir. Çocuk sayısının fazla olması aile içi iletişimi etkileyen önemli bir unsurdur. Çocuk sayısı arttıkça anne-baba arasındaki iletişim azalmaktadır. Hamilelik ve doğumun olması, normal bir fizyolojik olaydır. Fakat bu dönemlerde riskin görülme oranı oldukça yüksektir. Hamilelerde, oluşacak rahatsızlıkların ne olacağını tam olarak kestirebilmek mümkün olmamaktadır. Bu nedenle komplikasyonların erken dönemde

tanılanabilmesi ve müdahalesi oldukça önemlidir. Hamileliğe ve doğuma yönelik komplikasyonlar ise en yoğun 15-49 yaşları arasında yaşanmaktadır (Akın ve Özvarış, 2012). Araştırmamızda, hamilelik sayısına göre algılanan stres düzeyi ile pozitif ve negatif duygu düzeylerinde anlamlı bir farklılık belirlenmemiştir. Bu durum annelerin, hamileliklerinin sağlıklı ilerlemesi ve doğacak bebeklerine yönelik olumlu ya da olumsuz duyguları aynı oranda yaşamalarıyla açıklanabilir.

Algılanan stres düzeyi ile pozitif ve negatif duygu düzeyi hamile kalma yöntemi değişkenine göre farklılık göstermemektedir. Annelik ve doğurganlık, insanlık tarihi süresince kadınlar için en önemli rollerden birisi olmuştur (Sevon, 2005). Kadınların biyolojik olarak çocuk sahibi olmanın ötesinde anneliğin kültürel, toplumsal ve ideolojik anlamlı bulunmaktadır. Kadınların ideal anne tanımları, çocuk sayısı, anne olma yaşı, doğumun nasıl olacağı, bebeğin bakımının nasıl yapılacağı ve çalışmaya ne zaman başlayacağına yönelik çok çeşitli söylemlere maruz kaldıkları bildirilmektedir. Bu durum anneliğin, biyolojik olarak çocuk sahibi olmanın ötesinde bir anlam katmakta ve önemli bir toplumsal deneyim kazandırmaktadır (Arendell, 2000). İstenmeyen gebelikler, kadınların stres düzeyini artıran bir unsurdur. Tüp bebek yöntemi, erkek ve kadına ait üreme hücrelerinin vücut dışı koşullarda dölllenme işlemidir. Tüp bebek yöntemi ile hamile kalan kadınlar, kendi istekleri ile hamile kaldıklarından pozitif duygularında artış, algılanan stres ve negatif duygu düzeyinde ise azalma beklenmektedir. Araştırmamızda, katılımcılardan 99 kişi cinsel yolla, 2 kişi ise tüp bebek yöntemi ile hamile kalması, hamile kalma yöntemine göre değişkenlerde anlamlı bir farklılığın oluşmamasına sebep olduğu söylenebilir.

Algılanan stres ile pozitif ve negatif duygular arasında anlamlı bir ilişki belirlenmemiştir ($p>,05$). Öfke, kaygı, üzüntü, stres, suçluluk ve düşmanlık gibi durumlar, olumsuz duygulardır. Negatif duygulara yönelik yaşantıların sürekli devam etmesi, bireyin işlevselliğine önemli ölçüde zarar verebilmektedir ve bunun sonucunda mutsuzluk gelmektedir (Pavot ve Diener, 2008). Tires (1987) stresi, hoş karşılanmayan bir olguya yönelik, bireyin süratli bir şekilde düşünmesini sağlayan ve bireyin baskı yaşamasına sebep olan tutulumlar şeklinde açıklamaktadır. Kadınlarda psikososyal ve fizyolojik değişimlerin görüldüğü hamilelik döneminde,

stres ve kaygıyı oluşturacak çok fazla unsurla karşılaşma riski bulunmaktadır (Akbaş ve ark., 2008; Çalık ve Aktaş, 2011). Hamilelik, kadın olmanın ötesinde anne rolüne yönelik ruhsal, davranışsal, duygusal ve yaşamsal beklentileri ön plana çıkartmaktadır. Ayrıca arzu, istek ve çatışmaları da ön plana çıkartır. Kadınların psikolojik durumları hamileliğin gidişatını etkilediği gibi, hamilelikte kadınların psikososyal durumunu önemli ölçüde etkilemektedir (Özkan, 1993). Araştırmamızda elde edilen sonuca göre, hamileliğin etkisiyle oluşabilecek stres düzeyinin, pozitif ve negatif duyguları etkilemeyecek durumda olduğu görülmektedir.

Kaynakça

Baltaş, A., Baltaş, Z. (2004). *Stres ve Başa Çıkma Yolları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Conk, Z. (2005). Gebelerin Ruhsal Belirti Dağılımlarının İncelenmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*. 21(1): 115-126.

Diener, E. (1994). Assessing Subjective Well-Being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*. 31, Sf. 103-157.

Diener, E., Suh, E., Oishi, S. (1997). Recent Findings On Subjective Well-Being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24(1): 25-41.

Freud, S. (2010). *Haz İlkesinin Ötesinde Ben ve İd*. İstanbul: Metis Yayıncılık.

Macionis, J.J. (2005). *Cinsellik ve Toplum*. Çev. H. Çavuşoğlu, Ankara: Nobel Yayıncılık.

Moore, K. L., Persaud, T.V.N. (2002). *Klinik Yöntemleri ile İnsan Embriyolojisi*. Çev. M. Yıldırım, İ. Okar ve H. Dalçık, İstanbul: Nobel Matbaacılık.

Myers, J.E., Sweeney, T.J., Witmer, J.M. (2000). The Wheel Of Wellness Counseling For Wellness: A Holistik Model For Treatment Planning. *Journal of Counseling and Development*. 78: 251-266.

Pavot, W.G., Diener, E. (2008). The Satisfaction With Life Scale And The Emerging Construct Of Life Satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*. 3(2): 40.

Pavot, W.G., Diener, E. (2008). The Satisfaction With Life Scale And The Emerging Construct Of Life Satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*. 3(2): 137-152.

Seligman, M.E.P. (2002). *Gerçek Mutluluk*, Çev. S. Kunt Akbaş, Ankara: Hyb.

Stern, D., Bruscheiler-Stern, N. (1998). *The Birth Of A Mother: How The Motherhood Experience Changes You Forever*, New York: Basic Books.

Tuzgöl Dost, M. (2004). Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeyleri. Doktora Tezi, *Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Ankara: 137.