

Laktasyon Sürecindeki Annelerin Beden Algısının Emzirme Motivasyonu ile İlişkisi

The Relationship Between Body Image of Mothers During the Lactation Process and Breastfeeding Motivation

Büşra AKUSTA¹, Zeynep ÜNLÜ², Zümrüt Şeyma ŞAHİN³, Habibe BAY ÖZÇALIK⁴

ÖZ

Amaç: Araştırma, laktasyon sürecindeki annelerin beden algısının emzirme motivasyonu ile ilişkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Gereç ve Yöntem: Araştırma tanımlayıcı ve ilişki arayıcı tarzda olup, 15 Ocak 2024 – 15 Nisan 2024 tarihleri arasında doğum sonrası ilk 6 hafta içerisinde olan 374 anne ile gerçekleştirilmiştir. Veriler Kişisel Bilgi Formu, Beden Algısı Ölçeği ve Öz-Belirleme Kuramına Dayalı Emzirme Motivasyonu Ölçeği ile toplanmıştır.

Bulgular: Annelerin beden algısı toplam puan ortalaması 159,86±23,77' dir. Sezaryen doğum yapan, ten tene temas uygulayan, emzirme eğitimi alan multipar anneler ile çalışan primipar annelerin beden algısı puanı daha yüksektir. Primipar annelerde Beden Algısı Ölçeği toplam puanı ve Öz-Belirleme Kuramına Dayalı Emzirme Motivasyonu Ölçeği alt boyutlarından bütünleşmiş düzenleme, içsel motivasyon ve özdeşleşmiş düzenleme, içe yansıtılmış düzenleme toplumsal onaylama ve dışsal düzenleme-ek yararlar toplam puanları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Multipar annelerde ise beden algısı puanı arttıkça bütünleşmiş düzenleme, içsel motivasyon ve özdeşleşmiş düzenleme ve dışsal düzenleme-bebek sağlığı puanının arttığı tespit edilmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak, doğum sonrası beden algısı arttıkça emzirme motivasyonu artmaktadır. Bu dönemde farklı paritelerdeki annelerin bedensel değişikliklere nasıl tepki verdiklerini ve emzirmeye yönelik tutumlarını anlamak, kendi özel ihtiyaçlarına göre uyarlanmış destek sağlanması açısından önem taşımaktadır.

Anahtar Kelimeler: Laktasyon, Emzirme Motivasyonu, Beden Algısı, Doğum Sonu Dönem

ABSTRACT

Objective: The aim of this study was to determine the relationship between lactating mothers' body image and breastfeeding motivation.

Materials and Methods: The study was descriptive and correlational and was conducted on 374 mothers who were in the first 6 weeks postpartum between 15 January 2024 and 15 April 2024. Data were collected using a personal information form, a body perception scale and a self-determination theory-based breastfeeding motivation scale.

Results: The mean total body perception score of the mother was 159.86±23.77. Body perception scores are higher among multiparous mothers who have had a caesarean section, practise skin-to-skin contact and have received breastfeeding education as well as in working primiparous mothers. In primiparous mothers, a significant positive correlation was found between the total score of the Body Perception Scale and the total scores of the sub-dimensions of the Self-Determination Theory-based Breastfeeding Motivation Scale, namely integrated regulation, intrinsic motivation and identified regulation, introjected regulation, social approval and external regulation- additional benefits. In multiparous mothers, integrated regulation, intrinsic motivation and identified regulation, and external regulation-infant health scores increased as body perception scores increased.

Conclusion: In conclusion, breastfeeding motivation increases with postnatal body image. It is important to understand how mothers of different parity react to body changes and their attitudes towards breastfeeding during this period in order to provide support tailored to their specific needs.

Keywords: Lactation, Breastfeeding Motivation, Body Perception, Postpartum Period

Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan (E.673058 sayılı, 10.01.2024 tarihli) etik kurul izni alınmıştır.

¹YL. Öğr. Büşra AKUSTA, Ebelik, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, busraakusta@gmail.com, ORCID: 0009-0001-5313-848X

²Ebe Zeynep ÜNLÜ, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi zunlu2020@gmail.com, ORCID: 0009-0004-6215-1928

³Ebe Zümrüt Şeyma ŞAHİN, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, zumrutsymshn@gmail.com, ORCID: 0009-0009-6995-2273

⁴Dr. Öğr. Üyesi Habibe BAY ÖZÇALIK, Ebelik, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ebelik Bölümü, habiberk@hotmail.com, ORCID: 0000-0001-5786-4385

İletişim / Corresponding Author:
e-posta/e-mail:

Büşra AKUSTA
busraakusta@gmail.com

Geliş Tarihi / Received: 27.09.2024
Kabul Tarihi/Accepted: 14.03.2025

GİRİŞ

Bir yenidoğanın sağlıklı büyüüp gelişebilmesi için yeterli ve dengeli beslenmesi şarttır. Bunu sağlamanın en etkili ve en kolay yolu ise anne sütüdür.¹ Dünya Sağlık Örgütü, doğumdan hemen sonra emzirmeye başlanması ve ilk altı ay yalnızca anne sütü ile beslenip emzirmeye iki yaş ve sonrasına kadar devam edilmesini önermiştir.² Emzirme oranları yıllar içinde iyileşme gösterse de hala istendik düzeyde değildir.³ Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırmaları (TNSA) 2018 verileri ilk altı ay sadece anne sütü ile besleme oranının %41 emzirmeye iki yaşına kadar devam etme oranının ise %34 olduğunu göstermektedir.⁴ Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)'nün hedefi, 2030 yılına kadar küresel anlamda tüm bebeklerin %70' inin ilk altı ay boyunca yalnızca anne sütü ile beslenmesinin sağlanmasıdır.⁵ Bu hedef doğrultusunda, anneleri emzirmeye başlama ve sürdürme konusunda daha iyi desteklemek için çaba gösterilmesi gerektiği açıktır.

Literatür incelendiğinde annelerin emzirmeyi başlatma noktasında pek çok engelinin olduğu görülmüştür. Bunlar; ağrı ve rahatsızlık, memedeki yapısal bozukluklar veya utanç duyguları gibi olumsuz kişisel algılar olabilmektedir.⁶ Bunlara ek olarak anneler emzirmeye başlamada başarılı olsalar bile bunu sürdürme noktasında bazı engellerle karşılaşabilmektedirler. Bunlardan en etkilileri beslenme, ilaç kullanımı, eş desteği ve beden algısıdır.⁷ Bu faktörlerin emzirmenin başlatılması ve sürdürülmesi üzerindeki etkilerinin bilinmesi sağlık profesyonellerinin emzirmeyi korumak ve teşvik etmek için atacakları adımlarda belirleyici etken olacaktır.⁸

Beden algısı, “kişinin kendi görünümüyle ilgili olumlu ya da olumsuz tüm düşünceleri” olarak tanımlanmaktadır. Bu algı ergenlik, gebelik ya da doğum sonu dönem gibi fiziksel görünümdeki değişimin hızlı olduğu dönemlerden etkilenebilmektedir.⁹ Son yıllarda özellikle sosyal medyanın daha görünür hale gelmesiyle birlikte kadınlarda ideal kabul edilen fiziksel görünüme her beden ulaşabileceği algısının oluşturulması kadınlara yönelik gerçekçi olmayan fiziksel

standartlara neden olmuştur.¹⁰ Toplumsal güzellik standartları ile doğum sonrası beden için gerçekçi olanlar arasındaki bilişsel uyumsuzluk, ruh sağlığı için zaten zorlu bir dönemde psikolojik sorunların artmasına katkıda bulunmaktadır. Bu durum, doğum sonrası depresyon prevalansının yükselmesine yol açmakta ve her yedi yeni anneden birini etkilemektedir.¹¹ Bu durum annenin bebeğini emzirme isteğinin azalmasına hatta emzirmenin bırakılmasına neden olabilmektedir.¹²

Motivasyon, “harekete geçirici güç” anlamındadır.¹³ Emzirme motivasyonu, annenin emzirmeyi sürdürme ve bu süreçte aktif katılım sağlama arzusunu ifade eder.¹⁴ Başka bir deyişle anneyi emzirmeye teşvik eden ve emzirmenin sürekliliğini sağlayan içsel güçtür.¹⁵ Emzirme davranışı karmaşık bir biyopsikososyal yapıya sahiptir.¹⁶ Son yıllarda, emzirme motivasyonunun sadece kişisel özelliklerle değil, aynı zamanda toplumsal ve kültürel faktörlerle de şekillendiği vurgulanmıştır.¹⁷ Özellikle sosyal medya ve toplumun idealize ettiği beden standartları, annenin emzirme sürecindeki psikolojik algısını etkileyebilir.¹⁸ Literatürde, sosyal medyanın emzirme konusunda hem teşvik edici hem de baskı yaratıcı olabileceğini belirtilmiştir.¹⁹ Bu bulgular, emzirme motivasyonunu artırıcı stratejilerin, yalnızca fiziksel ve biyolojik müdahalelerle kalmadığını bununla ötesine geçerek, annelerin psikolojik ve duygusal ihtiyaçlarına da hitap etmesi gerekliliğini ortaya koymaktadır. Ayrıca emzirmeyle ilişkili faydaların vurgulanması, henüz bebeklerini besleme yöntemine karar vermemiş olan kadınları olumlu yönde etkileyebilecek ve bu konuda zorlanan anneleri motive etmede yarar sağlayabilecektir.⁶

Ulusal ve uluslararası bilimsel literatürde gebelikte beden algısı ve bu durumun emzirme ile ilişkisini ortaya koyan farklı çalışmalar bulunmasına karşın laktasyon sürecindeki annelerde beden algısı ve emzirme motivasyonunu birlikte inceleyen çalışmalar sınırlıdır.²⁰⁻²¹ Ayrıca emzirmenin başlatılması ve sürdürülmesinde etkili olan

motivasyonu öngören faktörlerin belirlenmesi, emzirmeye yönelik müdahalelerinin ve stratejilerinin belirlenmesi açısından önemlidir. Bu nedenle bu çalışma,

laktasyon sürecindeki annelerin beden algısının emzirme motivasyonu ile ilişkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

MATERYAL VE METOT

Araştırmanın Tipi

Araştırma tanımlayıcı ve ilişki arayıcı tarzda tasarlanmıştır.

Araştırmanın Soruları

1. Laktasyon sürecindeki annelerin beden algısı ve emzirme motivasyon düzeyleri nedir?

2. Laktasyon sürecinde beden algısı ve emzirme motivasyonu arasında nasıl bir ilişki vardır?

Araştırmanın Yer ve Zamanı

Araştırma Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Kliniği'nde 15 Ocak 2024 – 15 Nisan 2024 tarihleri arasında yürütülmüştür.

Araştırmanın Evreni

Araştırmanın yürütüldüğü tarihler arasında çalışmaya katılmayı kabul edip, dâhil edilme kriterlerine sahip olan annelerden oluşmaktadır.

Araştırmanın Örneklemi

Araştırmanın örneklem büyüklüğü G*Power 3.1.7 programı ile hesaplanmıştır. Beden algısı ölçeği bilinen puanı (155,4±11,3) kullanılarak 2 puanlık sapma içinde %90 güçle 0,17 etki büyüklüğünde 338 anne olarak belirlenmiştir.²² Çalışmada olası veri kayıpları da göz önünde bulundurularak hesaplanan örneklem büyüklüğünün %10 fazlası örneklem sayısına eklenmiştir. Hesaplanan örneklem büyüklüğünün %10 fazlası 372 anne olarak belirlenmiştir. Çalışma 374 anne ile tamamlanmıştır.

Araştırmanın Dâhil Edilme ve Dışlanma Kriterleri

Çalışmaya dahil edilme kriterleri:

- 18 yaş ve üzeri,
- Doğum sonu altı hafta içinde bebeğini emzirmeye devam eden,

- Tek ve canlı doğum yapmış,
- Miadında ve sağlıklı bir bebeğe sahip,
- Okuma yazma bilen,
- Türkçe iletişim kuran, çalışmaya istekli ve gönüllü annelerdir.

Çalışmadan dışlanma kriterleri:

- Emzirmeye engel olacak risk faktörlerinden birine (meme kanseri, HIV gibi süt ile geçen bulaşıcı bir hastalık vb.) sahip olan,
- Bebeğinde emzirmeye engel bir sağlık problemi (dil bağı, yarık damak dudak vb.) olan,
- Son gebeliği çoğul gebelik olan,
- Doğum sonrası dönemle ilgili tanısı konmuş psikolojik bir bozukluk (annelik hüznü, postpartum depresyon vb.) durumu söz konusu olan annelerdir.

Veri Toplama

Çalışmada, gönüllülük ilkesi esas alınmış, annelere çalışmanın amacı açıklanmış ve sonra bilgilendirilmiş onamları alınmıştır. Çalışmaya katılmayı onaylayan annelere, “Kişisel Bilgi Formu”, “Beden Algısı Ölçeği” ve “Öz-Belirleme Kuramına Dayalı Emzirme Motivasyonu Ölçeği” uygulanmıştır. Veriler araştırmacı tarafından yüz yüze görüşme tekniğiyle toplanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından ilgili literatür incelenerek hazırlanan; anne ve bebeğe ilişkin sosyodemografik ve obstetrik özellikleri içeren 21 soruluk formdur.¹⁴⁻¹⁶

Beden Algısı Ölçeği (BAÖ)

Secord ve Jourard (1953) tarafından geliştirilmiş bir ölçektir.²³ Bu ölçek, bireylerin beden işlevleri ve bedenlerinin çeşitli bölgeleri ile ne kadar memnun olduklarını ölçmeyi amaçlamaktadır. BAÖ'nün Türkçe

uyarlaması Hovardaoğlu (1993) tarafından yapılmıştır. Ölçek, beşli likert tipte bir ölçektir. Ölçekte toplam 40 madde bulunur ve her madde 1-5 arasında puanlanır. Ölçekten tek bir puan elde edilir ve en düşük puan 40, en yüksek puan ise 200'dür. Puan artışı, daha olumlu bir vücut algısını ifade etmektedir. Ölçeğin cronbah's alpha değeri 0,91 olarak belirtilmiştir.²⁴ Bu çalışmada cronbah's alpha değeri 0,936 olarak belirlenmiştir.

Öz-Belirleme Kuramına Dayalı Emzirme Motivasyon Ölçeği (EMÖ)

Peleg ve arkadaşları (2015) tarafından geliştirilmiş bir ölçektir.²⁵ Ölçeğin Türkçe uyarlaması Mızrak tarafından 2017 yılında yapılmıştır. Ölçek, annelerin emzirme konusundaki motivasyonlarını değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Ölçek primipar ve multipar anneler için ayrı ayrı uyarlanmıştır.²⁶

Primipar form; 23 madde ve 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutlar ve madde numaraları şu şekildedir:

- Bütünleşmiş düzenleme: 1., 3., 12., 13., 14., 15., 17., 19., 21., 22., 24. madde
- İçsel motivasyon ve özdeşleşmiş düzenleme: 6., 8., 11., 16., 18., 23. madde
- İç yansıtılmış düzenleme-toplumsal onaylama: 4. ve 5. maddeler
- İç yansıtılmış düzenleme-toplumsal baskı: 7. ve 9. maddeler
- Dışsal düzenleme-ek yararlar: 10. ve 20. maddeler

Multipar form; 24 madde ve 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutlar ve madde numaraları şu şekildedir:

- Bütünleşmiş düzenleme 13., 14., 15., 16., 18., 19., 21., 22., 23. ve 24. madde
- İçsel motivasyon ve özdeşleşmiş düzenleme 3., 6., 8. ve 11. madde
- İç yansıtılmış düzenleme toplumsal onaylanma 4. ve 5. maddeler
- İç yansıtılmış düzenleme-toplumsal baskı 7. ve 9. maddeler
- Dışsal düzenleme-ek yararlar 1., 10., 17., ve 20. madde

- Dışsal düzenleme bebek sağlığı 2., ve 12. maddeler

Ölçekten toplam bir puan elde edilmez, ancak alt boyut puanlarının ortalaması alınarak alt boyutların puanı hesaplanmaktadır. Ölçek alt boyutundan alınan puan arttıkça o alt boyutu temsil eden motivasyon da artmaktadır. Ölçeğin primipar ve multipar formlarının Cronbah's alpha değerleri 0,65-0,96 arasında değişmektedir.²⁵ Bu çalışmada ise cronbah's alpha değerleri 0,51-0,90 arasında değişiklik göstermiştir.

Araştırmanın Analizi

Verilerin değerlendirilmesinde SPSS 25.0 paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılıma uygunluğu skewness and kurtosis değerlerine göre belirlenmiş ve bu değerler -1,5 ve +1,5 arasında değiştiği için normal dağılıma uygun olarak kabul edilmiştir. Ölçüm değerleri ortalama $\pm$ standart sapma; sınıfsal veriler ise sayı-yüzde tabloları ile gösterilmiştir. Annelerin bazı özellikleri ve bu özelliklerin ölçek puanları ile karşılaştırmalarında bağımsız gruplarda t testi ve anova testi kullanılmıştır. Ayrıca değişkenler arasında ilişki olup olmadığını belirlemek için pearson korelasyon analizi yapılmıştır.

Araştırmanın Etik Yönü

Araştırmanın yapılabilmesi için Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan etik izin alınmıştır (Karar no:2023/1148). Projenin onaylanmasından sonra kurum izni için Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Kliniği'nden izin alınmıştır (Evrak tarih ve sayısı: 10.01.2024-E.673058). Araştırmada kullanılacak ölçekler için ilgili yazarlardan gerekli izinler mail yolu ile alınmıştır. Ayrıca araştırmaya katılım sağlayan annelerden aydınlatılmış onam alınmıştır.

Araştırmanın Kısıtlılıkları

Araştırmanın tek bir kurumda yapılması ve örneklemin evrende genellenmeyişi araştırmanın en önemli kısıtlılığını oluşturmaktadır.

Destekleyen Kuruluş

TÜBİTAK 2209-A Üniversite Öğrencileri
Araştırma Projeleri Destekleme Programı

kapsamında 1919B012308824 numaralı proje
olarak desteklenmiştir.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Bulgular

Doğum sonu dönemindeki annelerin yaş ortalaması $28,09 \pm 5,64$ (min:18-maks:43), BAÖ toplam puan ortalaması ise $159,86 \pm 23,77$ olarak belirlenmiştir.

Primipar annelere ait bazı özellikler ve bu özelliklerin ölçek puanları ile karşılaştırılması Tablo 1’de sunulmuştur.

Annelerin çalışma durumu ile BAÖ toplam puan ortalaması arasında anlamlı farklılık varken ($p=0,025$); diğer sosyodemografik değişkenler arasında anlamlı farklılık yoktur ($p>0,005$). Primipar annelerin EMÖ alt boyut puanları incelendiğinde içe yansıtılmış düzenleme toplumsal baskı alt boyutu ile eğitim durumu arasında istatistiksel anlamlılık tespit edilmiştir ($p=0,046$). İleri analizlerin farkın ilköğretimden kaynaklandığı belirlenmiştir.

Bu durum ilköğretim mezunu olan primipar annelerin içe yansıtılmış düzenleme toplumsal baskı motivasyonunun daha fazla olduğu göstermektedir. Eğitim düzeyi arttıkça annelerin içe yansıtılmış düzenleme toplumsal baskı puanları düşmektedir. Benzer şekilde geniş aileye sahip, emzirme eğitimi almayan ve emzirme kaynaklı estetik endişe duyan primipar annelerde içe yansıtılmış düzenleme toplumsal baskı motivasyonunun daha fazla olduğu tespit edilmiştir ($p<0,005$). İlk kez anne olan bireylerde ten tene temas uygulaması ile içe yansıtılmış düzenleme

toplumsal onaylama arasında istatistiksel anlamlılık vardır ($p=0,039$). Ten tene temas uygulaması yapan primipar annelerin içe yansıtılmış düzenleme toplumsal onaylama motivasyonları daha yüksektir (Tablo 1).

Multipar annelere ait özellikler ve bu özelliklerin ölçek puanları ile karşılaştırılması Tablo 2’de belirtilmiştir. Son doğum şekli sezaryen olan ($p=0,015$), ten tene temas uygulaması yapan ($p=0,016$) ve emzirme eğitimi alan ($p=0,016$) multipar annelerin BAÖ toplam puan ortalaması anlamlı düzeyde daha yüksektir. Multipar annelerin EMÖ alt boyut puanları incelendiğinde ise bütünleşmiş düzenleme ve içsel motivasyon özdeşleşmiş düzenleme ile aile tipi arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Çekirdek aileye sahip multipar annelerin bütünleşmiş düzenleme ($p=0,020$), içsel motivasyon ve özdeşleşmiş düzenleme ($p=0,006$) puanları, geniş aileye sahip annelere oranla anlamlı düzeyde yüksektir. Erkek bebeğe sahip multipar annelerin içe yansıtılmış düzenleme toplumsal baskı motivasyonlarının ($p=0,032$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca ilköğretim mezunu ($p=0,001$) ve son doğumunu normal vajinal doğum yapan ($p=0,022$) multipar annelerin dışsal düzenleme-ek yararlar motivasyonu istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksektir (Tablo 2).

Tablo 1: Primipar annelerin sosyodemografik, obstetrik ve emzirme özellikleri ve bu özelliklerin ölçek puanları ile karşılaştırılması

Özellikler	n	%	BAÖ	EMÖ				
				Bütünleşmiş düzenleme	İçsel motivasyon ve özdeşleşmiş düzenleme	İçe yansıtılmış düzenleme toplumsal onaylama	İçe yansıtılmış düzenleme toplumsal baskı	Dışsal düzenleme-ek yararlar
Eğitim Durumu*								
İlköğretim	18	15,9	159,88±29,47	39,83±5,70	20,94±2,91	6,44±2,03	4,77±2,28	6,83±1,68
Ortaöğretim/Lise	53	46,9	158,56±21,95	40,01±3,78	21,07±2,57	6,18±1,77	4,35±1,94	6,54±1,47
Yükseköğretim	42	37,2	160,23±22,43	40,54±3,90	21,71±2,41	5,54±1,74	3,57±1,71	6,97±1,04
Test değeri			F=0,064/t=0,938	F=0,264/t=0,769	F=0,919/t=0,402	F=2,149/t=0,121	F=3,176/t=0,046	F=1,186/t=0,309
Çalışma durumu								
Çalışıyor	36	31,9	165,91±18,71	40,11±4,62	21,55±2,60	5,50±1,91	3,66±1,65	6,91±1,15
Çalışmıyor	77	68,1	156,35±24,60	40,22±3,94	21,16±2,56	6,22±1,74	4,35±2,05	6,67±1,46
Test değeri			0,025	0,897	0,458	0,050	0,083	0,386
Gelir düzeyi*								
Gelir giderden az	25	22,1	162,00±22,28	40,08±5,39	21,00±3,24	5,72±1,69	3,92±1,49	6,76±1,23
Gelir gidere denk	79	69,9	159,53±23,31	40,27±3,67	21,46±2,31	6,08±1,85	4,12±2,04	6,69±1,45
Gelir giderden fazla	9	8,0	151,00±26,03	39,66±4,69	20,55±2,69	5,88±2,02	4,77±2,33	7,22±0,97
Test değeri			F=0,742/t=0,479	F=0,097/t=0,908	F=0,714/t=0,492	F=0,398/t=0,672	F=0,633/t=0,533	F=0,589/t=0,556
Aile Tipi								
Çekirdek	97	85,8	159,93±22,30	40,23±4,08	21,31±2,54	5,89±1,83	3,85±1,76	6,72±1,39
Geniş	16	14,2	156,12±28,95	39,87±4,66	21,12±2,80	6,56±1,71	5,81±2,25	6,93±1,23
Test değeri			0,546	0,748	0,780	0,178	<0,001	0,562
Son doğum şekli								
Vajinal doğum	29	25,7	155,62±27,83	30,00±4,47	20,96±3,09	5,55±1,80	3,39±1,79	6,55±1,29
Sezaryen doğum	84	74,3	160,70±21,47	40,59±3,98	21,40±2,37	6,14±1,81	4,20±2,01	6,82±1,39
Test değeri			0,312	0,074	0,490	0,133	0,522	0,364
Bebek cinsiyeti								
Kız	61	54,0	159,13±24,88	40,06±4,4	21,36±2,67	6,00±1,85	4,09±1,85	6,93±1,09
Erkek	52	46,0	159,71±21,40	40,32±3,87	21,21±2,46	5,98±1,80	4,17±2,08	6,53±1,62
Test değeri			0,895	0,740	0,760	0,956	0,841	0,139
Ten tene temas								
Evet	91	80,5	160,24±22,66	40,40±4,13	21,40±2,58	6,16±1,85	4,09±1,94	6,76±1,44
Hayır	22	19,5	155,90±25,80	39,27±4,07	20,81±2,50	5,27±1,54	4,27±2,05	6,68±1,04
Test değeri			0,435	0,252	0,337	0,039	0,710	0,790
İlk emzirme*								
İlk 30 dakika	52	46,0	159,67±22,01	40,03±4,56	21,28±2,89	6,28±1,79	4,09±2,05	6,71±1,51
İlk 31-60 dakika	31	27,4	159,25±18,84	40,35±3,51	21,09±1,95	5,87±1,82	4,45±1,92	6,83±1,39
İlk saatten sonra	30	26,6	159,06±29,46	40,26±4,12	21,50±2,59	5,60±1,84	3,86±1,83	6,73±1,11
Test değeri			F=0,007/t=0,993	F=0,063/t=0,939	F=0,185/t=0,831	F=1,458/t=0,237	F=0,694/t=0,502	F=0,086/t=0,918
Emzirme eğitimi alma								
Evet	81	71,7	160,97±23,66	40,11±4,24	21,50±2,66	6,07±1,76	3,65±1,63	6,67±1,37
Hayır	32	28,3	155,40±22,02	40,37±3,95	20,75±2,25	5,78±1,97	5,34±2,19	6,93±1,36
Test değeri			0,253	0,762	0,160	0,445	<0,001	0,370
Emzirme kaynaklı estetik endişe duyma								
Evet	24	21,2	154,75±21,34	39,62±5,04	20,41±3,11	6,45±1,61	5,29±2,15	6,37±1,46
Hayır	89	78,8	160,65±23,69	40,33±3,89	21,52±2,36	5,86±1,86	3,82±1,78	6,85±1,33
Test değeri			0,272	0,458	0,060	0,159	<0,001	0,130

Bağımsız gruplarda t testi, *One way Anova testi

Tablo 2: Multipar annelerin sosyodemografik, obstetrik ve emzirme özellikleri ve bu özelliklerin ölçek puanları ile karşılaştırılması

Özellikler	n	%	BAÖ	EMÖ					
				Bütünleşmiş düzenleme	İçsel motivasyon ve özdeşleşmiş düzenleme	İçe yansıtılmış düzenleme toplumsal onaylama	İçe yansıtılmış düzenleme toplumsal baskı	Dışsal düzenleme- ek yararlar	Dışsal düzenleme -bebek sağlığı
Eğitim Durumu*									
İlköğretim	59	22,6	155,35±24,72	35,40±4,68	13,67±2,12	6,13±1,63	5,49±2,04	13,81±1,72	7,23±0,97
Ortaöğretim/Lise	137	52,5	162,07±23,54	35,30±4,61	13,55±2,07	6,20±1,57	4,31±2,03	13,63±2,08	7,20±0,97
Yükseköğretim	65	24,9	160,10±24,24	35,46±5,14	13,89±1,82	5,93±1,61	3,78±1,84	13,18±1,72	7,43±0,88
Test değeri			F=1,617/t=0,201	F=0,026/t=0,975	F=0,611/t=0,544	F=0,611/t=0,544	F=0,742/t=0,323	F=12,017/t<0,001	F=1,292/t=0,277
Çalışma durumu									
Çalışıyor	61	23,4	157,18±25,49	35,13±5,38	13,42±2,20	6,09±1,62	4,57±1,86	13,47±2,02	7,18±1,02
Çalışmıyor	100	76,6	160,94±23,58	35,44±4,55	13,74±1,97	6,13±1,59	4,41±2,13	13,42±1,91	7,29±0,92
Test değeri			0,285	0,658	0,291	0,893	0,564	0,859	0,411
Gelir düzeyi*									
Gelir giderden az	40	15,3	159,97±21,40	35,02±5,30	13,50±2,18	6,00±1,72	3,97±1,57	13,57±2,30	7,15±1,07
Gelir gidere denk	183	70,1	160,55±23,96	35,50±4,70	13,77±1,94	6,13±1,63	4,57±2,15	13,37±1,86	7,31±0,90
Gelir giderden fazla	38	14,6	157,81±27,38	35,05±4,46	13,31±2,25	6,21±1,25	4,31±2,11	13,60±1,89	7,15±1,05
Test değeri			F=0,203/t=0,817	F=0,266/t=0,767	F=0,971/t=0,380	F=0,177/t=0,838	F=1,489/t=0,227	F=0,3474/t=0,707	F=0,803/t=0,449
Aile Tipi									
Çekirdek	209	80,1	160,46±23,78	35,70±4,73	13,83±1,95	6,03±1,65	4,39±2,04	13,58±1,86	7,31±0,92
Geniş	52	19,9	158,46±25,24	34,00±4,63	12,98±2,19	6,46±1,29	4,67±2,17	12,82±2,13	7,09±1,05
Test değeri			0,592	0,020	0,006	0,087	0,383	0,061	0,145
Son doğum şekli									
Vajinal doğum	105	40,2	155,64±23,42	35,75±4,90	13,82±2,05	6,17±1,70	4,55±2,01	13,77±1,81	7,37±0,95
Sezaryen doğum	156	59,8	163,03±24,07	35,10±4,64	13,55±2,00	6,08±1,52	4,37±2,11	13,21±1,99	7,19±0,94
Test değeri			0,015	0,284	0,291	0,693	0,507	0,022	0,151
Bebek cinsiyeti									
Kız	124	47,5	158,86±23,64	35,13±5,01	13,56±2,24	6,02±1,68	4,16±1,89	13,30±1,95	7,20±0,97
Erkek	137	52,5	131,15±24,43	35,57±4,50	13,75±1,80	6,21±1,51	4,70±2,20	13,55±1,91	7,32±0,92
Test değeri			0,443	0,457	0,440	0,345	0,032	0,302	0,283
Ten tene temas									
Evet	194	74,3	162,17±23,78	35,11±4,62	13,60±2,07	6,12±1,55	4,33±2,05	13,29±1,99	7,23±0,97
Hayır	67	25,7	153,95±23,92	36,10±5,06	13,85±1,88	6,10±1,74	4,77±2,12	13,83±1,71	7,37±0,86
Test değeri			0,016	0,141	0,390	0,914	0,134	0,050	0,296
İlk emzirme*									
İlk 30 dakika	102	39,1	162,44±23,41	35,58±4,27	13,86±2,07	6,15±1,52	4,16±2,02	13,43±1,82	7,22±0,94
İlk 31-60 dakika	85	32,5	159,24±25,70	34,88±5,13	13,28±2,06	5,98±1,50	4,52±1,96	13,31±2,24	7,27±0,95
İlk saatten sonra	74	28,4	157,72±22,94	35,62±4,94	13,83±1,87	6,22±1,80	4,74±2,23	13,58±1,72	7,32±0,95
Test değeri			F=0,895/t=0,410	F=0,657/t=0,519	F=2,292/t=0,103	F=0,488/t=0,614	F=1,764/t=0,173	F=0,364/t=0,695	F=0,231/t=0,794
Emzirme eğitimi alma									
Evet	190	72,8	162,25±23,60	35,52±4,82	13,75±2,14	6,21±1,57	4,31±2,03	13,49±1,97	7,30±0,96
Hayır	71	27,2	154,21±24,39	34,95±4,54	13,43±1,64	5,88±1,65	4,81±2,14	13,28±1,84	7,16±0,92
Test değeri			0,016	0,395	0,208	0,146	0,079	0,430	0,304
Emzirme kaynaklı estetik endişe duyma									
Evet	32	12,3	158,78±23,89	34,12±5,03	13,62±2,07	6,53±1,48	4,96±2,16	13,03±2,17	7,09±1,08
Hayır	229	87,7	160,24±24,11	35,54±4,69	13,67±2,02	6,06±1,60	4,37±2,05	13,49±1,90	7,29±0,93
Test değeri			0,748	0,114	0,901	0,123	0,130	0,207	0,269

Bağımsız gruplarda t testi, *One way Anova testi

Primipar annelerin BAÖ toplam puan ortalamaları ve EMÖ alt boyut puanları arasındaki ilişki Tablo 3'te verilmiştir. Yapılan pearson korelasyon analizinin sonucunda BAÖ toplam puanı ve EMÖ alt boyutlarından bütünleşmiş düzenleme ($p<0,001$), içsel motivasyon ve özdeşleşmiş düzenleme ($p<0,001$), içe yansıtılmış düzenleme toplumsal onaylama ($p=0,033$) ve

dışsal düzenleme-ek yararlar ($p=0,008$) toplam puanları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Emzirme motivasyonunda bütünleşmiş düzenleme, içsel motivasyon ve özdeşleşmiş düzenleme, içe yansıtılmış düzenleme toplumsal onaylama ve dışsal düzenleme-ek yararlar puanı arttıkça primipar annelerin beden algısı puanı artmaktadır (Tablo 3).

Tablo 3: Primipar annelerin BAÖ toplam puanları ve EMÖ alt boyut puanları arasındaki ilişki

	1	2	3	4	5	6
BAÖ	1					
Bütünleşmiş düzenleme	$r=0,348$ $p<0,001$	1				
İçsel motivasyon ve özdeşleşmiş düzenleme	$r=0,427$ $p<0,001$	$r=0,820$ $p<0,001$	1			
İçe yansıtılmış düzenleme toplumsal onaylama	$r=0,201$ $p=0,033$	$r=0,096$ $p=0,314$	$r=0,214$ $p=0,023$	1		
İçe yansıtılmış düzenleme toplumsal baskı	$r=0,098$ $p=0,300$	$r=-0,177$ $p=0,061$	$r=-0,152$ $p=0,109$	$r=0,338$ $p<0,001$	1	
Dışsal düzenleme-ek yararlar	$r=0,247$ $p=0,008$	$r=0,426$ $p<0,001$	$r=0,378$ $p<0,001$	$r=0,013$ $p=0,888$	$r=0,072$ $p=0,447$	1

Multipar annelere yönelik yapılan pearson korelasyon analizinin sonucunda ise BAÖ toplam puan ortalaması ve EMÖ alt boyutlarından bütünleşmiş düzenleme ($p<0,001$), içsel motivasyon ve özdeşleşmiş düzenleme ($p<0,001$) ve dışsal düzenleme-bebek sağlığı ($p=0,011$) toplam puanları

arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Emzirme motivasyonunda bütünleşmiş düzenleme, içsel motivasyon ve özdeşleşmiş düzenleme ve dışsal düzenleme-bebek sağlığı puanı arttıkça multipar annelerin beden algısı puanı artmaktadır (Tablo 4).

Tablo 4: Multipar annelerin BAÖ toplam puanları ve EMÖ alt boyut puanları arasındaki ilişki

	1	2	3	4	5	6	7
BAÖ	1						
Bütünleşmiş düzenleme	$r=0,207$ $p<0,001$	1					
İçsel motivasyon ve özdeşleşmiş düzenleme	$r=0,262$ $p<0,001$	$r=0,706$ $p<0,001$	1				
İçe yansıtılmış düzenleme toplumsal onaylama	$r=0,072$ $p=0,245$	$r=0,153$ $p=0,014$	$r=0,331$ $p<0,001$	1			

Tablo 4 (devam)

İçe yansıtılmış düzenleme toplumsal baskı	r=0,088 p=0,157	r=0,013 p=0,831	r=0,122 p=0,050	r=0,342 p<0,001	1		
Dışsal düzenleme-ek yararlar	r=0,113 p=0,067	r=0,673 p<0,001	r=0,638 p<0,001	r=0,226 p<0,001	r=0,074 p=0,236	1	
Dışsal düzenleme-bebek sağlığı	r=0,157 p=0,011	r=0,588 p<0,001	r=0,565 p<0,001	r=0,176 p=0,004	r=-0,133 p=0,031	r=0,569 p<0,001	1

Tartışma

Çalışmadan elde edilen veriler laktasyon sürecindeki primipar ve multipar annelerin beden algısının emzirme motivasyonu ile ilişkisi hakkında bilgi vermektedir.

Doğumdan sonraki süreç kadınların beden imajını yeniden gözden geçirdikleri bir dönemdir. Bu dönemde kadınların bedenlerine ilişkin çeşitli algıları vardır. Bu algılar, kadın çekiciliğiyle ilgili kültürel, aile tutumları, görsel medya ve toplumsal baskı gibi normlardan etkilenir.²⁷ Literatürde eğitim düzeyi yüksek, gelir durumu iyi, çalışan, çekirdek aileye sahip, çocuk sayısı ve beden kitle indeksini düşük olan laktasyon sürecindeki annelerin beden algısının daha iyi olduğu belirtilmektedir.²⁸ Çalışma bulgularımız doğrultusunda doğum sonrası dönemde çalışan primipar annelerin beden algısı düzeyinin daha iyi olduğu söylenebilir. Ayrıca çalışmamızda son doğum şekli sezaryen olan, doğumdan sonra ten tene temas uygulayan ve daha önce emzirme eğitimi alan multipar annelerin beden algısının daha yüksek olduğu da görülmektedir. Erbil ve arkadaşlarının çalışmasında beden imajı memnuniyeti aynı zamanda üniversite eğitimi, doğum sonrası bilgi alma, çocuk bakımı yardımı, kendisi hakkında olumlu bir tutumun varlığı ve eşin karısına karşı olumlu tutumları ile ilişkili olduğu belirtilmiştir.²⁹ Çalışma bulgularımız literatür sonuçları ile benzer özellik gösterdiği gibi beden algısını etkileyen farklı sosyodemografik özelliklere de sahiptir. Farklı sosyodemografik özelliklerin beden algısını etkileme çeşitliliğinin; araştırmanın yapıldığı popülasyon ve popülasyona ait farklı kültür, inanç ve tutum gibi değişkenlere bağlı olarak değişiklik gösterebileceği düşünülmektedir.

Öz belirleme kuramına dayalı emzirme motivasyonu içsel (bütünleşik düzenleme, içsel motivasyon ve özdeşleşmiş düzenleme) ve dışsal motivasyon (içe yansıtılmış düzenleme ve dışsal düzenleme) olarak değerlendirilir. İçsel olarak motive olan kişiler; davranışları zevk, mutluluk, ilgi, başarı ve heyecan getirdiği için eyleme dönüştürürler.³⁰ Dışsal motivasyona sahip bireyler ise kendilerini suçlu hissetmemek, takdir edilmek ya da onay almak için davranışı eylemleştirebilirler.³¹ Bu kapsamda yapılan bir çalışmada doğumdan sonra dördüncü haftada otonom motivasyon türlerinden içsel motivasyon ve özdeşleşmiş düzenlemenin multipar anneleri, bütünleşmiş düzenleme motivasyonunun ise primipar anneleri daha fazla motive ettiği tespit edilmiştir.³² Ayrıca, multipar annelerin emzirmenin önemi ve tatmininden motive oldukları, primipar annelerin ise emzirmenin kişisel hedeflerini ve bireysel özelliklerini yansıttığına inandıkları için motive oldukları belirtilmektedir. Çalışmamızda primipar annelerin içsel motivasyonlarının sosyodemografik özelliklerle değişmediği belirlenirken dışsal motivasyonlardan olan içe yansıtılmış düzenleme toplumsal baskı motivasyonunun; eğitim seviyesi düşük, geniş ailede yaşayan, emzirme eğitimi almayan ve emzirme kaynaklı estetik endişe duyan bireylerde yüksek olduğu görülmektedir. Aynı şekilde ten tene temas uygulayanlarda da içe yansıtılmış toplumsal onaylama dış motivasyonun yüksek olduğu belirlenmiştir. Dolayısıyla primipar annelerin emzirme motivasyonlarının daha çok dış etkenlere göre şekillendiğini söyleyebiliriz. Bu bağlamda primiparların daha önce emzirme tecrübesinin olmamasından dolayı emzirme davranışı sergilerken takdir edilme, kaygı ve suçluluk

hissi gibi içsel baskıların ön planda olması beklendik bir durum olarak kabul edilebilir. Literatürde primiparlarda emzirme motivasyonunun değerlendirildiği bir çalışmada ileri yaş, yüksek eğitim düzeyi, sigara içmeme durumu ve emzirme desteğinin emzirme motivasyonunu olumlu yönde etkilediği belirtilmiştir.¹⁶ Çalışma bulgularımız Mızrak Şahin ve arkadaşlarının (2019) çalışmasıyla benzerlik göstermektedir.¹⁶ Çalışma bulguları multipar annelerin emzirme motivasyonlarını değerlendirdiğinde ise çekirdek aileye sahip olma durumu; bütünleşmiş düzenleme, içsel motivasyon ve özdeşleşmiş düzenleme motivasyonlarını arttırmaktaydı. Bu durumun çekirdek ailede yaşanan bireylerde özerk davranışların artması, beklentilerinin netleşmesi, özgüvenlerinin ve sorunlarla baş etme kapasitelerinin artmasıyla ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Buna karşın dışsal motivasyonlardan yansıtılmış düzenleme toplumsal baskı motivasyonunun erkek bebeğe sahip olanlarda; dışsal düzenleme-ek yararlar motivasyonunun ise eğitim seviyesi düşük ve vajinal doğum yapan bireylerde daha fazla olduğu görülmektedir. Ataerkil toplum yapısının hâkim olduğu ülkelerde erkek bebek doğurmak, vajinal doğum yapmak ve emzirme gibi toplum tarafından öğretilmiş davranışlar olduğu düşünüldüğünde sonuçlar şaşırtıcı değildir. Özellikle bu tarz düşünceye sahip bireylerde toplum tarafından takdir ve onay alma gibi davranışlar sergilemesi ve dışsal motivasyonla güdülenmeleri beklendik bir durumdur.

Doğum sonu dönemdeki anneler arasında, beden imajı, emzirme ile ilişkili önemli bir faktör olarak öne çıkmaktadır.³³⁻³⁴ Çalışma

bulgularımız primiparlarda içsel motivasyonlarla ve içe yansıtılmış düzenleme toplumsal baskı motivasyonu hariç diğer dışsal motivasyonların beden algısı ile ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Multiparlarda ise içsel motivasyonlar ve dışsal düzenleme-bebek sağlığı dış motivasyonu ile beden algısının pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla doğum sonrası dönemde annelerin beden algısı arttıkça emzirme motivasyonları da artar diyebiliriz. Benzer şekilde Gillen ve arkadaşlarının (2021) çalışmasında doğum sonrası dönemde emzirmeye yönelik olumlu tutumlar algılanan vücut işlevselliği ile ilişkili bulunmuştur.²⁸ Literatürde annelerin emzirerek dengeli kilo kaybına ulaşabileceği ve benlik algılarının güçlendirilmesi ile doğum öncesi beden imajına dönebilecekleri ifade edilmektedir.⁶⁻²⁸ Ayrıca araştırmalar, zayıf vücut imajını azalmış emzirme niyeti, daha kısa emzirme süresi ve daha az emzirme olasılığı ile ilişkilendirmiştir.³³⁻³⁴ Primo ve arkadaşlarının Brezilya’da yaptıkları niteliksel bir çalışmada ise annelerin emzirme sırasında vücut imajındaki değişikliklerden memnuniyetsiz oldukları fakat anne sütünün çocuk için faydalarının göz önünde bulundurulması sonucu emzirmeye değer vererek devam etmek istedikleri belirtilmiştir.³⁵ Araştırma sonuçları annenin beden imajını tatmin edici/yetersiz olarak algılaması, emzirme sürecini ve motivasyonu aşıkâr bir şekilde etkilediğini göstermektedir. Vücut değişikliklerinin anneler tarafından kişisel, öznel ve karmaşık bir şekilde algılandığı unutulmamalı ve her annenin bireysel algıları göz önünde bulundurularak emzirme motivasyonları desteklenmelidir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışmamızda doğum sonrası beden algısı ile emzirme motivasyonu arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılabilir. Çalışan primipar anneler ile sezaryen doğum yapan, tentene temas uygulayan ve emzirme eğitimi alan multipar annelerin beden algısı düzeyleri daha yüksektir. Öz belirleme kuramına dayalı emzirme motivasyonu primipar annelerde

dışsal kontrollü; multipar annelerde ise hem içsel hem dışsal kontrollü olduğu belirlenmiştir.

Sonuç olarak, farklı paritelerdeki annelerin bedensel değişikliklere nasıl tepki verdiklerini ve emzirmeye yönelik tutumlarını anlamak, kendi özel ihtiyaçlarına göre uyarlanmış destek sağlanması açısından önem taşımaktadır. Bu bağlamda emzirme desteği

vermeden önce başta ebeler ve hemşireler olmak üzere doğum sonu dönemde görev yapan tüm sağlık profesyonellerinin, annelerin motivasyon düzeylerini değerlendirmeleri ve içsel motivasyonlarını olumlu yönde etkileyen temel faktörleri belirlemeleri gerekmektedir. Ayrıca, annelerin sosyodemografik faktörlerinin

genellikle kısa ve orta vadede değiştirilmesinin zor olduğu düşünülebilir. Bu nedenle, emzirme müdahalelerinin, doğrudan emzirmenin kesilmesinin etkilerinden ziyade, bilgi, değerler ve emzirmeyi destekleyen toplumsal çevre gibi değiştirilebilir faktörlere odaklanması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

1. Uzun, K, Kolcu, M. ve Öcebe, D. K. (2018). "Anne Sütü ile Beslenmede Kanıtı Dayalı Uygulamalar". Hemşirelik Bilimi Dergisi, 1 (2), 29-32.
2. World Health Organization. (2023) "Infant and Young Child Feeding". Erişim adresi: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>. (Erişim tarihi: 15.01.2024.)
3. Lancet. (2016) "Breastfeeding: Achieving the New Normal". Erişim adresi: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(16\)00210-5/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(16)00210-5/fulltext) (Erişim Tarihi 10 Temmuz 2024).
4. Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü. (2019). "2018 Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması". Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü, T.C. Cumhurbaşkanlığı Strateji ve Bütçe Başkanlığı ve TÜBİTAK, Ankara, Türkiye.
5. World Health Organization. (2019). "Global Breastfeeding Scorecard, 2019: Increasing Commitment to Breastfeeding Through Funding and Improved Policies and Programme". Erişim adresi: <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-NMH-NHD-19.22> (Erişim tarihi: 10 Temmuz 2024)
6. Schalla, S. C, Witcomb, G. L. and Haycraft, E. (2017). "Body Shape and Weight Loss as Motivators for Breastfeeding Initiation and Continuation". International Journal of Environmental Research and Public Health, 14 (7), 754.
7. Erçin, E. ve Köseoğlu, S. Z. A. (2022). "Güncel Bilgilerle Laktasyon Dönemi ve Etkileyen Faktörler". İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 4 (2), 94-99.
8. Balogun, O. O, Dagvadorj, A, Anigo, K. M, Ota, E. and Sasaki, S. (2015). "Factors Influencing Breastfeeding Exclusivity During the First 6 Months of Life in Developing Countries: A Quantitative and Qualitative Systematic Review". Maternal & Child Nutrition, 11 (4), 433-451.
9. Kaya, C. E. ve Atasever, Z. (2022). "Gebelerin Kendilerini Algılama Durumları ve Etkileyen Faktörler". Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 11 (3), 956-968.
10. Güven, G. ve Solmaz, D. Y. (2022). "Kadın ve Erkek Bireylerin Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve Beden Algısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". International Journal of Sport Exercise and Training Sciences-IJSETS, 8 (2), 56-70.
11. Mughal, S, Azhar, Y. and Siddiqui, W. (2022). "Postpartum Depression". StatPearls Publishing. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK519070/>
12. Kadioğlu, M. ve Oksay, Ü. (2017). "Yeme Bozukluklarının Gebelik ve Doğum Sonu Sürece Etkileri". Kadın Sağlığı Hemşireliği Dergisi, 3 (1), 40-53.
13. Pinto, E, Chaves, C, Duarte, J, Nelas, P. ve Coutinho, E. (2016). "Maternal Affection and Motivation for Breastfeeding". Procedia-Social
14. Mızrak Şahin, B. ve Özerdoğan N. (2018). "Emzirmenin Sürdürülmesi ve Başarısında Anahtar Faktör: Öz-Belirleme Kuramına Dayalı Emzirme Motivasyonu". STED, 27 (4), 291-5.
15. Şen, M. (2020). "Yenidoğan Annelerinin Emzirme Motivasyonlarını Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi". Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
16. Mızrak Şahin, B, Özerdoğan, N, Özdamar, K. ve Gürsoy, E. (2019). "Factors Affecting Breastfeeding Motivation in Primiparous Mothers: An Application of Breastfeeding Motivation Scale Based on Self-Determination Theory". Health Care for Women International, 40 (6), 637-652.
17. Asimaki, E, Dagla, M, Sarantaki, A. and Iliadou, M. (2022) "Main Biopsychosocial Factors Influencing Breastfeeding: a Systematic Review". Maedica (Bucur), 17 (4), 955-962. 10.26574/maedica.2022.17.4.955
18. Merino, M, Tornero-Aguilera, J. F, Rubio-Zarapuz, A, Villanueva-Tobaldo, C. V, Martín-Rodríguez, A. and Clemente-Suárez, V. J. (2024). "Body Perceptions and Psychological Well-Being: A Review of the Impact of Social Media and Physical Measurements on Self-Esteem and Mental Health with a Focus on Body Image Satisfaction and Its Relationship with Cultural and Gender Factors". Healthcare, 12 (14), 1396. 10.3390/healthcare12141396.
19. Orchard, L. J. and Nicholls, W. (2022). "A Systematic Review Exploring the Impact of Social Media on Breastfeeding Practices". Current Psychology, 41 (9), 6107-6123.
20. Moniz Tavaress M, Santos A.P, Silva S. and Mendes J. (2023). "The Influence of Pregnant's Body Image on the Decision to Breastfeed: A Systematic Review". Portuguese Journal of Behavioral and Social Research, 9 (1): 1-12.
21. Güney, E. ve Uçar, T. (2018). "Breastfeeding Attitude of Body Image in Pregnancy and Effect on Breastfeeding Process." Zeynep Kamil Tıp Bülteni, 49 (1), 49-53.
22. Ayran, G. ve Karahan Yılmaz, S. (2022). "Determination of Body Image and Perceived Stress Levels of Mothers During Breastfeeding". TJFMPC, 16 (4), 813-822.
23. Secord, P.F. and Jourard, S.M. (1953). "The Appraisal of Body-Cathexis: Body Cathexis and the Self". Journal of Consulting Psychology, 17, 343-347. Doi: 10.1037/h0060689.
24. Hovardaoğlu, S. (1993). "Vücut Algısı Ölçeği". Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji (3P) Dergisi, 1 (1): 26-27, Testler özel eki.
25. Kestler, Peleg, M, Shamir Dardikman, M, Hermoni, D. and Ginzburg, K. (2015). "Breastfeeding Motivation and Self-Determination Theory". Social Science and Medicine, 144, 19-27. doi:10.1016/j.socscimed.2015.09.006.
26. Mızrak, B. "Emzirme Motivasyonu Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması, Emzirme Motivasyonunu Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi". (2017). Doktora Tezi. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
27. Danielsson A.J, Hasserijs, R, Ohlin. A. And Nachemson A.L. (2012). "Body Appearance and Quality of Life in Adult Patients with Adolescent Idiopathic Scoliosis Treated with a Brace or Under Observation Alone During Adolescence". Spine, 2012;37:755-62.

28. Gillen, M.M, Markey, C.H, Rosenbaum D.L. and Dunaev J.L. (2021). "Breastfeeding, Body Image and Weight Control Behavior Among Postpartum Women". *Body Image*, 2021;38:201-209. doi:10.1016/j.bodyim.2021.04.006.
29. Erbil, N, Şenku, A, Başara G.F, Sağlam, Y. ve Gezer, M. (2012). "Body Image Among Turkish Women During the First Year Postpartum". *Health Care Women Int*, 2012;33:125-37.
30. Deci, E. L, Ryan, R. M. and Williams, G. C. (1996). "Need Satisfaction and the Self-Regulation of Learning". *Learning and Individual Differences*, 8 (3), 165-183. doi:10.1016/S1041-6080(96)90013-8.
31. Ryan, R. M. and Deci, E. L. (2000). "Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions". *Contemporary Educational Psychology*, 25 (1), 54-67. doi:10.1006/ceps.1999-1020.
32. Gök, E, Bakır, S. ve Ertem, G. (2023). "Comparison Breastfeeding Motivation and Perceived Social Support Levels of Primiparous and Multiparous Women in the Postpartum Period". *Journal of Tepecik Education & Research Hospital/İzmir Tepecik Eğitim ve Araştırma Hastanesi Dergisi*, 33 (1).
33. Morley-Hewitt, A. G. and Owen, A. L. (2020). "A Systematic Review Examining the Association Between Female Body Image and the Intention, Initiation, and Duration of Postpartum Infant Feeding Methods (Breastfeeding vs Bottle-Feeding)". *Journal of Health Psychology*, 25 (2), 207-226.
34. Zimmerman E, Rodgers R.F, O'Flynn J and Bourdeau A. (2019). "Weight-related Concerns as Barriers to Exclusive Breastfeeding at 6 Months". *Journal of Human Lactation*, 35 (2) (2019), pp. 284-291.
35. Primo, C. C, Ferreira, C. I, Soares, J. D. S, Muri, L. A. C, Lima, E. D. F. A. and Brandão, M. A. G. (2023). "Body Image of Women During Breastfeeding: Analysis Supported by Nursing Theory". *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 44, e20220051.