

BÖLÜM I

AİLE PLANLAMASINDA

DANIŞMANLIK

- Danışmanlığın yararları
- Danışmanlık İlkeleri
- Danışmanlık Türleri
- Danışmanlık Basamakları

Aile planlaması programının başarısı eğitim, hizmet, yönetim ve değerlendirme sistemlerinin birarada yürütülmesine bağlıdır. Kaliteli hizmet, kolayca ulaşılabilen ve iyi yönetilen sağlık kuruluşlarında iyi eğitilmiş personelin sunduğu hizmettir. Bu hizmette tüm yöntemler konusunda bilgi verilir, yöntem seçiminin bilgiye ve isteğe dayalı olması sağlanır, hizmet kişilerin gereksinimlerine ve isteklerine göre değerlendirilir ve sunulur. Bir başka deyişle, aile planlaması hizmetlerinin tüm aşamalarında etkili bir danışmanlık hizmeti verilir.

Sözlük anlamıyla **Danışmanlık**, “yüzyüze konuşma sırasında bir kişinin diğerine yardımcı olmasıdır”. Aile planlaması hizmetlerinde ise danışmanlık yüzyüze konuşma sırasında bilgilendirme, eğitim ve motivasyonun birbirini tamamlayacak şekilde yer aldığı bir süreçtir.

Danışmanlık, başvuranların üreme sağlığı konusunda bilgilenmelerini sağlayarak, durumlarına uygun aile planlaması yöntemini bilinçli olarak seçmelerine ve bu karardan memnun olarak seçilen yöntemi etkili ve güvenli bir şekilde kullanabilmelerine yardımcı olmaktadır.

Danışmanlığın Yararları Nelerdir?

- 1. Başvuranın kendisine en uygun aile planlaması yöntemini seçmesini sağlar.** Başvuran, danışmanlık sırasında kişisel özelliklerini, deneyimlerini ve beklentilerini tanımlayarak aile planlaması gereksinimlerinin farkına varır. Bu yolla kendi durumuna ve gereksinimlerine en uygun aile planlaması yöntemini seçer.
- 2. Seçilen yöntemin doğru kullanılmasını sağlar.** Başvuran, seçtiği yöntemle ilgili olarak tam ve doğru bilgilendirildiği için yöntemi doğru kullanır. Böylece yanlış kullanımdan doğacak gebelik ve diğer komplikasyonların önüne geçilmiş olur.
- 3. Seçilen yöntemin daha uzun süre kullanılmasını sağlar.** Başvuran, kullanacağı yöntemi bilgilendirilmiş ve bilinçli olarak seçerse, yöntemi doğru kullanırsa, beklenen yan etkilere karşı hazırlıklı olursa, bir sorunu olduğunda her zaman başvurabileceğini bilirse; yönetime ve hizmete güveni artar, sonuçta yöntemi daha uzun süre ve güvenle kullanır.
- 4. Danışmanlık, personelin zamanının verimli kullanılmasını sağlar.** Danışmanlık başlangıçta zaman alıyor gibi görünse de, başvuranın olası yan etkilere hazırlıklı olmasını sağlayarak ve doğru kullanım sayesinde istenmeyen gebelik ve komplikasyonların önüne geçerek, gereksiz başvuruları ve bunlardan doğacak ek işi azaltır.
- 5. Danışmanlık, hizmet kalitesini, dolayısıyla da başvuranların memnuniyetini artırır.**

6. **Modern aile planlaması yöntemi kullananların sayısını artırır.** Hizmetten memnun kalanlar, toplumda bu hizmeti tanıtan birer kaynak kişi olarak kullanıcı sayısının artmasını sağlar.
7. **Danışmanlık, başvuran, sağlık kuruluşu ve ülke için tasarruf sağlar.** Aile planlaması yöntemlerinin daha uzun süre kullanılması, gereksiz yöntem değiştirmelerinin önüne geçilmesi ve yanlış kullanımdan doğacak doğum veya kürtaj gibi ek sağlık riski ve masrafların azalması, başvuran, sağlık kuruluşu ve ülke için ekonomik tasarruf sağlar.

Danışmanlık İlkeleri

Danışmanlık sadece **iletişim kurmak** değildir. Danışmanlık yalnızca **bilgilendirme** değildir. Danışmanlık bir **eğitim** değildir. Danışmanlık tek başına **teşvik etmek** de değildir. Danışmanlığın içinde bunların hepsi bir denge içinde bulunmalıdır. Danışmanlık, başvuranın kişisel özellikleri ve gereksinimlerine odaklanmalıdır.

- ◆ Danışmanlık gizliliğe önem verilerek rahat bir ortamda verilmelidir.
- ◆ Başvurana tam ve doğru bilgi verilmelidir.
- ◆ Danışmanlıkta, belli bir yöntemi kullanmaya yönlendirme, ikna etme veya zorlama olmamalıdır.

- ◆ Danışmanlıkta karar başvurana bırakılmalı, onun adına karar verilmemelidir.

◆ Danışmanlık Türleri

Aile plânlaması danışmanlığının temel öğeleri, hizmetin üç önemli aşamasında incelenebilir: *Ön danışmanlık, yöntem-özel danışmanlık ve izlem danışmanlığı.*

Ön Danışmanlık

Ön danışmanlık, hangi yöntemin kullanılacağı konusunda bir karar verilmeden önce, başvurana **tüm** aile planlaması yöntemlerinin ve klinikte verilen diğer üreme sağlığı hizmetlerinin tanıtılmasıdır. Ön danışmanlık, kişilerin kendilerine en uygun aile planlaması yöntemini seçmelerinde yardımcı olur.

Yöntem-özel Danışmanlık

Başvuran, bir aile planlaması yöntemini kullanmaya karar verdiğinde yöntem-özel danışmanlık verilir. Yöntem-özel danışmanlık, yöntemin sunumundan hemen önce ve hemen sonra yapılır. Danışman bu aşamada; seçilen yöntemin etki mekanizmasını, etkililiğini, olumlu ve olumsuz yanlarını kişiye anlatır ve tartışır; yöntemle ilişkin yanlış söylentileri ve bilgileri düzeltir ve doğru bilgileri aktarır. Ayrıca, başvurana daha ayrıntılı tıbbi değerlendirme gerekip gerekmediği konusunda bilgi verir.

Yöntem sunumundan sonra danışman, yöntemin nasıl kullanılacağını ve olası yan etkilerini yalın ve açık bir dille tekrar vurgular. Başvuranın anladığından emin olmak için, kullanım kurallarını ve uyarıları tekrarlamasını ister. Başvurana kontrol gününü bildirir. Gerekli malzemeleri ve bunları nereden sağlayacağını söyler. Bir sorunu olursa her zaman sağlık kuruluşuna başvurabileceğini ve eğer yöntemden memnun kalmazsa değiştirebileceğini hatırlatır.

İzlem Danışmanlığı

İzlem danışmanlığı, başvuranın yöntemi kullanma konusundaki motivasyonunu pekiştiren ve yöntemin sürekli kullanımını destekleyen bir süreçtir. Bu aşamada başvuranın yöntemden memnun olup olmadığı, yöntemi doğru kullanıp kullanmadığı araştırılır ve gerekirse, kullanım kuralları yinelenir. Ayrıca, gerekli malzeme sağlanır, başvuranın soruları varsa yanıtlanır. Yan etkiler konusunda yakınması varsa, gerekli işlemlerin yapılması konusunda başvurana bilgi verilir. Ciddi görülen sorunlar ve yan etkilerde tedavi için sevk edilir. Kullandığı yöntemi değiştirmek veya bırakmak isteyen başvurana yardımcı olunur.

Danışmanlık Basamakları

Karşılıyarak selamlayınız

Alaka göstererek sorular sorunuz

Yöntemler hakkında bilgi veriniz

Ne tür yöntem seçeceğine yardımcı olunuz

Açıklayıcı bilgilerle yöntemin kullanılmasını öğretiniz

Kontrol için gelmesini tavsiye ediniz.

- **Karşılıyarak selamlayınız.** Kendinizi, başvurana adınızla tanıtınız. Dostça bir ortam yaratarak, özel ilgi gösteriniz. Konuşulacak konuların gizli kalacağını söyleyiniz. Başvurana, aile planlaması konusundaki düşüncelerini ve varsa kaygılarını sorunuz; genel bilgi veriniz.
- **Alaka göstererek sorular sorunuz.** Yaşı, evlilik durumu, gebelik sayısı, tıbbi özgeçmiş ve aile planlaması öyküsü konusunda bilgi isteyiniz. Doğurganlıkla ilgili planlarını araştırınız. Başka çocuk isteyip istemediğini, istiyorsa zamanını sorunuz. Bu ve benzeri sorularla kişinin aile planlaması gereksinimlerini ortaya çıkarınız.
- **Yöntemler hakkında bilgi veriniz.** Tüm aile planlaması yöntemlerini, kullanımlarını, yararlarını, yan etkilerini, olumsuz yönlerini, etkililiğini vb. anlatınız. Bazı noktaların daha iyi anla-

şılabilmesi için broşürler, resimler ve örnekler gibi görsel eğitim malzemelerini kullanınız. Hangi yöntemi nereden ve nasıl sağlayabileceklerini anlatınız.

- **Ne tür yöntem seçeceğine yardımcı olunuz.** Başvuranın ilgi duyduğu yöntemler hakkında daha fazla bilgi veriniz, başvuranın sorularını yanıtlayınız ve yöntemlerin olumlu ve olumsuz yönlerini tekrarlayınız. Onun adına karar vermeyiniz; yöntemi kendisinin seçmesine izin veriniz. Seçilen yöntem hakkında daha fazla bilgi veriniz ve açıklık getirmek için bilgileri size tekrarlamasını isteyiniz. Bir yöntem seçildikten sonra, gerekli tıbbi değerlendirmeyi yaparak yöntemin uygunluğunu belirleyiniz.
- **Açıklayıcı bilgilerle yöntemin kullanılmasını öğretiniz.** Kullanıcıya, seçilen yöntemin kullanım kurallarını açıklayınız ve bunları size tekrarlamasını isteyiniz. Kullanıcıyı soru sorması ve hala kaygı duyduğu noktalar varsa, bunları dile getirmesi için cesaretlendiriniz. Seçilen yöntemi mümkünse hemen veriniz, değilse nereden ve ne zaman alabileceğini açıklayınız.
- **Kontrol için gelmesini tavsiye ediniz.** İzlem için kontrol gününü belirleyiniz; kontrole gelmesini teşvik ediniz. Bunu sağlamak için izlem danışmanlığı sırasında yapılacak işlemler hakkında bilgi veriniz.