

Yayın Geliş Tarihi: 05.08.2024

Yayına Kabul Tarihi: 06.09.2025

Online Yayın Tarihi: 26.02.2026

<http://dx.doi.org/10.16953/deusosbil.1528490>

Dokuz Eylül Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi

Cilt: 28, Sayı: 1, Yıl: 2026, Sayfa: 146-170

E-ISSN: 1308-0911

Araştırma Makalesi

INSTAGRAM ANNELERİNİ TAKİP EDEN ANNELERDE KARŞILAŞTIRMA YÖNELİMİ VE EBEVEYNLİKTEN ALINAN DOYUM DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE SOSYAL DESTEĞİN ARACI ROLÜ

Gizem SARISOY AKSÜT*

Öz¹

Sosyal medya platformları farklı alanlarda bilgi almak, sosyalleşmek, reklam yapmak gibi amaçlarla kullanılmaktadır. Bu platformlarda öne çıkan hesaplardan bazıları annelik üzerine yoğunlaşan hesaplardır. Instagram anneleri (Instamom) adı verilen ve Instagramda çok sayıda takipçiye sahip anneler yeni anne olacak veya hâlihazırda anne olmuş kadınlar tarafından sıklıkla takip edilmektedir. Bu çalışmada Instamomları takip eden annelerin karşılaştırma yönelim düzeyleri ve ebeveynlikten aldıkları doyum arasındaki ilişkide algılanan sosyal desteğin aracı rolü araştırılmıştır. Çalışmaya 0-6 yaş arasında çocuğu olan ve Instagram üzerinden aktif olarak Instamomları takip eden 107 anne katılım sağlamıştır. Katılımcılardan demografik bilgi formu, Iowa-Hollanda Karşılaştırma Yönelimi Ölçeği, Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Ebeveynliğe Yönelik Tutum Ölçeği- Anne Formunu doldurmaları istenmiştir. Korelasyon analizlerine göre karşılaştırma yöneliminin ebeveynlikten alınan doyum ve algılanan sosyal destek düzeyi ile arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuşken, algılanan sosyal destek düzeyi annelikten alınan doyum ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki göstermiştir. Bununla birlikte karşılaştırma yöneliminin algılanan sosyal destek aracılığıyla ebeveynlikten alınan doyum düzeyine dolaylı etkisi anlamlı bulunmuştur. Bulgular algılanan sosyal desteğin bu ilişkideki aracılık etkisine işaret etmektedir. Çalışma karşılaştırma yönelimi yüksek olan annelerin algıladıkları sosyal destek düzeyinin düştüğünü algılanan sosyal destek düzeyindeki düşüşün ise ebeveynlikten alınan

Bu makale için önerilen kaynak gösterimi (APA 7. Sürüm):

Sarisoy Aksüt, G. (2026). Instagram annelerini takip eden annelerde karşılaştırma yönelimi ve ebeveynlikten alınan doyum düzeyi arasındaki ilişkide sosyal desteğin aracı rolü. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 28 (1), 146-170.

*Dr. Öğr. Üyesi, Antalya Bilim Üniversitesi, ORCID: 0000-0002-2936-9421, sarisoygizem@gmail.com

¹Bu çalışmanın etik kurul izni Antalya Bilim Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu tarafından 2023/5 karar no ile 06.01.2023 tarihinde verilmiştir.

doyum ile ilişkili olduğu sonucuna varmıştır. Çalışmanın bulguları alan yazındaki mevcut çalışmalar göz önünde bulundurularak tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Ebeveynliğe Yönelik Tutumlar, Sosyal Medya, Karşılaştırma Yönelimi, Sosyal Destek, Instagram.

THE MEDIATING ROLE OF SOCIAL SUPPORT IN THE RELATIONSHIP BETWEEN COMPARISON ORIENTATION AND SATISFACTION WITH PARENTING IN MOTHERS WHO FOLLOW INSTAMOMS

Abstract

Social media platforms are widely used for information seeking, socialization, and advertising. Some of the prominent accounts on these platforms are those that focus on motherhood. Mothers known as “Instamoms,” who have a large number of followers on Instagram, are frequently followed by women who are either expecting a child or are already mothers. This study examined the mediating role of perceived social support in the relationship between social comparison orientation and parental satisfaction among mothers who follow Instamoms. The sample consisted of 107 mothers with at least one child aged 0–6 who actively followed Instamom accounts on Instagram. Participants completed a demographic information form, the Iowa–Netherlands Comparison Orientation Measure, the Multidimensional Scale of Perceived Social Support, and the Parenting Attitude Scale – Mother Form. Correlation analyses revealed that social comparison orientation was negatively and significantly associated with both parental satisfaction and perceived social support, whereas perceived social support was positively and significantly related to parental satisfaction. Furthermore, the indirect effect of social comparison orientation on parental satisfaction through perceived social support was found to be significant. These findings indicate a mediating role of perceived social support in this relationship. Overall, the results suggest that mothers with higher levels of social comparison orientation tend to perceive lower levels of social support, and this decrease in perceived social support is associated with lower parental satisfaction. The findings are discussed in light of the existing literature.

Keywords: Parenting Attitudes, Social Media, Comparison Orientation, Social Support, Instagram.

GİRİŞ

Sosyal medya günlük hayatımızda giderek daha fazla yer kaplamaktadır. Geçmişte sadece gerçekten tanıdığımız insanları takip ettiğimiz sosyal medya mecralarından olan Instagram son yıllarda sosyal medya fenomenlerinin ortaya çıkışı ile toplumsal algıyı da şekillendirici bir etkiye sahip olmuştur (Freberg vd., 2011). Sosyal medya platformlarında çok sayıda takipçiye sahip olan, belli içerikler üreterek ve belli firmalarla ortaklık veya marka anlaşmaları yaparak paylaşımları üzerinden gelir elde eden kişilere “fenomen” adı verilmektedir

(Duffy, 2020). Farklı konularda paylaşımlar yapan fenomenler paylaştıkları konularda takipçilerini etkileme gücüne de sahiptir. Sosyal medya fenomeni olan bir grup da anneliğe dair paylaşımlar yapan anne fenomenlerdir (InstaMoms) (Thompson, 2007). Anne fenomenler genellikle hamilelik süreçlerinden itibaren kendi hayatları, günlük rutinleri, bebekleri için yaptıkları hazırlıklar, eşleri ile ilişkileri gibi konularda paylaşımlar yapmaktadır. Hamilelikten itibaren hayatlarında yeni bir role hazırlanan

takipçi anneler de hamilelik ve doğum sonrası dönemlerle ilgili bilgi alabilmek adına bu fenomen anneleri takip etme eğilimindedir (Lupton, 2016).

Instagramın görsel doğasının da etkisi ile Instamomlar genellikle hayatlarının pozitif taraflarını paylaşma eğilimindedir (Moignan vd., 2017). Kendilerini takipçilerine yakın, benzer hayatlar yaşayan, samimi kişiler olarak sunma eğilimleri olsa da (Abidin, 2017), fenomen anneler çoğunlukla sponsorlu içerikler, marka ve ürün tanıtımları yapmakta ve bu tür anlaşmaları sürdürmek veya yeni anlaşmalar yapabilmek için belli sayıda takipçi, görüntülenme veya beğeni almaya çalışmaktadır (Brown ve Hayes, 2008). Bu işin mevcut doğası da anneliği pazarlama aracı haline getiren bir tür sektör oluşturmaktadır. Bu yolla hem anne-bebek ürünleri hem de annelik imajı pazarlanmaktadır (Prikhidko ve Swank, 2018; Tate, 2023). Bu konuda yürütülen tartışmalardan birisi de bu sunulan annelik imajı üzerinedir. Kirkpatrick ve Lee (2022) Instagram üzerinden sunulan kusursuz annelik imajlarının takipçilerde yetersizlik duygularını tetikleyici bir etkiye sahip olabileceğini belirtmektedir. Takipçiler kendi annelik deneyimlerini Instamomların sunduğu idealler ile karşılaştırma içerisine girebilmektedir (Tate, 2023).

Instamomların paylaşımlarına bakıldığında sıklıkla bebekleriyle geçirdikleri kaliteli zaman, onlara hazırladıkları geliştirici oyunlar, bebeklerine okudukları kitaplar, aldıkları oyuncaklar, hazırladıkları organik içerikli ek gıdalar, ailecek gidilen tatiller, kendilerine ayırdıkları zaman gibi içeriklerin olduğu görülmektedir. “İdeal” annelik içerikleri üreterek daha çok takipçiye ulaşmaya ve böylelikle sosyal medyada varlıklarını ve ekonomik gelirlerini sürdürmeye çalışan Instamomları takip etmenin ise annelerin iyi oluşunu olumsuz yönde etkilediğini gösteren çalışmalar mevcuttur (Egmose vd., 2022; Djafarova & Trofimenko, 2017; Kirkpatrick & Lee, 2022)

Sosyal Karşılaştırma Teorisi ve Karşılaştırma Yönelimi

Sosyal karşılaştırma teorisine göre insanlar kendilerini anlama ve benliklerini inşa sürecinde kendilerini başkaları ile sıklıkla karşılaştırırlar (Festinger, 1954). Karşılaştırma iki yönde olabilir. Yukarı yönlü karşılaştırmada kişi kendisinden daha iyi durumda olan birisi ile kendisini karşılaştırabilir. Aşağı yönlü karşılaştırmada ise karşılaştırılan kişi daha düşük bir konumdadır. Yukarı yönlü karşılaştırmada kişi kendisini daha olumsuz hislerle beraber bulurken, aşağı yönlü

karşılaştırmada kişi kendisini daha iyi bir pozisyonda gördüğünden daha iyi hissedebilir (Festinger, 1954).

Dijital dünya ve sosyal medyanın bu denli günlük hayatın içinde olmadığı dönemlerde karşılaştırma sıklıkla günlük hayatta bilinen ve tanınan insanlarla kısıtlı kalırken bugün çoğu insan kendisini internet üzerinden gördüğü çok geniş bir kitle ile karşılaştırabilmektedir (Pempek vd, 2009; Qui, 2024; Wagstaff, vd., 2024). Sosyal medyanın etkileri üzerine yapılan çalışmalar sıklıkla ergenlerle yürütülmektedir (örn. Boer vd., 2020 Irmer ve Schmiedek, 2023; Pérez-Torres, 2024; Valkenburg vd., 2022). Bununla birlikte yeni bir kimlik inşa sürecini içerdiğinden annelerin de sosyal medyanın olumsuz etkileri bağlamında riskli grupta olduğunu düşünenler bulunmaktadır (örn: Germic vd., 2021; Moujaes ve Verrier, 2021). Amaro ve diğerleri (2019) annelerin sosyal medya üzerinden kendi anneliklerini diğer annelerle karşılaştırdıklarını ve bu yolla kendilerinin nasıl bir anne olduklarını anlamaya çalıştıklarını belirtmektedir. Bu noktada yanıltıcı olabilecek şeylerden birisi takipçi annelerin kendi anneliklerini karşılaştırdıkları Instamomların sosyal medyada “en iyi hallerini” paylaşması ve bunun onların işi olmasıdır (Brandenberg vd., 2019; Coyne vd. 2017, Park ve Baek, 2018). Eğer anneler sosyal medya fenomenlerinin en iyi halleri ile kendi gündelik veya en kötü hallerini karşılaştırıyorsa kendilerine dair değerlendirmeleri daha olumsuz yönde olmaktadır (Lee, 2014).

Bu alanda yürütülen çalışmalardan bazıları annelerin sosyal medya üzerinden yaptıkları karşılaştırmaların psikolojik sağlıkları özellikle de depresyon düzeyleri ve ebeveyn yeterlik algıları üzerinde olumsuz etkisi olabileceği üzerinde durmaktadır (Coyne vd., 2017; Feinstein, vd., 2013; Kirkpatrick, Lee, 2022; Padoa vd., 2018; Tosun vd., 2020).

Ebeveynlikte Sosyal Destek

Ebeveyn olmak birçok kişi için mutluluk ve heyecan verici bir deneyimken özellikle de ilk zamanlarda kişilerin hayatında zorlayıcı olabilecek birçok değişikliği de beraberinde getirmektedir (LeMasters, 1957). Bebeğin aileye katılması ile kişiler yeni rollerine uyum sağlamaya çalışırken eşlerin birbiri ile ilişkisi ve ev içi görev dağılımları tekrar şekillenebilmektedir. Hayatta kalmak için tamamen yetişkinlere bağlı olan bebeğin ihtiyaçları önceliklendirilmektedir. Bütün bu yönleri ile ebeveyn olmak stres düzeyini artırma ve ilişki problemlerini ortaya çıkarma potansiyeline sahiptir (Theiss vd., 2013). Bununla birlikte bu süreçte destekleyici bir çevreden algılanan sosyal desteğin olumsuz etkilerden koruyucu bir tampon etkisine sahip olduğuna dair bulgular vardır (Seymour vd., 2015). Sosyal desteğin doğum sonrası depresyon ve kaygı ile negatif yönde ilişkili olduğunu (Cirino ve Knapp, 2019; Razurel vd., 2011), annenin bebek ile bağ kurmasını olumlu yönde etkilediğini (Leahy- Warren vd., 2012) ve ebeveyn öz yeterliği ile pozitif ilişkili olduğunu (Fierloos vd., 2023) gösteren çalışmalar bulunmaktadır.

Annelik bağlamında sosyal destek çeşitli şekillerde sağlanabilir. House (1981) dört farklı sosyal destek türünden bahsetmiştir. Bunlar araçsal destek (instrumental support), duygusal destek (emotional support), bilgi desteği (informational support) ve değerlendirme desteğidir (appraisal support). *Araçsal destek* pratik somut yardım sağlamayı içermektedir. Türkiye’de annelerin sosyal destek ihtiyaçlarını nitel olarak araştıran bir çalışmada annelerin en çok yemek pişirmek, büyük çocuklarının bakımı ve kendi ihtiyaçları için zaman yaratma konularında desteğe ihtiyaç duydukları belirlenmiştir (Güler & Yalçınkaya Alkar, 2021). Görüşme yapılan anneler emzirdikleri için sürekli acıktıklarını ve bu süreçte yemek yapmak, evi temizlemek gibi konularda birilerinin desteğine ihtiyaç duyduklarını belirtmiştir. Benzer şekilde Amerika’da farklı etnik gruplarla yürütülmüş bir çalışmada odak gruplar (focus group) oluşturulmuş ve tüm gruplarda araçsal desteğin en önemli tema olduğu görülmüştür (Negron vd., 2013). Bunun dışında anneye sosyal destek *duygusal destek* olarak da sunulmaktadır. Anneye karşı empatik yaklaşmak, şefkat sunmak, onu yüreklendirici ve destekleyici geribildirimler sağlamak duygusal destek örnekleri olabilir (Dennis ve Chung-Lee, 2006; De Sousa Machado vd., 2020). Letourneau ve diğerleri (2011) çalışmalarında annelerin duygusal destek ve karşılıklı etkileşime olan ihtiyaçlarını dile getirdiğini belirtmiştir. *Bilgi desteği* belli konularda bilgilendirme ve öneri şeklinde sunulmaktadır (Sherbourne & Steward, 1991). Örneğin, bebeğini uyutmakta veya sakinleştirmede zorlanan bir anneye bu konularda farklı bilgiler sunmak bilgi desteğine örnek olabilir *Değerlendirme desteği* ise anneye kendini, bebeğini ve bebek bakımına dair yaptıklarını değerlendirmesi veya daha geniş çerçeveden görmesi için yapıcı bir geribildirim ve yansıtma şeklinde verilebilir (House, 1981). Örneğin anneye; “*Bebeğin her ağladığında kötü hissettiğini biliyorum. Ama aslında başka bir iletişim aracı olmadığı için de ağlıyor olabilir*” denerek bebeğin ağlamaları konusunda yeni bir perspektif kazandırılabilir veya “*İlk haftalardan bugüne ne kadar da çok şey öğrendin*” şeklinde bir yorum yapılarak kendisine dair pozitif bir bakış geliştirmesine destek olunabilir.

Alandaki çalışmalar evliliğinde ve çevresinde yeterli düzeyde sosyal destek algılayan annelerin, düşük düzey sosyal destek algılayan annelere kıyasla bebeklerinin ihtiyaçlarını daha çok karşıladıklarını ve ebeveynlik becerilerine daha çok güvendiklerini ortaya koymaktadır (Cox vd., 1989; Hann, 1989). Buna ek olarak algılanan sosyal destekte artışın daha düşük doğum sonrası depresyon (Brown vd., 2012; Cho vd. 2022; Leahy- Warren vd., 2012, Reid & Taylor, 2015; Qi vd. ,2022; Żyrek vd., 2024) ve stres düzeyi (Slomian vd., 2017) daha yüksek hayat kalitesi (Webster vd., 2011), ve doğum sonrası genel iyilik hali (Ginja vd., 2018) ile ilişkili olduğu ortaya konmaktadır. Bununla birlikte, doğum sonrası stres konusunda bilgi ve deneyim sahibi olmayan aile ve arkadaşların, anneye destek sunmada yetersiz kaldığını ortaya koyan çalışmalar da mevcuttur (Dennis & Chung-Lee, 2006; Letourneau vd., 2011). Bu çalışmalar, doğum sonrası dönemde annenin karşı karşıya olduğu psikolojik sıkıntılar hakkında bilgi sahibi olmanın, anneye verilen desteğin

kalitesini arttırdığını vurgulamaktadır. Çalışmalar benzer deneyimlere sahip veya aynı zorlukların içerisinde yakın zamanda geçmiş diğer annelerden alınan desteğin önemli bir kaynak olarak görüldüğünü vurgulamaktadır (Renbarger vd., 2021; Strange vd., 2014). Özetle, sosyal destek psikolojik sıkıntılar ve stres üzerinde koruyucu etkiye sahip olmakla birlikte bu sosyal desteğin nasıl verildiği, annenin bu desteği nasıl algıladığı gibi faktörler de önemli olabilmektedir.

Ebeveynlikten Alınan Doyum

Ebeveynlikten alınan doyum ebeveynlikle ilişkili görev ve sorumlulukları almaktan duyulan keyif, memnuniyet ve bu duyguların yarattığı doyum hissini tanımlamaktadır (Johnston & Mash, 1989). Bununla birlikte ebeveynliğe geçiş süreci birçok araştırmacı tarafından hayattaki en stresli geçişlerden biri olarak görülmektedir (Perren vd., 2005; Theiss vd., 2013). Böylesine köklü değişimlerin yaşandığı bu dönemde ebeveynlerin bu rolden doyum almalarının ebeveynlik pratiklerini de etkilediği bilinmektedir (Trivette, vd., 2010). Literatürdeki çalışmalar ebeveynlikten alınan doyum arttıkça olumlu ebeveynlik davranışlarının ve çocuk ile sıcak ve yakın bir ilişki kurulma ihtimalinin (Bornstein vd., 2012; Brown vd., 2018), çocuklarla geçirilen zamanın kalitesinin arttığını, çocuğun duygusal gelişiminin hızlandığını (Abubakar, vd., 2015), ebeveynlik stresinin (Choi & Park, 2025) ve çocuklarda davranış problemlerinin (Salari vd., 2014) ise azaldığını ortaya koymaktadır.

Ebeveynlikten alınan doyum ebeveynlerin stres seviyeleri de etkilemektedir (Akaroğlu, 2023). Literatürde sosyal desteğin hem ebeveynlerin stres seviyesini düşürmesi ile (Johnson, 2016) hem de ebeveynliğe dair öz yeterliliği artırması ile (Ponomartchouk ve Bouchard, 2015; Yang vd., 2020) ebeveynlikten alınan doyuma pozitif etkileri olduğuna dair sonuçlar yer almaktadır. Bunun tersi yönde sosyal destek eksikliğinin ise ebeveynlikten alınan doyuma olumsuz etkileri olduğunu ortaya koyan çalışmalar bulunmaktadır (Levy- Shiff, 1999).

Ebeveynlikten alınan doyum düzeyini etkileyen faktörlerden birisi de kişinin karşılaştırma eğilimidir. Yapılan çalışmalar sosyal karşılaştırma eğilimi arttıkça, ebeveynlikten alınan doyumun azaldığına işaret etmektedir (Amaro, 2019; Coyne, 2017). Özetle ebeveynlikten alınan doyum çeşitli faktörlerden etkilenebilmektedir. Bu rolden alınan doyumun artmasında düşük stres seviyesi, düşük sosyal karşılaştırma eğilimi ve yüksek sosyal destek önemli görünmektedir.

Bu çalışmada InstaMomları takip etmekte olan ve 0-6 yaş arası çocuğa sahip annelerin karşılaştırma yönelim düzeyinin annelikten alınan doyum ile ilişkisinde sosyal desteğin aracı rolünü araştırmak amaçlanmıştır. Alan yazındaki bilgi yukarı yönlü karşılaştırma yöneliminin yüksek olmasının kişilerin kendi ebeveynlikleri ile ilgili daha olumsuz algılara sahip olması ile ilişkili olduğu yönündedir (Djafarova & Trofimenko, 2017; Moujaes ve Verrier, 2021). Bu tür olumsuz değerlendirmeler ise daha depresif ve kaygılı ruh hali (Moujaes, M., & Verrier, D., 2021) ve daha düşük ebeveynlik doyumunu (Amaro, 2019; Coyne, 2017) ile ilişkili bulunmaktadır. Annenin

psikolojik sağlığının çocuğun sağlığı (Mudiyanselage vd., 2024) ile ilişkisi de göz önünde bulundurulduğunda bu konudaki araştırmaların önemli olduğu düşünülmektedir. Bu doğrultuda mevcut çalışmanın hipotezleri aşağıdaki şekildedir;

H1: Karşılaştırma yönelimi ve annelikten alınan doyum arasında negatif bir ilişki vardır.

H2: Sosyal destek ile annelikten alınan doyum arasında pozitif bir ilişki vardır.

H3: Karşılaştırma yönelimi ve sosyal destek arasında negatif bir ilişki vardır.

H4: Karşılaştırma yönelimi ve annelikten alınan doyum arasında sosyal desteğin aracı rolü vardır.

YÖNTEM

Katılımcılar

Çalışmaya katılım kriterleri olan Instamom takibi yapıyor olmak ve 0-6 yaş arası çocuğa sahip olmak kriterlerini karşılayan toplamda 264 anneye ulaşılmıştır. Annelikten alınan doyum ve sosyal medyanın etkisi çocuk yaşına göre değişim gösterebileceğinden katılımcılar okul öncesi yaşta çocuğu olanlarla kısıtlı tutulmuştur. Veriler incelendiğinde 139 kişinin çalışmayı yarıda bıraktığı tespit edilmiş, bu kişiler veri setinden çıkarılmıştır. Çalışma planlanırken katılımcıların anket sorularını okuyup anlayarak doldurdıklarından emin olmak için çalışmaya iki adet geçerlik kontrol maddesi eklenmiştir (örn: “*Bu soru için lütfen Tamamen Katılıyorum seçeneğini işaretleyiniz*”). Geriye kalan veri setinde 18 kişi bu maddelerden herhangi birine yanlış cevap verdikleri için çalışma verilerinden çıkarılmıştır. Tüm bu işlemlerden sonra analizler 107 kişinin verileri kullanılarak yürütülmüştür. Etki büyüklüğü analizlerinde güven aralığı %95 ($p > .05$) ve %80 güç ile çalışmaya 107 kişi dahil edildiğinde orta düzey (.20) bir etki büyüklüğüne ulaşıldığı bulunmuştur. Çalışma katılımcılarına dair bilgiler Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1: Örneklemdeki Annelere İlişkin Demografik Özelliklerin Dağılımı

Değişkenler	Ort.	SS	
Yaş	34.91	4.94	
Eş katkısı	4.53	1.97	
Instagram süre (dk)	72.82	44.35	
	Gruplar	N	%
Eğitim	İlkokul	2	%1.9
	Ortaokul	1	%0.9
	Lise	9	% 8.4

	Önlisans	14	% 13.1
	Lisans	48	% 44.9
	Lisansüstü	33	%30.8
Gelir	Çok Düşük	1	%0.9
	Düşük	2	%1.9
	Orta	62	%57.9
	Yüksek	36	%33.6
	Çok Yüksek	6	%5.6
Çocuk Sayısı	Tek çocuk	70	%65.4
	İki Çocuk	25	%23.4
	Üç Çocuk	12	%11.2

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplamak amacıyla araştırmacının hazırladığı demografik bilgi formu, Iowa-Hollanda Karşılaştırma Yönelimi Ölçeği (INCOM), Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Ebeveynliğe Yönelik Tutum Ölçeği- Anne Formu kullanılmıştır.

Demografik bilgi formu

Araştırmacının hazırladığı bilgi formudur. Bu formda katılımcılara yaş, eğitim, sosyoekonomik durum, çocuk bakımının eşler arası dağılımı ve instagramda geçirilen süreye dair sorular sorulmuştur. Çocuk bakımının eşler arası dağılımı 1 (“Tamamen ben bakım veriyorum”) ile 10 (“Tamamen eşim bakım veriyor”) arasında değişen Likert tipi ölçekle tek bir soruyla ölçülmüştür. Bu maddeden alınan düşük puanlar annenin bakımda eşine göre daha çok rol aldığına, yüksek puanlar ise eşin bakımda anneye göre daha aktif olduğuna işaret etmektedir.

Iowa-Hollanda karşılaştırma yönelimi ölçeği (INCOM)

Ölçeği geliştiren araştırmacılar Gibbons ve Buunk (1999) Festinger’in (1954) sosyal karşılaştırma teorisinden yola çıkarak kişilerin kendilerini diğer insanlarla karşılaştırma eğilimini ölçmeyi amaçlayan bu ölçeği geliştirmiştir. Toplamda 11 maddeden oluşan ölçeğe verilen cevaplar 5’li Likert tipi (1= “Kesinlikle katılmıyorum”, 5= “Kesinlikle katılıyorum”) derecelendirme ile ölçülmektedir. Yüksek puanlar kişilerin kendilerini başkaları ile karşılaştırma eğilimindeki yüksekliğe işaret etmektedir. Ölçeğin orijinal hali tek faktörlü bir yapıdadır. Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .83 olarak belirtilmiştir (Gibbons & Buunk, 1999).

Ölçeğin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Teközel (2000) tarafından yürütülmüştür. Türkçe formun Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısının .82 olduğu ortaya konmuştur (Teközel, 2000). Bu çalışmada ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .84 olarak bulunmuştur.

Algılanan sosyal destek ölçeği

Katılımcıların algıladıkları sosyal destek düzeyini ölçek amacıyla Zimet vd. (1988) tarafından geliştirilen ölçek toplamda 12 madde ve *aile, arkadaş ve özel bir insandan* algılanan sosyal destek olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Her alt boyut 4'er sorudan oluşmakta ve maddeler 7'li Likert derecelendirme (1= "Kesinlikle hayır", 7= "Kesinlikle evet") ile ölçülmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar algılanan sosyal destek düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir. Orijinal ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı tüm ölçek için .88, aile alt boyutu için .87, arkadaş alt boyutu için .85 ve özel biri alt boyutu için .91 olarak bulunmuştur (Zimet vd., 1988).

Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Eker vd., (2001) tarafından yapılmış ve tüm ölçeğin Türkiye örnekleminde iç tutarlılık düzeyi .89 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada ise tüm ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .93 olarak hesaplanmıştır.

Ebeveynliğe yönelik tutum ölçeği- anne formu

Ölçek okul öncesi dönemdeki çocukların annelerinin ebeveynliğe yönelik tutumlarını ölçmeyi amaçlamaktadır. Seçer vd. (2008) Gibuad-Wallston ve Wandersman (1978) tarafından geliştirilen ölçeği Türkçe'ye adapte edip geçerlik ve güvenirlik çalışmalarını yürütmüştür. Orijinalinde Doyum ve Yeterlik şeklinde iki alt faktörden oluşan ölçek Türkçe'de üç alt faktör olarak boyutlanmıştır. Orijinal ölçeğin Doyum alt boyutunun iç tutarlılığı .82 yeterlik alt boyutunun iç tutarlılığı ise .70 olarak bulunmuştur (Gibuad-Wallston & Wandersman, 1978).

Toplamda 16 maddeden oluşan Türkçe formda 7 madde ebeveynliğe dair *yeterlik algısını*, 7 madde *ebeveynlikten alınan doyumu*, 2 madde ise *ebeveynliğe ilgiyi* ölçmektedir. Beşli Likert tipi derecelendirmeye (1="Hiç katılmıyorum", 2="Katılmıyorum", 3="Kararsızım", 4= "Katılıyorum", 5= "Tamamen katılıyorum") sahip ölçeğin Türkçe formunun tüm ölçek için Cronbach alfa değeri .84 olarak belirtilmiştir (Seçer vd., 2008). Bu çalışmada ölçeğin ebeveynlikten alınan doyum alt ölçeği kullanılmıştır. Ebeveynlikten alınan doyum alt ölçeğinin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .61 olarak bulunmuştur.

Verilerin Toplanması

Araştırmaya başlamadan önce çalışmada kullanılması planlanan ölçüm araçlarının ölçek kullanım izinleri ölçekleri Türkçe'ye adapte eden araştırmacılarla iletişime geçilerek alınmıştır. İzinler alındıktan sonra Antalya Bilim Üniversitesi Araştırma ve Yayın Etik Kurulu'ndan gerekli etik kurul izinleri alınmıştır (Toplantı Tarihi: 06.01.2023 ve Karar No: 2023/5). Bilgilendirilmiş onam ve anket soruları Qualtrics üzerinden online olarak katılımcılara ulaştırılmıştır. Veriler toplanırken hem kartopu örnekleme yöntemi hem de elverişlilik yöntemi kullanılmıştır. Sosyal medya üzerinden duyurular paylaşılmış, sosyal medya fenomenlerine ulaşılarak

onlardan çalışma duyurusunu hesaplarında paylaşımları istenmiştir. Buna ek olarak sosyal medya üzerinden bireysel duyurular yapılarak kartopu örnekleme yöntemi ile potansiyel katılımcılara ulaşılmaya çalışılmıştır.

İstatistiksel Analiz

Verilerin analizi SPSS 26.0 paket programı ile yapılmıştır. Temel analizlere geçmeden önce araştırma değişkenlerinin (karşılaştırma yönelimi, algılanan sosyal destek, ebeveynlikten alınan doyum) basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiştir. Analizler sonucunda çalışma değişkenlerinin Tabachnick ve Fidell'in (2013) önerdiği normal dağılım aralığı olan -1.5 ile +1.5 arasında olduğu belirlenmiştir. Uç değerleri tespit etmek için çalışma değişkenlerinin z skorları alınmıştır. Bu skorlarda +3.29'dan yüksek ve -3.29'dan düşük puan tespit edilmemiştir. Bu nedenle, çalışmanın ana analizlerine geçiş yapılmıştır (Tabachnick & Fidell, 2013).

Araştırmada yer alan değişkenler için ilk olarak betimleyici analizler yapılmış ve değişkenlerin birbiri ile ilişkisine Pearson Korelasyon Analizi ile bakılmıştır. Karşılaştırma yönelimi ve ebeveynlikten alınan doyum arasındaki ilişkide sosyal desteğin aracı rolü Hayes'in PROCESS Makro Analizi Model 4 ile 5000 bootstrap önyükleme yöntemi kullanılarak test edilmiştir (Hayes, 2013).

BULGULAR

Değişkenlere İlişkin Betimleyici Analizler

Araştırma değişkenleri olan karşılaştırma yönelimi, sosyal destek ve ebeveynlikten alınan doyuma ait betimleyici istatistikler Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2: Araştırma Değişkenlerine Ait Betimleyici İstatistikler

	Min.	Max.	Ort.	SS.	Çarpıklık	Basıklık
Karşılaştırma yönelimi	1.64	4.64	3.24	.67	-.34	.23
Algılanan sosyal destek	22	84	65.74	16.12	-.64	.23
Ebeveynlikten alınan doyum	1.86	4.71	3.49	0.63	-.13	.23

Değişkenler Arasındaki Çoklu Korelasyon İlişkileri

Çalışma değişkenlerinin birbiri ile ve demografik değişkenlerle ilişkisine bakmak amacıyla Pearson korelasyon analizi yürütülmüştür. Çalışmanın bağımlı değişkeni olan ebeveynlikten alınan doyumun karşılaştırma yönelimi ($r = -.28, p < .01$) ile arasında negatif yönde anlamlı, sosyal destek ($r = .35, p < .01$) ve gelir düzeyi ($r = .20, p < .05$) ile ise pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu bulunmuştur. Karşılaştırma yöneliminin ise sosyal destek ile ($r = -.32, p < .01$) negatif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür.

Tablo 3: Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

	Ebeveyn D.	Karş. Yön.	Sosyal Destek	Yaş	Eğitim	Gelir	Çocuk S.	Eş rolü
Ebeveyn D.	1							
Karşılaştırma Yönelimi	-.28**	1						
Sosyal Destek	.35**	-.32**	1					
Yaş	-.01	-.16	.14	1				
Eğitim	-.05	.19	-.03	.10	1			
Gelir	.20*	-.07	.07	.06	.28**	1		
Çocuk S.	.02	-.14	.07	.38**	-.47**	-.15	1	
Eşin Rolü	-.02	.02	.17	.22*	.06	.01	-.01	1

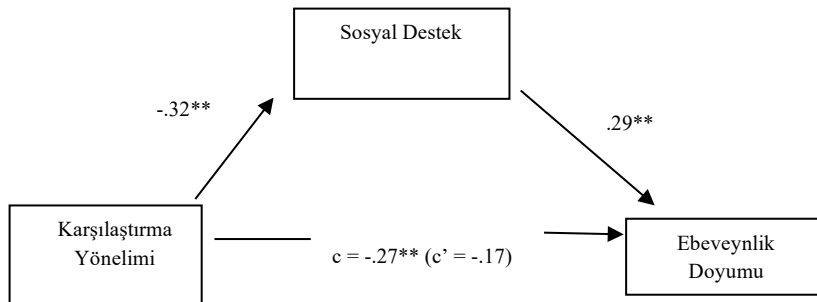
Not: D. : doyum; Karş. Yön.: Karşılaştırma Yönelimi; S.: Sayısı, * $p < .05$; ** $p < .01$

Karşılaştırma Yöneliminin Ebeveynlikten Alınan Doyum ile İlişkisinde Sosyal Desteğin Aracılık Etkisi

Karşılaştırma yönelimi ve ebeveynlikten alınan doyum arasındaki ilişkide sosyal desteğin aracı rolünü araştırmak amacıyla yürütülen analizde algılanan gelir düzeyi, ebeveynlikten alınan doyum ile anlamlı ilişkisi göz önünde bulundurularak, analize kontrol değişkeni olarak dahil edilmiştir.

Analiz sonuçları önerilen modelin anlamlı olduğunu ortaya koymuştur, $F(2,104) = 9.26, p < .001$. Bu modele göre karşılaştırma yönelimi sosyal desteğe olan etkisi ile ebeveynlikten alınan doyum düzeyindeki toplam varyansın %15'ini açıklamaktadır.

Şekil 1: Karşılaştırma Yönelimi ile Ebeveynlikten Alınan Doyum Düzeyi Arasındaki İlişkide Sosyal Desteğin Aracılık Etkisi



c: toplam etki, c': doğrudan etki, ** $p < .01$

Şekil 1’de görüldüğü gibi karşılaştırma yöneliminin ebeveynlikten alınan doyum düzeyi üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı bulunamamıştır ($B = -.17$, $SE = .09$, $p > .05$, %95 CI $[-.36, .00]$). Bununla birlikte karşılaştırma yönelimi sosyal desteği ($B = -.32$, $SE = 2.23$, $p < .001$., %95 CI $[-12.11, -3.25]$), sosyal destek de ebeveynlikten alınan doyumunu ($B = .29$, $SE = .00$, $p < .001$., %95 CI $[.00, .02]$) anlamlı biçimde yordamaktadır

Karşılaştırma yöneliminin sosyal destek aracılığıyla ebeveynlikten alınan doyum düzeyine dolaylı etkisi ($B = -.08$, $SE = .04$, %95 CI $[-.17, -.02]$ anlamlı bulunmuştur. Bulgular sosyal desteğin bu ilişkide aracılık etkisine sahip olduğunu göstermektedir.

Tablo 4: Aracılık Modeli Etkiler

Karşılaştırma Y. → Ebeveyn Doyum	B	SE	T	P	LLCI-ULCI
Doğrudan Etki	-.17	.09	-1.89	.061	$[-.3439, -.0076]$
Dolaylı Etki	-.08	-	-	-	$[-.1771, -.0170]$
Toplam Etki	-.27	.09	-2.86	.005	$[-.0772, -.2660]$

TARTIŞMA

Bu çalışmada Intagramda fenomen anneleri takip eden ve 0-6 yaş arası çocuğa sahip annelerden karşılaştırma yönelimi, algılanan sosyal destek ve ebeveynlikten alınan doyum düzeyine dair ölçümler alınmıştır. Temel amaç, bu özgül örnekleme karşılaştırma yöneliminin ebeveynlikten alınan doyum ile ilişkisinde sosyal desteğin aracı rolünü araştırmaktır. Uluslararası alan yazında benzer ilişkileri araştırmış çalışmalar bulunmaktadır (Örn: Djafarova & Trofimenko, 2017; Germic vd., 2021; Moujaes & Verrier, 2021). Mevcut çalışma Türkiye örnekleminde bu ilişkileri incelemeyi amaçlamıştır.

Hipotez testlerine geçmeden önce bağımlı değişken ile anlamlı ilişkisi bulunan demografik değişkenler olup olmadığına bakılmıştır. Yapılan analizlerde gelir düzeyi arttıkça ebeveynlikten alınan doyumun da anlamlı olarak arttığı bulunmuştur. Bu çalışmanın amacı karşılaştırma yöneliminin sosyal destek aracılığı ile ebeveynlikten alınan doyum üzerindeki etkisini araştırmak olduğundan gelir düzeyinin ebeveynlikten alınan doyuma anlamlı etkisinin bu ilişkide karıştırıcı olabileceği düşünülmüştür. Bu nedenle gelir düzeyinin aracılık analizine kontrol değişkeni olarak dahil edilmesine karar verilmiştir. Literatürdeki çalışmalarda doğrudan ebeveynlikten alınan doyum ile ilişkili olmasa da düşük gelir düzeyinin doğum sonrası depresyon gibi olumsuz sonuçlarla ilişkisini gösteren çalışmalar mevcuttur (örn: Goyal vd., 2010; Inandi vd., 2002). Ayrıca, annelerin araçsal destek ihtiyacını vurgulayan çalışmalar (Güler & Yalçınkaya-Alkar, 2021) dikkate alındığında, daha yüksek gelir düzeyine sahip annelerin temizlik, yemek gibi görevlerde destek alma olasılığının daha yüksek olabileceğinden bahsedilebilir. Bu

tür bir araçsal desteğin, gelir düzeyi yüksek ebeveynlerin ebeveynlik rollerine daha fazla odaklanmaları ve dolayısıyla ebeveynlik doyum düzeylerinin artması ile ilişkili olabileceği düşünülmüştür.

Çalışmanın bulgularına göre annelerin karşılaştırma yönelimi arttıkça, ebeveynlikten aldıkları doyum azalmaktadır. Bu bulgu, Festinger'in (1954) karşılaştırma teorisi ile uyumlu olup, InstaMomları takip eden annelerin sosyal medyada özellikle yukarı yönlü karşılaştırmalara daha yatkın olabileceğini düşündürmektedir (Vogel vd., 2014). Elmas (2021) Instagram'ın anneler için yalnızca bir eğlence aracı değil, aynı zamanda kendi ebeveynliklerini sorguladıkları bir mecra haline geldiğini öne sürmektedir. Kavut'un (2018) çalışması Instagramda sunulan imajların genellikle kişilerin ideal benliğini yansıttığını ortaya koymaktadır. Instamomların en iyi hallerini paylaşmaya çalıştıkları ve üzerine hazırlık yaptıkları içerikler ekranın diğer tarafındaki annelerde rekabet (Abetz & Moore, 2018), ideal anne standartlarını yakalamaya çalışırken tükenmişlik (Coyne vd., 2017), ebeveyn öz-yeterlik algılarında düşüş (Ouvrein, 2024) ve olumsuz duygularda artış (Kirkpatrick & Lee, 2022) ile ilişkili olabilmektedir. Instagramda gördükleri fenomen anneleri kendilerinden daha iyi bir durumda algılayan annelerin kendi ebeveynliklerini daha çok eleştirmesi veya kendilerini eksik veya yetersiz olarak görmeleri olasıdır (Padoa vd., 2018). Yapılan çalışmalar da sosyal medya üzerinden yapılan karşılaştırmaların ebeveynlik rolüne aşırı yüklenme, ebeveyn yeterliliğinde düşüş, ilişkide daha çok çatışma ve yüksek depresyon puanları ile ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Coyne vd., 2017; Kirkpatrick & Lee, 2022). Bu çalışmada da elde edilen bulgular tüm bu çalışmaları destekler niteliktedir. Annelerin karşılaştırma yönelimi arttıkça kendi ebeveynliklerinden aldıkları doyum düşmektedir.

Bu çalışmada karşılaştırma yönelimi algılanan sosyal destek düzeyi ile de negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Bu ilişki literatürde sınırlı da olsa desteklenmektedir (Coyne vd., 2017; Kirkpatrick & Lee, 2022; Lee, 2022). Ülkemizde annelerle yürütülmüş bir tez çalışmasında da (Çelik Zincir, 2023) online karşılaştırma yönelimi ve algılanan sosyal destek arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu durum, karşılaştırma eğiliminin depresyon ve kaygı gibi psikolojik sıkıntılarla ilişkili olmasıyla açıklanabilir (Aubry vd., 2024). Bu tür psikolojik sıkıntılar kişide bilişsel yanlılık oluşturabilmektedir. Örneğin Beck'in (1963) bilişsel modeli çerçevesinde değerlendirildiğinde, depresif bireylerin zihinsel filtreleme ya da siyah-beyaz düşünceye daha yatkın oldukları bilinmektedir. Bu çarpıtmalar, bireyin çevresinden aldığı sosyal desteği olduğundan düşük algılamasına etki edebilir. Benzer şekilde olumsuz duygu durumu içinde olmak da olumsuz duygu durumunu sürdürecektir yukarı yönlü karşılaştırmalara kişiyi daha yatkın hale getirebilir (Wheeler & Miyake, 1992). Coyne ve diğerleri (2017), karşılaştırma yönelimi yüksek annelerin algıladıkları sosyal desteğin de düşük olabileceğini, çünkü sosyal destek düzeylerini de yukarı yönlü karşılaştırmaya tabii tutuyor olabileceklerini vurgulamaktadır. Bu durumun başkaları ile kıyasladıklarında kendi sosyal desteklerini düşük olarak algılama ihtimalini de

beraberinde getirebileceği belirtilmektedir. Özetle, karşılaştırma yönelimi ve sosyal destek arasındaki negatif ilişkide bilişsel yanlılıkların ve karşılaştırma yöneliminin işleyiş mekanizmalarının etkili olmuş olabileceği söylenebilir.

Çalışmadaki diğer bir bulgu algılanan sosyal destek arttıkça ebeveynlikten alınan doyumun da artmasıdır. Bu bulgu literatürdeki çeşitli çalışmalar ile tutarlıdır (Brown, vd., 2018; Fierloos, vd., 2023; Leahy-Warren vd., 2012; Yang vd., 2020). Ebeveynlikten alınan doyum ebeveynlik rolünden duyulan memnuniyet ve keyifi tanımlamaktadır (Salonen vd., 2011). Bununla birlikte ebeveynliğe geçiş bireyler için hayattaki en stresli dönemlerden birisi olarak görülmektedir (LeMasters, 1957). Hayatta tamamen bir yetişkine bağımlı olan bebeğe kesintisiz bakım vermek son derece zorlu bir görevdir. Neredeyse günün tamamında bakıma ihtiyaç duyan, uyku uyanıklık ve beslenme düzeni bir yetişkine benzemeyen bir insan yavrusunun fiziksel ve duygusal ihtiyaçlarını karşılamak ebeveynlerin kendi temel ihtiyaçlarına zaman ayırmasını oldukça güçleştirebilir. Ancak bu uzun soluklu rolün sağlıklı bir şekilde sürdürülebilir olması için ebeveynlerin kendi temel ihtiyaçlarına da özen göstermesi gereklidir. Bu bağlamda ebeveynlerin ihtiyaç duydukları alanlarda sosyal destek alabileceklerini hissetmelerinin işlevsel olduğu görülmektedir. Nitekim Winnicott (1956) da teorisinde anne-bebek arasındaki bağa vurgu yapmaktadır. Winnicott'a (1956) göre bebek ilk doğduğunda ebeveynlerin temel odakları sadece bebekte olmalı bu odak yavaş yavaş azalmaya gitmelidir. İlk aylarda odağın sadece bebekte kalabilmesi için ise ev içi ve dışı diğer işlerde ve duygusal olarak destek sağlayacak başkalarının varlığı önemli görünmektedir. Bu çalışmanın bulguları da bu teoriler ile uyumlu bir şekilde sosyal destekteki artışın ebeveynlikten alınan doyumdaki artış ile ilişkisine işaret etmiştir.

Araştırmanın son bulgusu karşılaştırma yönelimi ile ebeveynlikten alınan doyum arasındaki ilişkide, algılanan sosyal desteğin tam aracılık etkisine sahip olduğudur. Korelasyon analizinde karşılaştırma yönelimi ile ebeveynlik doyumunda anlamlı bir ilişki bulunmasına rağmen, sosyal destek modele aracı değişken olarak eklendiğinde bu doğrudan ilişki anlamlılığını yitirmiştir. Bu durum, karşılaştırma yöneliminin ebeveynlik doyumunu üzerindeki etkisinin doğrudan değil, sosyal destek yoluyla dolaylı olarak gerçekleştiğini ortaya koymaktadır. Modelde yer alan değişkenlerin yordayıcı rolleri incelendiğinde, karşılaştırma yöneliminin sosyal destek üzerinde negatif yönde anlamlı bir yordayıcı olduğu; sosyal desteğin ise ebeveynlik doyumunu pozitif yönde yordadığı görülmüştür. Buna göre, karşılaştırma yöneliminin artması, algılanan sosyal desteğin azalması ile bu azalma ise ebeveynlikten alınan doyumun düşmesi ile ilişkili görünmektedir. Karşılaştırma yönelimi, sosyal destek aracılığıyla ebeveynlik doyumunu üzerinde dolaylı ve anlamlı bir yordayıcı etki göstermektedir. Bu modele göre, karşılaştırma yöneliminin sosyal destek üzerindeki etkisi aracılığıyla, ebeveynlik doyumunu düzeyindeki toplam varyansın %15'lik bir kısmı açıklanabilmektedir ($R^2 = .15$). Benzer biçimde, Çelik-Zincir (2023) tarafından yürütülen bir tez çalışmasında da annelerin sosyal medya platformlarındaki karşılaştırma yönelimi ile ebeveyn öz-yeterliği arasındaki ilişkide

sosyal desteğin aracı rolü araştırılmıştır. Bu çalışmada çevrimiçi sosyal karşılaştırma ile algılanan sosyal destek arasında negatif bir ilişki bulunmuş, sosyal destek ile ebeveyn öz yeterliği arasında ise pozitif anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sosyal karşılaştırma ve ebeveyn öz yeterliği arasında sosyal desteğin anlamlı bir aracılık etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Her iki bulgu birlikte değerlendirildiğinde, algılanan sosyal destek düzeyinin bireyin karşılaştırma eğilimi ile ebeveynlik rolüne dair algıları arasında kritik bir rol oynadığı söylenebilir. Buna ek olarak kişinin sosyal destek algısı da karşılaştırma yöneliminden olumsuz etkileniyor görülmektedir.

Özetle, mevcut çalışma literatürdeki diğer çalışmalarla uyumlu olarak sosyal desteğin anneler için önemine vurgu yapmakta, karşılaştırma yöneliminin de algılanan sosyal destek düzeyine etki edebileceğini göstermektedir. Sosyal desteğin tam aracılık rolü karşılaştırma yönelimi ve ebeveynlikten alınan doyum arasındaki ilişkide kritik bir mekanizma olarak ortaya çıkmıştır. Sosyal desteğin bu denli belirleyici olması, özellikle ebeveynlerin psikolojik iyi oluşu ve rol doyumları açısından sosyal çevreyle olan bağlantılarının ne kadar hayati olduğunu vurgulamaktadır. Sosyal destek sadece bireysel psikolojik dayanıklılık için değil, aynı zamanda sosyal karşılaştırma süreçlerinin olumsuz etkilerini azaltmada da önemli bir tampon işlevi görebilmektedir. Bu bağlamda, sosyal destek algısının güçlendirilmesi, ebeveynlerin karşılaştırma eğilimlerinin olumsuz sonuçlarını hafifletmek için müdahale programlarında öncelikli hedeflerden biri olabilir. Ayrıca, sosyal destek kaynaklarının çeşitlendirilmesi ve erişilebilirliğinin artırılması, ebeveynlerin sosyal çevrelerinden aldıkları destek algısını artırarak ebeveynlik doyumunu yükseltebilir.

Bu çalışma her çalışma gibi bazı güçlü yönler ve kısıtlılıklar barındırmaktadır. Öncelikle çalışma örneklemini 0-6 yaş arası çocuğu olan ve Instagram takibi yapan anneler oluşturmaktadır. Bu bağlamda özgül bir gruptan veri toplanması çalışmanın güçlü yanlarından birisidir. Çalışma aynı zamanda güncel bir konu olan Instagram takibinin annelerin ebeveynlik doyumuna etkisini araştırması itibarıyla da alanda güncel bilgi birikimine katkı sağlamaktadır. Son olarak, verilerin geçerliğini kontrol etmek amacıyla ölçek soruları arasına geçerlik kontrol maddeleri eklenmiş olması çalışmanın veri kalitesini arttırmıştır. Tüm bunların yanında çalışmanın bazı sınırlılıkları da mevcuttur. Öncelikle annelere ulaşırken elverişlilik yöntemi kullanılmıştır. Kullanılan bu yöntemde örneklemin popülasyonu temsil gücü düşük olabilmektedir. Çalışmada veriler online ve öz-bildirime dayalı şekilde toplanmıştır. Öz bildirim ölçeklerinin kısıtlılıkları bu çalışma için de geçerlidir. Öz bildirim ölçeklerinde katılımcılar sosyal olarak kabul edilebilir yanıtlar verme eğiliminde olmaktadır. Ayrıca öz-bildirim araçlarında yer alan ifadeler katılımcılar tarafından farklı şekillerde yorumlanabilmekte, geçmişe yönelik ifadeleri yanıtlarken bellek süreçleri cevapları etkileyebilmektedir. Çalışmanın diğer bir sınırlılığı annelerin karşılaştırma eğilimini online ortamlara özgül olarak ölçmemiş olmasıdır. Çalışmada genel karşılaştırma eğilimi ölçülmüş olup, doğrudan Instagram

üzerinden ebeveynlik karşılaştırmaları değerlendirilmemiştir. Kişilerin genel karşılaştırma eğilimlerinin online karşılaştırma eğilimleri ile tutarlı olacağı varsayılmış olsa da internette maruz kalınan içeriklerde kişilerin içeriği ne kadar gerçeğe yakın bulduğu, içerik üreticilerinin ortaklıklarının bulunup bulunmaması gibi faktörler internet temelli karşılaştırmaları günlük hayattaki karşılaştırmalardan ayırtırabilir. Bu durum, bulguların yorumlanmasında dikkat edilmesi gereken bir sınırlılıktır. Son olarak veri toplamak için ulaşılan annelerin takip ettikleri fenomen annelerin kimler olduğu, kaç takipçilerinin olduğu gibi bilgiler katılımcılardan alınmamıştır. Tüm bu kısıtlılıklar bu çalışmanın sonuçlarını yorumlarken göz önünde bulundurulmalıdır. Katılımcı sayısı bu çalışmanın amacı için istatistiksel olarak yeterli olmakla birlikte daha geniş bir örnekleme sonuçların tekrar incelenmesinin sonuçların genellenebilirliği açısından faydalı olacağı düşünülmektedir. Son olarak çalışma verilerini etkileyebilecek bazı karıştırıcı değişkenler olabileceği düşünülmektedir. Örneğin, çocuğu henüz 3 aylık olan bir annenin karşılaştırma yönelimi, algıladığı sosyal destek düzeyi veya ebeveynlikten aldığı doyum çocuğu 6 yaşında olan bir anneninkinden farklı olabilir. Gelecekteki çalışmalarda çocukların yaşlarına dair soruların da sorulmasının bu değişkenlerin etkisine bakmak için faydalı olabileceği düşünülmektedir. Bu çalışmada katılımcıların Instagramda özellikle InstaMom'lara dair içerikleri tüketerek geçirdikleri süreye dair net bir bilgi edinilememiştir. Instagramda geçirilen süreyi akıllı telefonlar ölçebilirken, kişilerin bu sürenin ne kadarını Instamomlara bakarak geçirdiğini ayırtırabilmesi çok kolay görünmemektedir. Bu çalışma bağlamında Instamom içeriklerine ne kadar maruz kalındığının kişilerin karşılaştırma yönelimini ve ebeveynlikten aldıkları doyumunu etkileyebilecek önemli bir değişken olabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle ileriki çalışmalarda katılımcılara bu sorunun açık uçlu olarak değil, süre aralıklarının olduğu seçenekler biçiminde sunulması önerilmektedir.

Teşekkür: Çalışmaya zaman ayırıp katılan tüm annelere ve çalışmanın ilk halinden son haline gelmesinde büyük katkıları olan hakemlere teşekkür ederim.

Yazar Katkı Oranı ve Çıkar Çatışması Beyanı: Çalışma tek yazarlı olup katkı oranı %100'dür ve herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

KAYNAKLAR

- Abetz, J., & Moore J. (2018). "Welcome to the mommy wars, ladies": Making sense of the ideology of combative mothering in mommy blogs. *Communication, Culture and Critique*, 11 (2), 265–281. <https://doi.org/10.1093/ccc/tcy008>
- Abidin, C. (2017). #familygoals: Family influencers, calibrated amateurism, and justifying young digital labor. *Social Media + Society*, 3 (2), 1–15. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/2056305117707191>
- Abubakar, A., Van de Vijver, F. J. R., Suryani, A. O., Handayani, P., & Pandia, W. S. (2015). Perceptions of parenting styles and their associations with mental health and life satisfaction among urban Indonesian adolescents. *Journal of Child and Family Studies*, 24 (9), 2680–2692. <https://doi.org/10.1007/s10826-014-0070-x>
- Akaroglu, G. (2023). Variables of parental role satisfaction: Social support, spousal support, parental stress and life satisfaction. *American Journal of Family Therapy*, 51 (1), 37–56. <https://doi.org/10.1080/01926187.2022.2124206>
- Amaro, L. M., Joseph, N. T., & de los Santos, T. M. (2019). Relationships of online social comparison and parenting satisfaction among new mothers: The mediating roles of belonging and emotion. *Journal of Family Communication*, 19 (2), 144–156. <https://doi.org/10.1080/15267431.2019.1586711>
- Aubry, R., Quiamzade, A., & Meier, L. L. (2024). Depressive symptoms and upward social comparisons during Instagram use: A vicious circle. *Personality and Individual Differences*, 217, 1–11. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112458>
- Beck, A. T. (1963). Thinking and depression .I. idiosyncratic content and cognitive distortions. *Archives of General Psychiatry*, 9, 324–333. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1963.01720160014002>
- Boer, M. , van den Eijnden, R. J. J. M. , Boniel-Nissim, M. , Wong, S.-L. , Inchley, J. C. , Badura, P. , Craig, W. M. , Gobina, I. , Kleszczewska, D. , Klanšček, H. J., & Stevens, G. W. J. M. (2020). Adolescents' intense and problematic social media use and their well-being in 29 countries. *The Journal of Adolescent Health*, 66 (6S), 89–99. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.02.014>
- Bornstein, M. H., Putnick, D. L., & Suwalsky, J. T. (2012). A longitudinal process analysis of mother-child emotional relationships in a rural Appalachian European American community. *American Journal of Community psychology*, 50 (1-2), 89–100. <https://doi.org/10.1007/s10464-011-9479-1>

- Brandenberg, G., Ozimek, P., Bierhoff, H. W., & Janker, C. (2019). The relation between use intensity of private and professional SNS, social comparison, self-esteem, and depressive tendencies in the light of self-regulation. *Behaviour & Information Technology*, 38 (6), 578–591. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2018.1545049>
- Brown J., Harris S., Woods E., Burman M. & Cox J. (2012). Longitudinal study of depressive symptoms and social support in adolescent mothers. *Maternal and Child Health Journal*, 16 (4), 894–901. <https://doi.org/10.1007/s10995-011-0814-9>
- Brown, D., & Hayes, N. (2008). *Influencer marketing: Who really influences your customers?* Routledge.
- Brown, S. G., Hudson, D. B., Campbell-Grossman, C., Kupzyk, K. A., Yates, B. C., & Hanna, K. M. (2018). Social support, parenting competence, and parenting satisfaction among adolescent, African American, mothers. *Western Journal of Nursing Research*, 40 (4), 502–519. <https://doi.org/10.1177/0193945916682724>
- Cho, H., Lee, K., Choi, E., Cho, H. N., Park, B., Suh, M., Rhee, Y., & Choi, K. S. (2022). Association between social support and postpartum depression. *Scientific Reports*, 12 (1), Article 3128. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-07248-7>
- Choi, E. J., & Park, S. J. (2025). Factors influencing parental role satisfaction among Korea fathers of young children in the COVID-19 endemic era. *Journal of Men's Health*, 21 (2), 75-83.
- Cirino, N. H., & Knapp, J. M. (2019). Perinatal post-traumatic stress disorder: a review of risk factors, diagnosis, and treatment. *Obstetrical & Gynecological Survey*, 74 (6), 369 –376. <https://doi.org/10.1097/OGX.0000000000000680>
- Cox, M. J., Owen, M. T., Lewis, J. M., & Henderson, V. K. (1989). Marriage, adult adjustment, and early parenting. *Child Development*, 60 (5), 1015–1024. <https://doi.org/10.2307/1130775>
- Coyne, S. M., McDaniel, B.T., & Stockdale, L. A. (2017) “Do you dare to compare?” Associations between maternal social comparisons on social networking sites and parenting, mental health, and romantic relationship outcomes. *Computers in Human Behavior*, 70, 335-340. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.12.081>
- Çelik-Zincir, A. (2023). *The mediating role of perceived social support in the relationship between online social comparison and parenting self- efficacy of mothers.* (Yüksek Lisans Tezi). ODTÜ, Ankara.

- De Sousa Machado, T., Chur-Hansen, A., & Due, C. (2020). First-time mothers' perceptions of social support: Recommendations for best practice. *Health Psychology Open*, 7 (1), <https://doi.org/10.1177/2055102919898611>
- Dennis C., & Chung-Lee L. (2006) Postpartum depression help-seeking barriers and maternal treatment preferences: A qualitative systematic review. *Birth*, 33 (4), 323–331. <https://doi.org/10.1111/j.1523-536X.2006.00130.x>
- Djafarova, E., & Trofimenko, O. (2017). Exploring the relationships between self-presentation and self-esteem of mothers in social media in Russia. *Computers in Human Behavior*, 73, 20–27. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.03.021>
- Duffy, B. E. (2020). Social media influencers. In K. Ross, F. Attwood, V. Cardo, J. Mercer, & S. Moorti (Eds.), *The International Encyclopedia of Gender, Media, and Communication*. (pp. 1–4). Wiley-Blackwell.
- Egmose, I., Krogh, M. T., Stuart, A. C., Haase, T. W., Madsen, E. B., & Væver, M. S. (2022). How are mothers negatively affected and supported by following parenting-related Instagram profiles? A mixed-methods study. *Acta Psychologica*, 227, 103593. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103593>
- Eker, D., Arkar, H., & Yaldız, H. (2001). Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği'nin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlilik ve güvenirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12 (1), 17–25.
- Elmas, B. (2021). 'Anne misiniz?': Bir benlik sunumu olarak annelik. *Medya ve Sanat Çalışmaları Dergisi*, 2, 7-22.
- Feinstein B. A., Hershenberg R., Bhatia V., Latack J. A., Meuwly N., & Davila J. (2013). Negative social comparison on Facebook and depressive symptoms: Rumination as a mechanism. *Psychology of Popular Media Culture*, 2 (3), 161–170. [10.1037/a003311](https://doi.org/10.1037/a003311).
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7, 117–140.
- Fierloos, I. N., Windhorst, D. A., Fang, Y., Hosman, C. M. H., Jonkman, H., Crone, M. R., Jansen, W., & Raat, H. (2023). The association between perceived social support and parenting self-efficacy among parents of children aged 0–8 years. *BMC Public Health* 23, Article 1888. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-16710-8>
- Freberg, K., Graham, K., McGaughey, K., & Freberg, L. A. (2011). Who are the social media influencers? A study of public perceptions of personality. *Public Relations Review*, 37 (1), 90–92. <https://doi.org/10.1016/j.pubrev.2010.11.001>

- Germic, E. R., Eckert, S., & Vultee, F. (2021). The Impact of Instagram Mommy Blogger Content on the Perceived Self-Efficacy of Mothers. *Social Media + Society*, 7 (3), 1-19. <https://doi.org/10.1177/20563051211041649>
- Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). Individual differences in social comparison: Development of a scale of social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76 (1), 129-142. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.76.1.129>
- Gibwad-Wallston, J., & Wandersman, L. P. (1978, August). Development and utility of the parenting sense of competence scale [Conference presentation]. American Psychological Association Annual Meeting, Toronto, Canada.
- Ginja, S., Coad, J., Bailey, E., Kendall, S., Goodenough, T., Nightingale, S., Smiddy, J., Day, C., Deave, T., & Lingam, R. (2018). Associations between social support, mental wellbeing, self-efficacy and technology use in first-time antenatal women: data from the BaBBLeS cohort study. *BMC pregnancy and childbirth*, 18 (1), 441. <https://doi.org/10.1186/s12884-018-2049-x>
- Goyal, D., Gay, C., & Lee, K. A. (2010). How much does low socioeconomic status increase the risk of prenatal and postpartum depressive symptoms in first-time mothers?. *Women's health issues : official publication of the Jacobs Institute of Women's Health*, 20 (2), 96-104. <https://doi.org/10.1016/j.whi.2009.11.003>
- Güler, Z. B., & Yalçinkaya Alkar, Ö. (2021). Mothers' Perceptions of Social Support during the Postpartum Period: A Qualitative Study on Psychological Well-Being of Mothers. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 10 (4), 973-982.
- Hann, D. M. (1989). A systems conceptualization of the quality of mother-infant interaction. *Infant Behavior & Development*, 12 (3), 251-263. [https://doi.org/10.1016/0163-6383\(89\)90038-6](https://doi.org/10.1016/0163-6383(89)90038-6)
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis : A regression-based approach*. Guilford Press.
- House, J. (1981). *Work stress and social support*. Addison-Wesley.
- Inandi, T., Elci, O. C., Ozturk, A., Egri, M., Polat, A., & Sahin, T. K. (2002). Risk factors for depression in postnatal first year, in eastern Turkey. *International Journal of Epidemiology*, 31 (6), 1201-1207. <https://doi.org/10.1093/ije/31.6.1201>
- Irmer, A. & Schmiedek, F. (2023). Associations between youth's daily social media use and well-being are mediated by upward comparisons. *Communications Psychology* 1, 12. <https://doi.org/10.1038/s44271-023-00013-0>

- Johnson, S. (2016). *Role satisfaction in stay-at-home fathers: Impact of social support, gender role attitudes, and parental self-efficacy* (Doktora Tezi) Texas Woman's University, Texas.
- Johnston, C., & Mash, J. E. (1989). A measure of parenting satisfaction and efficacy. *Journal of Clinical Child Psychology*, 18 (2), 167–175. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp1802_8
- Kavut, S. (2018). Goffman'ın benlik sunumu kuramı bağlamında sosyal medyada kimlik inşası: Instagram üzerine bir araştırma. *Nosyon: Uluslararası Toplum ve Kültür Çalışmaları Dergisi*, (1), 1-12. <https://dergipark.org.tr/en/pub/nosyon/issue/55454/759977>
- Kirkpatrick, C. E., & Lee, S. (2022). Comparisons to picture-perfect motherhood: How Instagram's idealized portrayals of motherhood affect new mothers' well-being. *Computers in Human Behavior*, 137, Article 107417 <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107417>
- Leahy-Warren, P., McCarthy, G., & Corcoran, P. (2012). First-time mothers: social support, maternal parental self-efficacy and postnatal depression. *Journal of Clinical Nursing*, 21 (3-4), 388–397. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2011.03701.x>
- Lee, J. K. (2022). The effects of social comparison orientation on psychological well-being in social networking sites: Serial mediation of perceived social support and self-esteem. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 41 (9), 6247-6259. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01114-3>
- Lee, S. Y. (2014). How do people compare themselves with others on social network sites?: The case of Facebook. *Computers in Human Behavior*, 32, 253-260. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.12.009>
- LeMasters, E. E. (1957). Parenthood as Crisis. *Marriage and Family Living*, 19 (4), 352–355. <https://doi.org/10.2307/347802>
- Le Moignan, E., Lawson, S., Rowland, D. A., Mahoney, J., & Briggs, P. (2017). Has Instagram fundamentally altered the “family snapshot”? *Proceedings of the Computer Human Interaction Conference (CHI '17)*, New York, 4935–4947. <https://doi.org/10.1145/3025453.3025928>
- Letourneau, N., Stewart, M., Dennis, C. L., Hegadoren, K., Duffett-Leger, L., & Watson, B. (2011). Effect of home-based peer support on maternal–infant interactions among women with postpartum depression: A randomized, controlled trial. *International Journal of Mental Health Nursing*, 20 (5): 345–357. <https://doi.org/10.1111/j.1447-0349.2010.00736.x>

- Levy-Shiff, R., (1999). Fathers cognitive appraisals, coping strategies, and support resources as correlates of adjustment to parenthood. *Journal of Family Psychology*, 13 (4) 554-567.
- Lupton, D. (2016). The use and value of digital media for information about pregnancy and early motherhood: A focus group study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 16 (1) doi:10.1186/s12884-016-0971-3
- Moujaes, M., & Verrier, D. (2021). Instagram use, instamums, and anxiety in mothers of young children. *Journal of Media Psychology: Theories, Methods, and Applications*, 33 (2), 72–81. <https://doi.org/10.1027/1864-1105/a000282>
- Mudiyanselage, S. B., Wann Arachchige Dona, S., Angeles, M. R., Majmudar, I., Marembo, M., Tan, E. J., Price, A., Watts, J. J., Gold, L., & Abimanyi-Ochom, J. (2024). The impact of maternal health on child's health outcomes during the first five years of child's life in countries with health systems similar to Australia: A systematic review. *PLOS ONE*, 19 (3), Article 0295295. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0295295>
- Negron, R., Martin, A., Almog, M., Balbierz, A., & Howell, E. A. (2013). Social support during the postpartum period: mothers' views on needs, expectations, and mobilization of support. *Maternal and Child Health Journal*, 17 (4), 616–623. <https://doi.org/10.1007/s10995-012-1037-4>
- Ouvrein, G. (2024). Mommy influencers: Helpful or harmful? The relationship between exposure to mommy influencers and perceived parental self-efficacy among mothers and primigravida. *New Media & Society*, 26 (4), 2295-2314. <https://doi.org/10.1177/14614448221086296>
- Padoa, T., Berle, D., & Roberts, L. (2018). Comparative Social Media Use and the Mental Health of Mothers With High Levels of Perfectionism. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 37 (7), 514-535. <https://doi.org/10.1521/jscp.2018.37.7.514>
- Park, S. Y., & Baek, Y. M. (2018). Two faces of social comparison on Facebook: The interplay between social comparison orientation, emotions, and psychological well-being. *Computers in Human Behavior*, 79, 83–93.
- Pempek, T. A., Yermolayeva, Y. A., & Calvert, S. L. (2009). College student's social networking experiences on Facebook. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30, 227-238. doi: 10.1016/j.appdev.2008.12.010
- Pérez-Torres, V. (2024). Social media: A digital social mirror for identity development during adolescence. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 43 (26), 22170–22180. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05980-z>

- Perren, S., Von Wyl, A., Bürgin, D., Simoni, H., & Von Klitzing, K. (2005). Depressive symptoms and psychosocial stress across the transition to parenthood: associations with parental psychopathology and child difficulty. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, 26, 173–183. <https://doi.org/10.1080/01674820400028407>
- Ponomartchouk, D., & Bouchard, G. (2015). New mothers' sense of competence: Predictors and outcomes. *Journal of Child and Family Studies*, 24 (7), 1977–1986. <https://doi.org/10.1007/s10826-014-9997-1>
- Prikhidko, A., & Swank, J. M. (2018). Motherhood experiences and expectations: A qualitative exploration of mothers of toddlers. *The Family Journal*, 26 (3), 278–284. <https://doi.org/10.1177/1066480718795116>
- Qi, W., Liu, Y., Lv, H., Ge, J., Meng, Y., Zhao, N., Zhao, F., Guo, Q., & Hu, J. Effects of family relationship and social support on the mental health of Chinese postpartum women. *BMC Pregnancy Childbirth* 22, 65 (2022). <https://doi.org/10.1186/s12884-022-04392-w>
- Qiu, Y. (2024). Social comparison on social media platforms: A media and communication perspective. *SHS Web of Conferences*, 185, Article 03008. <https://doi.org/10.1051/shsconf/202418503008>
- Razurel, C., Bruchon-Schweitzer, M., Dupanloup, A., Irion, O., & Epiney, M. (2011) Stressful events, social support and coping strategies of primiparous women during the postpartum period: a qualitative study. *Midwifery*, 27 (2), 237–242. doi: 10.1016/j.midw.2009.06.005
- Reid, K. M., & Taylor, M. G. (2015). Social support, stress, and maternal postpartum depression: A comparison of supportive relationships. *Social Science Research*, 54, 246–262. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2015.08.009>
- Renbarger, K. M., Place, J. M., & Schreiner, M. (2021). The influence of four constructs of social support on pregnancy experiences in group prenatal care. *Women's Health Reports*, 2(1), 154–162. <https://doi.org/10.1089/whr.2020.0113>
- Salari, R., Wells, M. B., & Sarkadi, A. (2014). Child behaviour problems, parenting behaviours and parental adjustment in mothers and fathers in Sweden. *Scandinavian Journal of Public Health*, 42 (7), 547–553. <https://doi.org/10.1177/1403494814541595>
- Salonen, A. H., Kaunonen, M., Astedt-Kurki, P., Järvenpää, A. L., Isoaho, H., & Tarkka, M. T. (2011). Effectiveness of an internet-based intervention enhancing Finnish parents' parenting satisfaction and parenting self-efficacy during the postpartum period. *Midwifery*, 27 (6), 832–841. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2010.08.010>

- Seçer, Z., Çeliköz, N., & Yaşa, S. (2008). Okulöncesi eğitim kurumlarına devam eden çocukların annelerinin ebeveynliğe yönelik tutumları. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19, 413-428.
- Seymour, M., Giallo, R., Cooklin, A., & Dunning, M. (2015). Maternal anxiety, risk factors and parenting in the first post-natal year. *Child: Care, Health and Development*, 41 (2), 314-323. doi:10.1111/cch.12178
- Sherbourne, C., & Stewart, A. (1991) The MOS social support survey. *Social Science & Medicine* 32(6), 705–714.
- Slomian, J., Emonts, P., Vigneron, L., Acconcia, A., Glowacz, F., Reginster, J. Y., Oumourgh, M., & Bruyère, O. (2017). Identifying maternal needs following childbirth: A qualitative study among mothers, fathers and professionals. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 17 (1), 213. <https://doi.org/10.1186/s12884-017-1398-1>
- Strange, C., Fisher, C., Howat, P., & Wood, L. (2014). Fostering supportive community connections through mothers' groups and playgroups. *Journal of advanced nursing*, 70 (12), 2835–2846. <https://doi.org/10.1111/jan.12435>
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics* (6th ed.). Pearson.
- Tate, M. K. (2023). The impact of social comparison via social media on maternal mental health, within the context of the intensive mothering ideology: *A Scoping Review of the Literature. Issues in Mental Health Nursing*, 44 (9), 854–870. <https://doi.org/10.1080/01612840.2023.2238813>
- Teközel, İ. M. (2000). *Sosyal karşılaştırma süreçlerinde benliğin olumlu değerlendirilmesi ihtiyacının incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.
- Theiss, J. A., Estlein, R., & Weber, K. M. (2013). A longitudinal assessment of relationship characteristics that predict new parents' relationship satisfaction. *Personal Relationships*, 20 (2), 216–235. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2012.01406.x>
- Thompson S. (2007). Mommy blogs: A marketer's dream. *Advertising Age*, 78 (9), 6.
- Tosun, L. P., Öztürk, A., & Özdemir, G. (2020). Mother to mother: Mothers' social comparison-based emotions on social networking sites. *Europe's Journal of Psychology*, 16 (4), 602–618. <https://doi.org/10.5964/ejop.v16i4.2159>
- Trivette, C.M. , Dunst, C.J., & Hamby, D.W. (2010). Influences of family-systems intervention practices on parent–child interactions and child development. *Topics Early Childhood Special Education*, 30 (1), 3-19. <https://doi.org/10.1177/027112141036425>

- Valkenburg, P. M. , Meier, A., & Beyens, I. (2022). Social media use and its impact on adolescent mental health: An umbrella review of the evidence. *Current Opinion in Psychology*, 44, 58–68. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.08.017>
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Roberts, L. R., & Eckles, K. (2014). Social comparison, social media, and self-esteem. *Psychology of Popular Media*, 3 (4), 206–222. doi.org/10.1037/ppm0000047
- Wagstaff, D., Wolf, N., & Smith, N. (2024). Comparing, competing, and the good mum ideology—Maternal well-being in the context of social media. *Evolutionary Behavioral Sciences*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/ebs0000348>
- Webster, J., Nicholas, C., Velacott, C., Cridland, N., & Fawcett, L. (2011). Quality of life and depression following childbirth: impact of social support. *Midwifery*, 27 (5), 745–749. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2010.05.014>
- Wheeler, L., & Miyake, K. (1992). Social comparison in everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62 (5), 760–773. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.62.5.760>
- Winnicott, D. W. (1956). Primary maternal preoccupation. In D.W. Winnicott (Ed.), *The maturational processes and the facilitating environment* (pp. 300–305). International Universities Press.,
- Yang, X., Ke, S., & Gao, L. L. (2020). Social support, parental role competence and satisfaction among Chinese mothers and fathers in the early postpartum period: A cross-sectional study. *Women and Birth*, 33 (3), e280–e285. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2019.06.009>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52 (1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2
- Żyrek, J., Klimek, M., Apanasewicz, A., Ciochoń, A., Danel, D. P., Marcinkowska, U. M., Mijas, M., Ziomkiewicz, A., & Galbarczyk, A. (2024). Social support during pregnancy and the risk of postpartum depression in Polish women: A prospective study. *Scientific Reports*, 14 (1), 6906. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-57477-1>