T.C.
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EBELİK ANA BİLİM DALI

GEBELERİN BEDEN İMAJI KAYGILARI İLE ÖZGÜVEN DÜZEYLERİNİN PRENATAL BAĞLANMA ÜZERİNE ETKİSİ

Sevim Beyza YAMURLUKLU

EBELİK YÜKSEK LİSANS PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMANI
Prof. Dr. Şule GÖKYILDIZ SÜRÜCÜ

ADANA-2022

T.C.
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EBELİK ANA BİLİM DALI

GEBELERİN BEDEN İMAJI KAYGILARI İLE ÖZGÜVEN DÜZEYLERİNİN PRENATAL BAĞLANMA ÜZERİNE ETKİSİ

Sevim Beyza YAMURLUKLU

EBELİK YÜKSEK LİSANS PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMANI
Prof. Dr. Şule GÖKYILDIZ SÜRÜCÜ

Bu tez, Çukurova Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Projeleri tarafından TYL-2021 13538 no'lu proje olarak desteklenmiştir.

ADANA-2022

İTHAF

Tezimi her zaman yanımda olan canım aileme ithaf ediyorum...

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın yürütülmesi esnasında bana yol gösteren, destek ve emeklerini esirgemeyen, öğrencisi olmaktan gurur duyacağım tez danışmanım Prof.Dr Şule GÖKYILDIZ SÜRÜCÜ'ye,

Her anımda yanımda olan, destekçilerim canım babam Murat YAMURLUKLU ve canım annem Leyla YAMURLUKLU'ya,

Canım abim Çağrı YAMURLUKLU'ya, canım kardeşim Belinay YAMURLUKLU'ya,

Yüksek lisans dönemi boyunca bana evini açan halam Hasibe ÇÜRÜK'e ve ALPAĞU ailesine,

Bu süreçte yanımda olan arkadaşlarım Tuğçe AYTAN'a Melike SERT'e, Nurcan AKIŞ'a ve nöbet arkadaşlarıma,

Bu süreçte beni destekleyen tüm hocalarıma,

Çalışmama katılan tüm gebelere sonsuz teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

KABUL ve ONAY i
ETİK BEYANI ii
İTHAF iii
TEŞEKKÜR iv
İÇİNDEKİLER v
ÇİZELGELER DİZİNİ vii
SİMGELER ve KISALTMALAR DİZİNİ viii
ÖZET ix
ABSTRACT x
1. GİRİŞ 1
1.1. Araştırma Soruları 2
2. GENEL BİLGİLER 3
2.1. Beden İmajı 3
2.2. Gebelikte Beden İmajı 6
2.3. Özgüven 7
2.4. Beden İmajı ile Özgüven Arasındaki İlişki 8
2.5. Bağlanma 9
2.6. Prenatal Bağlanma 9
2.7. Beden İmajı ile Prenatal Bağlanma Arasındaki İlişki 11
2.8. Gebelikteki Beden İmajı Kaygısı ve Özgüven Düzeyinin Prenatal Bağlanmaya Etkisinde Ebelerin Sorumlulukları 12
3. GEREÇ ve YÖNTEM 13
3.1. Araştırmanın Amacı ve Tipi 13
3.2. Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Özellikleri 13
3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi 13
3.4. Verilerin Toplanması 13
3.5. Veri Toplama Araçları 14
3.5.1. Tanıtıcı Bilgi Formu 14
3.5.2. Gebelikte Beden İmajı Endişeleri Ölçeği 14
3.5.3. Kadın Özgüven Ölçeği 15

3.5.4. Prenatal Bağlanma Ölçeği 15
3.6. Verilerin Değerlendirilmesi 16
3.7. Etik İlkeler 16
3.8 Araştırmanın Sınırlılıkları 17
4. BULGULAR 18
4.1. Gebelerin Tanıtıcı ve Obstetrik Özelliklerine İlişkin Bulgular 18
4.2. Gebelerin Beden İmajı Endişelerine İlişkin Bulgular 22
4.3. Trimesterlere Göre Gebelerin Prenatal Bağlanmaya İlişkin Bulgular 23
4.4. Gebelerin Özgüven Algılarına İlişkin Bulgular 24
4.5. Gebelerin Ölçek Puanları Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular 26
5. TARTIŞMA 28
5.1. Gebelerin Tanıtıcı ve Obstetrik Özelliklerine İlişkin Bulguların Tartışılması 28
5.2. Gebelerin Beden İmajı Endişelerine İlişkin Bulguların Tartışılması 29
5.4. Gebelerin Özgüven Algılarına İlişkin Bulguların Tartışılması 31
5.5. Gebelerin Ölçek Puanları Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulguların Tartışılması 31
6. SONUÇ ve ÖNERİLER 33
KAYNAKLAR 35
EKLER 39
Ek-1 Tanıtıcı Bilgi Formu 39
Ek-2 Gebelikte Beden İmajı Endişeleri Ölçeği 40
Ek-3 Prenatal Bağlanma Ölçeği 42
Ek-4 Kadın Özgüven Ölçeği 44
EK-5 Aydınlatılmış Onam Formu 46
EK-6 Etik Kurul Kararı 47
EK-7 İl Sağlık Müdürlüğü Bilimsel Çalışma İzni 48
EK-8.Anket İzni 49
ÖZGEÇMİŞ 50

ÇİZELGELER DİZİNİ

Çizelge No: **Sayfa No:**

Çizelge 1. Gebelerin Tanıtıcı Özelliklerine İlişkin Bulgular (n:250) 19
Çizelge 2. Gebelerin Boy, Kilo ve Beden Kitle İndeksine İlişkin Bulgular (n:250)..... 20
Çizelge 3. Gebelerin Obstetrik ve Çeşitli Özelliklerine İlişkin Bulgular (n:250)..... 21
Çizelge 4. Gebelerin Beden İmajı Endişeleri Ölçek Puanlarına İlişkin Bulgular (n:250) 23
Çizelge 5. Prenatal Bağlanma Ölçek Puanlarına İlişkin Bulgular (n:250)..... 24
Çizelge 6. Kadın Özgüven Ölçek Puanlarına İlişkin Bulgular (n:250)..... 25
Çizelge 7. Kadın Özgüven Ölçek Alt Boyutlarının Post-hoc Çalışmasına Yönelik Bulgular 25
Çizelge 8. Gebelerin Ölçek Puanları Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular..... 27

SİMGELER ve KISALTMALAR DİZİNİ

BKI : Beden Kitle İndeksi

Max : Maksimum

Min : Minumum

Ort : Ortalama

SS : Standart sapma

SPSS : Statistical Package for the Social Sciences

TÜİK : Türkiye İstatistik Kurumu

TNSA : Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması

ÖZET

Gebelerin Beden İmajı Kaygıları ile Özgüven Düzeylerinin Prenatal Bağlanma Üzerine Etkisi

Beden imajı, bireylerin gelişim dönemleri boyunca değişen ve gelişen, kişinin kendi bedeni ile ilgili öznel algılamayı içermektedir. Gebelik fizyolojik, psikolojik ve emosyonel değişimlerin yaşandığı bir dönemdir. Değişen beden imajı algısı bazı endişelere sebep olabilmektedir. Bu endişelerde anne bebek bağlanmasını ve annenin özgüvenini etkileyebilir. Bu çalışma gebelerde beden imajı kaygıları ile özgüven düzeylerinin prenatal bağlanma üzerine etkisini belirlemek amacıyla tanımlayıcı olarak gerçekleştirilmiştir. Araştırma Nevşehir Devlet Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Kliniği Gebe Polikliniğinde 250 gebe ile gerçekleştirilmiştir. Veriler 'Tanıtıcı Bilgi Formu', 'Gebelikte Beden İmajı Endişeleri Ölçeği', Prenatal Bağlanma Ölçeği' ve 'Kadın Özgüven Ölçeği' ile toplanmıştır. Veriler 'Statistical Package for Social Sciences' (SPSS) for Windows 22.0 istatistik paket programında uygun analiz yöntemleri kullanılarak değerlendirilmiştir.

Çalışmada kadınların, gebelikte beden imajı endişelerinin gebelik ayları arttıkça arttığı ve trimesterler arasında anlamlı fark olduğu görülmüştür. Ölçek alt boyutları değerlendirildiğinde; kaçınma-sosyal endişe, kilo alımına yönelik ve fiziksel görünüme yönelik endişeler alt boyutlarında trimesterlere göre anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Araştırmaya katılan katılımcılar prenatal bağlanma ölçek puanlarına ilişkin bulgular açısından değerlendirildiğinde trimesterlere göre toplam puan ve alt boyutlarda gebeler arasında farklılık olmadığı görülmüştür. Katılımcılar özgüven ölçek puanlarına göre değerlendirildiğinde sosyal ilişkiler, görünüş ve memnuniyet alt boyutlarında trimesterlere göre anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir.

Araştırma sonucunda gebelerin gebelik ayları ilerledikçe beden imajı endişelerinin arttığı, bu endişe arttıkça prenatal bağlanma ve özgüven düzeylerinin azaldığı görülmüştür. Bu bağlamda sağlık profesyonellerinin gebelikte değişen fizyolojik ve psikolojik değişiklikler hakkında eğitimler vermesi, gebelerin beden imajını daha iyi algılamalarına ve bu durumun da prenatal bağlanma ve özgüven düzeylerine olumlu katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Anahtar Sözcükler: gebelik, beden imajı, özgüven, bağlanma, prenatal

ABSTRACT

The Effect of Body Image Concerns and Self-Confidence Levels of Pregnant Women on Prenatal Attachment

Body image includes the subjective perception of one's own body, which changes and develops throughout the developmental stages of individuals. Pregnancy is a period of physiological, psychological and emotional changes. Changing body image perception can cause some concerns. These concerns can affect mother-baby attachment and mother's self-confidence. This study was carried out as a descriptive study to determine the effects of body image concerns and self-confidence levels on prenatal attachment in pregnant women. The research was carried out with 250 pregnant women in Nevşehir State Hospital Gynecology and Obstetrics Clinic Pregnancy Polyclinic Unit. The data were collected with the 'Personal Information Form', the 'Body Image Concern During Pregnancy Scale', the Prenatal Attachment Scale and the 'Female Self-Confidence Scale'. The data were evaluated using appropriate analysis methods in the Statistical Package for Social Sciences (SPSS) for Windows 22.0 statistical package program.

In the study, it was observed that body image concerns of women during pregnancy increased as the gestational months increased and there was a significant difference between trimesters. It was determined that the pregnant women who got the highest score in the third trimester had higher body image anxiety. When the scale sub-dimensions are evaluated; In the sub-dimensions of avoidance-social anxiety, concerns about weight gain and physical appearance, there were significant differences according to trimesters. When the participants participating in the study were evaluated in terms of findings related to prenatal attachment scale scores, it was seen that there was no difference between pregnant women in total scores and sub-dimensions according to trimesters. When the participants were evaluated according to their self-confidence scale scores, it was determined that there was a significant difference in social relations, appearance and satisfaction sub-dimensions according to trimesters.

As a result of the research, it was observed that as the gestational months of pregnant women progressed, body image concerns increased, and as this concern increased, prenatal attachment levels decreased and this situation decreased the level of self-confidence. In this context, training of health professionals about the physiological and psychological changes that change during pregnancy will cause pregnant women to perceive their body image better, and in this case, it will have a positive reflection on their prenatal attachment and self-confidence levels.

Keywords: pregnancy, body image, self-confidence, attachment, prenatal

1. GİRİŞ

Gebelik kadının hayatının kilit noktalarından biridir. Gebelik kadın bedeninde oluşan fizyolojik, psikolojik ve sosyal değişiklikleri de beraberinde getirmektedir. (1) Gebelik boyunca kadınlar değişen bedenlerini sürekli incelemektedir. Gebenin bedenindeki değişimler, memnuniyetsizlik hissi oluşturabilmektedir. Ayrıca bu değişiklikler, beden imajını etkilerken kadının kendini çirkin hissetmesine neden olabilir. (2,3) Gebelik, kadına seçkinlik, güven duygusu, gurur verirken; büyüyen vücut nedeniyle de kadın, var olan güzelliğinin kaybolacağı endişesi yaşayabilmektedir. (3) Bu bakış açısıyla gebelikteki beden imajı endişesi, özgüven düzeyini ve anne-bebek bağlanmasını olumsuz yönde etkileyebilir. (4)

Kadının beden algısının oluşmasında, toplum ve kültür etkilidir. Gebenin, bebeği kabullenme durumu, çevresindeki insanların gebeliğine ilişkin tutumlarından etkilenmektedir.(1)

Prenatal bağlanma, insan yakınlığının en eski ve en temel biçimini temsil eder ve hem teorik hem de klinik öneme sahiptir.(5) Gebelikte anne adayının yaşadığı fizyolojik ve psikolojik her değişiklik bebeğe etki etmektedir. (6,7) Gebelikte kadının bedeninde ve duygusal dünyasındaki değişimleri benimsemesi, olumlu duygularını bebeğine aktarmaya çalışması bağlanmanın ilk temellerinin doğum öncesi dönemde atıldığının bir göstergesidir. (8)

Özgüven, bireyin kendisine yönelik olumlu duygular geliştirmesi sonucu kendini iyi hissetmesidir. (9) Gebeler kendi beden imajlarıyla ilgili olumlu bir tutuma sahip olduklarında özgüvenlerinin de artması beklenmektedir.

Gebelerin bebek ile ilgili sorumluluğunu yerine getirebilmesi için belli bir beceriye, enerjiye ihtiyaç duyarlar. Bu durum ise annelerde sağlam bir özgüven düzeyi ister.(10)

Literatürde gebelerin beden imajı ve prenatal bağlanma ile ilgili araştırmalar () bulunurken beden imajı endişesi ve özgüven düzeyinin prenatal bağlanma üzerini etkisini araştıran bir çalışmaya rastlanmamıştır. Çalışmamız üç trimesterden gebeleri içermesi ile diğer çalışmalardan farklılık göstermektedir.

Bu çalışmada gebelerin beden imajı kaygıları ile özgüven düzeylerinin prenatal bağlanmaya olan etkisinin belirlenmesi amaçlanmaktadır.

1.1. Araştırma Soruları

Bu çalışma ile aşağıdaki araştırma sorularına cevaplar aranmıştır.

1. Gebelerin beden imajı endişesi prenatal bağlanmayı etkiler mi?
2. Beden imajı özgüven üzerine etkili midir?
3. Gebelik döneminde kadınların beden imajı endişesi ile özgüven düzeyi prenatal bağlanmayı nasıl etkiler?

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Beden İmajı

Beden imajı, bireyin kendi bedeni ile ilgili düşüncelerini, duygularını, çevresine ve yaşadığı olaylara verdiği tepkilerini etkilemektedir**.** Beden imajının bireyler için önemi giderek artmaktadır. (11) Fiziksel bir algı olarak görülmesine karşın psikolojik ve sosyal yönden nasıl hissettiğimizle de ilgilidir. (12)

16. yüzyılda cerrah Ambroise Pare 'Beden imajı bozukluğu' kavramını birinci olarak fantom ağrısı yaşayan hasta gözlemlerinden yola çıkarak kullanmıştır. Bu dönemden 20. Yüzyıla kadar beden imajı kavramı hakkında bahsedilmemiştir. 20. yüzyılın birinci yarısından itibaren beden imajını tanımlayan çalışmalar yapılmıştır. (13)

Birden çok tanımı yapılan, soyut bir kavram olan beden imajı ampütasyon sonrası fantom ağrı alanında çalışmalar yapan nörolog Henry Head tarafından 1920 yılında 'beden şeması' olarak tanımlanmıştır. Böylelikle beden şemasını beynin duyusal korteksinde düzenlenen, şu anki beden duyumları ile geçmiş deneyimlerin bir birliği olarak açıklamıştır. (14-16)

Bir başka araştırmacı olan psikiyatrist Schilder beden imajını 1935 yılında yayınladığı kitapta, "Bedenin zihinde oluşturduğu biçim, yani bedenin kendimize nasıl göründüğünün resmi" olarak tanımlamıştır. (17)

Freud psikoanalitik kuramında tam olarak beden imajı teriminin tanımını yapmamış, ancak ego kavramı ile benzer olduğunu belirtmiş, bedensel ego olarak adlandırmıştır. Bu kavramın, egonun yapısı ve oluşumunda etkili olduğunu ifade etmiştir. Kişinin dış görünüşünün iç ve dış kaynaklardan etkilendiğini, dış görünümün içe yansıdığını, beden imajına kaynak oluşturduğunu belirtmiştir. (13,18)

Schwab 1968 yılında beden imajını, bireyin bedeninin bölümlerinin işlevlerine karşı negatif ya da pozitif duygularını kişisel değerlendirilmesi olarak tanımlamıştır. (19)

Fisher beden imajını, kişinin bedenine karşı hislerinin yansıması ve davranışları ile psikolojik tecrübelerinin bedene aktarılmasıdır şeklinde tanımlamıştır. (14,20)

Kolb da beden imajının meydana gelişinde geçmiş tecrübelerin ve duyguların öneminin olduğunu belirtmiştir. (14)

Salter 1988 yılında ‘‘beden imajını, kişinin bedenine karşı sahip olduğu bilinçli ya da bilinç dışı tutumların bütünüdür; büyüklük, işlev, görünüş ve potansiyelle ilgili şimdiki ve geçmişteki duygularını ve algılarını kapsar” şeklinde tanımlamıştır. (12)

Price 1990 yılında beden imajını, "sosyal değerimize ilişkin değerlendirmemiz" olarak tanımlamıştır. İnsanların, kendi beden imajımız hakkındaki düşüncelerine karşı oluşan algının, bireylere duyduğumuz saygıda aracılık ettiğini, kendi imajımıza da etkisinin olduğunu belirtmiştir. (17) Ayrıca Price “Beden İmajı Bakım Modeli”ni geliştirmiştir. Bu model, bedenlerimizi nasıl deneyimlediğimize ve başka bireylerin bizi nasıl gördüğüne verdiğimiz tepkiye odaklanır. Model, beden imajının beden ideali, beden gerçekliği ve beden görünümü şeklinde üç boyuttan etkilendiği şeklinde tanımlar. Newell’in geliştirdiği “korkudan kaçınma modeli” ise beden imajıyla ilgili endişeleri değerlendirmeye yardımcı olabilir ve müdahale için olası önerilerde bulunabilir. (21)

Burnard ve Morrisan, beden imajının “*öz saygı*”, “*öz-imaj*” ve “*özbenlik*” kavramları ile bağlantılı olduğunu ve öz saygının bireyin kendi fiziksel görünümü ile direkt etkilendiğini, kişi fiziksel görünümünden hoşnutsa, özsaygısının oluşumu üzerinde olumlu etkilerin olacağını belirtmektedir. Dış görünümünden hoşnut olmayan kişilerin kendileri hakkındaki fikirleri de olumsuzdur şeklinde tanımlama yapmıştır. (22)

Cohen 1991 yılında beden imajını “makyaj, giysiler ve takıların olduğu kadar yardımcı materyallerin (tekerlekli sandalye ve baston gibi), beden imajı içine dahil olduğunu ileri sürmüştür. Beden imajında değişiklik yaratan görünüm ve fonksiyon değişiklikleri, hayatın farklı yönlerini etkilediğini örneğin; iş, sosyal aktiviteler ve cinsellik gibi beden imajı, daha çok kişinin yetiştirilmesine bağlıdır” şeklinde tanımlamıştır (12).

Cash, beden imajını, bedenin dışarıdan görünüşü hakkındaki tutumlar ve kişinin bu durumu algılaması şeklinde tanımlamıştır. (3)

Schilder beden imajını 3 boyutta ele almıştır. Bu boyutları “beden imajının fizyolojik temeli”, “beden imajının libidinöz yapısı” ve “beden imajının sosyolojisi” olarak adlandırmıştır. Beden imajının fizyolojik boyutunun, fiziksel acı deneyimiyle öğrendiğimiz beden tarafından en açık şekilde gösterildiğini belirtir. Sosyolojik boyut, kültürel fikirlerin bedenin gerçekliği üzerindeki etkisine değinmektedir. Libidinöz boyut ise, bedenin sevilen bir nesne olarak deneyimlenmesine ve gerçekliğin hissedilmesine

değinir. (18) Özet olarak Schilder tarafından tanımlanan beden imajı "kişilerarası, çevresel ve zamansal faktörleri içeren üç boyutlu birimler olarak zihnimizde oluşturduğumuz bedenimizin resmidir. (15)

Sandoval'a göre de beden imajının 3 esas boyutu vardır. Bu boyutlar; değerlendirme, yatırım ve duygulanımdır. Değerlendirme, bireyin fiziksel özelliklerden duyduğu hazzı ifade eder. Yatırım, bireyin görünüşünün bilişsel-davranışsal önemi ve öz varlığına olan belirginliğidir. Duygulanım, kendi kendini değerlendirme ile ortaya çıkan duygusal tecrübeler ve sezgilerdir. (23)

Brytek-Matera da beden imajı boyutlarını bilişsel, duygusal ve davranışsal olarak ele almıştır. Bilişsel boyut, kişinin vücuduna yönelik duygularını ve düşünceleri içermektedir. Duygusal boyut, kişinin vücudundan hoşnut olmama halini ifade etmektedir. Davranışsal boyut ise, bireyin spor ya da rejim gibi fiziksel aktivitelerini içermektedir. (24)

Beden imajını olumlu ve olumsuz tecrübeler; içsel ve dışsal faktörler etkileyebilir. Birey vücudunu kabul ettiğinde, takdir ve saygı duyduğunda, olumlu bir beden imajına sahip olarak tanımlanabilir. Kendini olduğu şekilde kabul etmek, bireyin göründüğü şekilde rahat ve mutlu hissetmesini sağlar. Olumsuz beden imajına sahip olmak ise, bireyin bedeni hakkında sürekli negatif düşüncelerde olması durumunda ortaya çıkar. Böylelikle belirli bir şekilde görünmeye yönelik toplumsal baskıdan etkilenir ve sağlıksız kilo kontrolü, düzensiz yemeye yönelim artar. (25)

Olumsuz beden imajı, kadınları erkeklerden daha fazla etkileyen bir sorundur. Olumsuz bir beden imajı, yeme bozuklukları, sosyal kaygı ile ilişkili olabilir ve depresyon, cinsel zorluklar ve zayıf benlik saygısına neden olabilir. (3)

Beden imajını etkileyen birden çok faktör bulunmaktadır. Bu faktörler yaş, cinsiyet, düşük benlik saygısı veya depresyon, kişilik özellikleri, beden ölçüsü, sosyal medya, kişinin beden imajı ile dalga geçilmesi olarak sıralanabilir. Schilder de beden imajının değişken olduğunu, yaşa, ruh haline veya kıyafete göre değiştiğini belirtmiştir. (17)

Beden imajı bireyin doğumdan itibaren gelişen bir süreçte oluştuğu için yaş önemli bir faktördür. Geç çocukluk ve ergenlik döneminde şekillenmeye başlar ve olumsuz beden imajı her yaştan insanda ortaya çıkabilir**.** (25) Gebelik döneminde ise yaş ilerledikçe beden imajı kavramına verilen önem azalmaktadır. (26) Cinsiyet

konusunda kadınların erkeklere göre beden imajı kaygıları daha fazladır. Beden ölçüsüne bakıldığında kilosu fazla olan kişiler, toplumun kilo baskısı nedeniyle olumsuz beden imajı riski altındadır. Kişi kendisini sosyal medyadaki görseller ile karşılaştırdığında bedeniyle ilgili olumsuz hislerle karşılaşabilir. Yine mükemmeliyetçi kişilik özelliği olan kişiler de kendi belirledikleri standartlara uymadığı zaman olumsuz beden imajı ile karşılaşabilirler. (25)

Yapılan beden imajı tanımları birbirlerine çok benzemektedir, bu tanımlara göre aşağıdaki özellikler ortaya çıkmıştır.

- Beden imajının gelişmesinde bedenle ilgili eski ve yeni tüm tutum, duygu ve algılar önemlidir.
- Bireyin beden imajı kendi algıları kadar, başkalarının bakış açısından da etkilenir.
- Beden imajı dinamik ve değişebilir niteliktedir.
- Beden imajı , sadece beden ve beden parçalarına karşı tutumu değil, onların işlevlerine karşı tutumu da gösterir.
- Sosyokültürel değerler bir kişinin beden imajı kavramına yansıyabilir.
- Beden imajı gerçek beden yapısıyla uyumlu ya da uyumsuz olabilir.
- Beden imajı benlik, kimlik ve kişilik kavramlarıyla benzer anlamlar gösterir.
- Beden imajı kavramının oluşmasında bilinç dışı öznel yaşantılar da önemli olduğundan hiç kimse beden imajını tam olarak tanımlayamaz.(27,28)

2.2. Gebelikte Beden İmajı

Gebelik ve doğum bir kadının yaşantısında en önemli dönemlerden biridir. Döllenme ile başlayan, doğum ile sona eren gebelik periyodu gebe için fizyolojik ve psikolojik değişikliklerle düzenlenmiş doğal bir süreçtir. Gebelik fizyolojik bir olay olmakla birlikte, bu dönemde sorumlulukların artması ve bedende meydana gelen değişimlerle birlikte kadının beden imajını kabullenmesi ve birçok problemle baş edebilmesi ve bu yeni duruma uyumu, sosyal destekle daha kolay olabilir. (12)

İlk trimesterde gebenin bedeninde değişimler başlar ve bu değişimler yavaş yavaş geliştiği için ilk bakışta beden imajını etkileyecek bir faktör yok gibi görünür.

Süreç ilerledikçe bu değişimler gebeyi olumlu ya da olumsuz yönde etkileyecektir. II. trimesterde kadının karnı büyür, beli kalınlaşır, memelerde değişmeler meydana gelir, kilo artışı gibi kadının bedeninde hızlı ve yoğun değişmeler meydana gelir. (2,29) Artan gebelik haftasıyla birlikte, alınan kiloların da etkisiyle, gebelikte beden algısı değişmekte olup, gebeliğin ilerlemesiyle birlikte özellikle ikinci trimesterin ortalarına doğru beden memnuniyetsizliğinin arttığı görülmüştür (30). Kadın kendi bedenindeki değişikliklere odaklanmakta, bu değişiklikler ile de gebelik öncesi beden imajının gebelik sonrasındaki beden imajını etkilediği görülmektedir (3).

2.3. Özgüven

Özgüven, bireyin kendine güvenme duygusudur. Bireyin kendisine yönelik olumlu duygular geliştirmesi sonucunda kendini iyi hissetmesidir. Olumlu duygular içinde olan insan kendisine ve çevresindeki insanlara hoşgörülü bir yaklaşım içinde olur. (31) Özgüven kavramı bireyin aldığı sorumlulukları ve yaşam içindeki rolünü etkili bir şekilde yerine getirmesi için gereken önemli özelliklerden bir tanesidir. Özgüvenli birey karşılaşılan sorunlara çözüm bulabilir ve baş etme yöntemini geliştirebilir.(10)

20. yüzyılda benlik teorisini geliştiren James, özgüvenin oluşumundaki faktörleri ve özgüven kavramının önemini vurgulamıştır. James, özgüveni bir denklem şeklinde ifade (Hedefe Ulaşmadaki Başarı / Varmak İstenen Hedef = Özgüven) etmiştir. Bu oran yüksek ya da düşük oranda özgüven gelişeceğini ifade eder. (32)

Freud'un özgüven bakış açısı kişinin yaşam boyunca ulaştığı başarı ve başarısızlıkların yoğunluğuna göre kendi kendini değerlendirmesidir. (31)

Maslow, özgüvenin kendini gerçekleştirmedeki önemi üzerinde durur ve özgüveni psikolojik açıdan sağlıklı kişilerin bir özelliği olarak kabul etmektedir. Maslow'un oluşturduğu ihtiyaçlar hiyerarşisi piramidinde kişinin aşağıdan yukarıya doğru adım adım doyuma ulaşması sağlanır. Bu ihtiyaçlar piramitte aşağıdan yukarı doğru; fiziksel ihtiyaçlar, güvenlik ihtiyacı, ait olma ve sevgi ihtiyacı, özgüven-değer ihtiyacı ve kendini gerçekleştirme ihtiyacıdır. Bu piramide göre kendini gerçekleştirme basamağının ön koşulu özgüvendir. (33)

Özgüven oluşumunu etkileyen faktörler kişiden kişiye değişebilmektedir. Bu faktörler ebeveynlerin iyi ya da kötü tutumları, eğitim-öğretim başarısı, boşanma, zeka, dış görünüş ve arkadaş ilişkileri, bir şeyden sorumlu hissetme duygusudur.(31)

Rosenberg (1979) düşük özgüven düzeyinin, kişinin sosyal ortamlarda tecrübe edindiği güvensizliklerle, yüksek özgüven düzeyinin ise aile ve akran ilişkileri yoluyla oluşan sosyal destek ile geliştiğini vurgulamaktadır. (34)

Özgüvenin iç ve dış olmak üzere iki tipi vardır. İç güven, kişilerin kendine karşı hoşgörülü, memnun olduğuna dair duyguları ifade ederken bu güveni bireyin kendisine saygı duyması, sevmesi, tanıması, empati yapması oluşturmaktadır. Dış güven ise, kişinin çevresine karşı kendinden hoşnut ve şüphesiz olduğuna dair göstermiş olduğu tutumlar olup bu tipte iletişim ve hisleri kontrol etmek önemlidir. (35)

Gebelik annelik rolü oluşumunda etkili bir dönemdir. Bebeğine karşı sorumlu olan kadınlar bu sorumluluğu yerine getirebilmesi için belli bir beceriye, enerjiye ihtiyaç duyarlar. Bu durum ise annelerde sağlam bir özgüven düzeyi ister. (10)

Ruchala (1991) doğum sonu dönemdeki kadınları içeren çalışmada annenin özgüvenini, anneliğe uyum sağlamada "destekçi güç" olarak tanımlamıştır. Annenin kendine güveninin ve annelik rolüne uyumunun olumlu olmasının, sosyal destek, rol beklentileri, yaş, eğitim durumu, doğum öncesi hazırlık, kişilik ve bebeğin odası gibi değişkenlerden etkilendiğini belirtmiştir. (36)

2.4. Beden İmajı ile Özgüven Arasındaki İlişki

Burnard ve Morrison 1990 yılında özsaygı, öz imaj, özgüven, özbenlik kavramlarının birbiri ile yakından ilişkisinin olduğunu ve bu durumu bireyin beden imajı ve fiziksel görünümünün etkilediğini, birey bedeninden memnunsa özgüvenin artacağını, memnun değilse özgüvenin azalacağını belirtmiştir. (12)

Gebelikte yaşanan fiziksel değişiklikler sonucunda gebeler daha yavaş hareketler sergileyebilir, kendini çekici bulmayabilir. Bu durumda özgüvenlerini kaybedebilirler ve beden imajında olumsuz etkiler yaşayabilirler. Beden imajı ile ilgili kaygılar gebeliklerde çoğunlukla yaşanmaktadır. (37)

Gebelik süresince oluşan değişimler kadını olumlu ya da olumsuz etkileyebilir. (38). Olumsuz beden imajı kadınların özgüveni üzerinde daha belirgindir ve kadınlar

üzerinde erkeklerden daha fazla olumsuz etkiye sahiptir. (23) Bu durum da gebenin kendisini kötü hissetmesine, özgüvenin daha da azalmasına neden olabilir.

2.5. Bağlanma

Bağlanma, bebek ve ebeveynler arasındaki duygusal bağ olarak tanımlanmaktadır. Yenidoğan bebeğin güven hissinin geliştiği ilk ilişki bağlanmadır. (39)

Bağlanma teriminin kökeni 13. yüzyıla dayanmakta ve "to attach", "bağ" kelimesinin anlamı, bir göreve bağlılık veya bir görevi yerine getirmedir. 18. yüzyıl filozofu Rousseau anne-bebek ilişkisi kavramını kullanan ilk kişidir. (40)

20. yüzyılda Klaus ve Kennell İngilizce dilinde 'Bonding' kavramını ebeveynlerin bebek ile duygusal bağlanması olarak, 'attachment' kavramını ise bebeğin ebeveyni ile olan bağı olarak tanımlamışlardır. Bağlanma deneyimleri hakkında ilk çalışma Bolby tarafından yapılmıştır. (39) Bolby bağlanmayı iki birey arasındaki epey güçlü duygusal bir bağ olarak tanımlamıştır. (41)

Bolby tarafından 1940'lı yıllarda kişilerarası ilişkileri incelemek için kullanılan''bağlanma teorisi'' yaklaşımı, ebeveynler arasındaki ilişkinin çocukların kişilikleri üzerinde olan etkisini açıklamaktadır. Mary Ainsworth, bağlanma teorisini test ederek geliştirmiştir. (42) Ainsworth ve arkadaşları ''strange situation' yani 'bilinmeyen durum' prosedürünü oluşturmuştur. Araştırmacılar anneleri ve çocukları oyuncakların bulunduğu bir oyun odasında gözlemlemiştir. Anne ve çocuğun yabancı bir odaya girmesiyle başlayan prosedürde, araştırmacılar anne yanındayken çocuğun odayı keşfetme becerisi hakkında gözlemler yapmış, ardından odaya yabancı biri gelmiş ve çocuk ile oynamaya çalışmıştır. Kısa süreliğine anne odadan çıkmış ve araştırmacı, çocuğun annesinin yokluğuna verdiği tepkileri not etmiştir. Anne odaya geri dönmüş ve anne ile çocuğun yeniden bir araya gelmesiyle ilgili çocuğun gösterdiği davranış ve tepkiler gözlenmiştir. (43)

2.6. Prenatal Bağlanma

Prenatal dönem; gebeliğin başladığı andan itibaren doğum sürecine kadar geçen dönemdir. Bu dönem, annede bir takım fizyolojik, psikolojik ve sosyal değişimlerin yaşandığı bir periyottur, ayrıca fetüs oluşur, anne karnında gelişir ve büyür. (44)

Bu dönemde oluşan gebe ve fetüs arasındaki evlat ilişkisini temsil eden, gebelikten önce de başlayabilen, duygusal ve bilişsel yaklaşım ile olan bağlanma prenatal bağlanma olarak tanımlanmaktadır. (45)

Deutsch 1945 yılında, öncelikle annenin fetüsü özsever bir sevgiyle donattığını sonra fetüsün farkına vardığını, son olarak kendisinden ayrı bir birey olarak görerek takdir etmeye devam ettiğini belirtmiştir. (46)

Anne bebek bağlanmasının prenatal dönemde oluştuğu fikri Kennell tarafından doğum anında bebek ölümünü tecrübe eden annelerin yaşadığı yası gözlem etmesi sonucu meydana gelmiştir. (2)

Rubin 1975 yılında hamilelik görevlerinden bahsetmiştir. Anne için bunlar; kendisi ve çocuğu için güvenli geçiş arayışı, bebeğin önemli kişiler tarafından kabul edilmesini sağlama, bebeğe bağlanma ve kendini verme (adamak) olarak belirtilmiştir. (47)

Peppers ve Knapp de anne bebek bağlanmasının bebek doğduktan sonra değil prenatal dönemde başladığını belirtmişlerdir. Çalışmalar sonucunda istenen gebelik, planlı gebelik, fetal hareketleri anlamak ve fetüsü kişi olarak kabul etmenin bağlanmada yardımcı olacağını belirtmişlerdir. (48)

1981 yılında Cranley, prenatal bağlanmanın ilk resmi tanımını yapan kişi olarak bilinmektedir. (49)

Cranley yaptığı çalışmada prenatal bağlanmayı, annelerin doğmamış çocukları ile bağlılık ve etkileşim davranışlarında bulunması olarak tanımlayarak anne fetüs arasında altı başlık belirlemiştir. Annenin kendi benliğinin fetüsten farklılaşması, fetüs ile iletişim halinde olması, annenin fetüse ait niteleyici özellikler koyması, kendini bebeğine adaması, annelik rolünü üstlenmesi ve fetüsü yuvası gibi görmesi bu başlıklardır. Ayrıca anneye yapılan sosyal desteğin prenatal bağlanmayı geliştirdiğini, algıladığı stresin ise bağlanma gelişimine engel olduğunu bildirmiştir. (46)

Bowlby'e göre bağlanma iki insan arasında oluşan güçlü duygusal bir bağdır. Anne ve fetüs arasında da güçlü bağlanma gerçekleştiğinde bebek anneye karşı güven duygusunu oluşturur. Bowlby'nin bağlanma teorisi de bebeğin güven ihtiyacına dayanmaktadır. (41)

Muller'e göre prenatal bağlanma dünyaya gelmemiş bebek ile kurulan tek bağdır. Bu bağ prenatal dönemde başlayıp ve postnatal dönemde ise gelişip devam etmektedir. (2)

Mercer, anneliğe geçişin önemli bir gelişimsel olay olduğunu, prenatal dönemde anne bebek bağlanmasının annelik rolü oluşturma sürecinde dört basamaktan ilki olduğunu belirtmiştir. (50)

Tsartsara ve Johnson, düşük öyküsü önemsenmeksizin prenatal bağlanmanın tüm kadınlar için üçüncü trimesterda ortaya çıktığını, bağlanmanın bu dönemde önemli ölçüde arttığını bildirmiştir. (51)

Bağlanma tek başına bir durum değil, bir süreçtir. Süreçte ebeveynler kendi yetiştirilme tarzlarından etkilendikleri kadar; gebelik, doğum, lohusalık ve bebekliğin ilk aylarındaki tecrübelerden de etkilenirler. Biyolojik olarak ailelerin bebekleri ile bağlanması insan yaşamının en önemli ve en güçlü bağlanmasıdır. (39)

2.7. Beden İmajı ile Prenatal Bağlanma Arasındaki İlişki

Gebelerdeki beden memnuniyetsizliği, anne ve bebek bağlanması üzerindeki etkisiyle bebek ve anne sağlığını etkileyebilir. (23)

Yapılan çalışmalarda maternal obezite görülme durumu arttıkça prenatal bağlanma düzeyi azalmaktadır. (52)

Tayvan'da yapılan beden imajı, maternal-fetal bağlanma ve emzirme hakkındaki araştırmada gebelik öncesi ve üçüncü trimesterde olumsuz bir beden imajına sahip kadınların maternal-fetal bağlanma puanları daha düşük bulunmuştur. Gebelik öncesi ve mevcut vücut ağırlığı daha yüksek olan kadınların gebelik sırasında daha da olumsuz bir beden imajına sahip olma eğiliminde olduklarını ve bununda bağlanma ve emzirme sürecini olumsuz etkilediğini belirtmişlerdir. (53)

Koç Özkan ve arkadaşlarının (2020) gebelikte prenatal bağlanma ve vücut algısı arasındaki ilişki ve etkileyen faktörleri araştırdığı çalışmada gebelerin prenatal bağlanmalarının ve vücut algılarının orta düzeyde olduğu bulunmuştur. Gebelerin, eğitim düzeyinin yükselmesi ile prenatal bağlanma olumsuz yönde etkilenirken, yaş olarak daha büyük olan ve multipar gebelerin prenatal bağlanma puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. (54)

Prenatal bağlanmanın, anne ve fetüs arasındaki erken dönemde oluşan bağın, annenin gebelikteki olumlu davranışlarının bağlılık kaynaklı olduğu düşünüldüğünden çok önemli bir yeri vardır. Bu bağlanma erken dönemde kurulduğunda özgüven, sosyalleşme, duygusal eğilim, özgürlük gibi çocukluktaki kişilik durumu modellediğinden hem anne hem yenidoğan için olumludur. (45)

2.8. Gebelikteki Beden İmajı Kaygısı ve Özgüven Düzeyinin Prenatal Bağlanmaya Etkisinde Ebelerin Sorumlulukları

Ebeler kadınlar ile iletişimi güçlü, gebeleri doğru ve sağlıklı yönlendirmede ciddi bir yere sahip meslek gruplarındandır. Dolayısıyla beden imajı endişesi bulunan bireye yardım etme açısından ebeler ayrı bir önem taşımaktadır. Gebeler bu endişelere karşı baş etme becerisi geliştirmeli ve uyum sağlamalıdır. Ebeler bu konuda destek olmalı, gebelerin olumlu beden imajı geliştirmelerine katkı sağlamalıdır. Ebe, gebelerde olumlu beden imajını sağlamak/geliştirmek için gebenin değişikliklere tepkisini ölçmeli, gebenin değişen beden kısmının gebe için önemini ve baş etme mekanizmasını öğrenmeli ve gebeye destek sağlayabilmelidir. Danışmanlık sırasında gebe ile ebe arasında anlayışlı, duyarlı, güvenli bir ortam sağlanması önemlidir. (28,30)

Prenatal dönemde bağlanmayı sağlamak ve bağlanma davranışlarına yardımcı olmak için ebeler önemli bir konumdadır. Prenatal bağlanmayı sağlamak hem gebelikte hem de doğumdan sonra depresyon gelişiminden korumaktadır. Ebeler prenatal dönemde gebelere yönelik her türlü yardımda bulunma, olumsuz durumlarda destek olma, eğitim verme, riskli durumları belirleme ve danışmanlık yapma gibi rollere sahiptir. (49)

Bireyin kendine olan güveni, düşüncelerin, duyguların sözlü olarak ifade edilmesiyle anlaşılır. Olumlu ya da olumsuz kelimelerle özgüven düzeyi de ölçülebilir. Kendine güvenen anneler, güvenli çocuklar yetiştirebilir. Bu şekilde güvenli bir toplum da oluşur. Düşük düzeyde bir özgüven, yeni bebeğe bakmak için annede gerekli becerilerin olmamasını neden olabilir. Ebeler, gebelik ve doğum sonu özgüveni düşük anneleri tanımlamalı ve yeni annenin daha yüksek bir özgüven geliştirmesine yardımcı olmalıdır. Bir anne kendine güvenini artırmak istiyorsa, annenin öğrenmeye hazır olduğu ve annelik rolünü kazanmak istediği anlaşılır. Annede daha yüksek düzeyde güven geliştirmenin yolu, ona bebek bakımını öğretmek, bebek ile olumlu bağlanmayı desteklemektir. (56)

3. GEREÇ ve YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Amacı ve Tipi

Gebelerin beden imajı kaygıları ile özgüven düzeylerinin prenatal bağlanma üzerine etkisinin belirlenmesi amacıyla yapılan araştırma tanımlayıcı niteliktedir.

3.2. Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Özellikleri

Araştırma, Nevşehir Devlet Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Kliniği Gebe Polikliniği'nde Ocak 2021-Aralık 2021 tarihleri arasında yapılmıştır. Araştırma verilerinin toplandığı hastane Poliklinik, Doğum ve Doğum sonrası, Jinekoloji, Yoğun Bakım, Ameliyathane hizmetleri veren 340 yatak kapasiteli bir kurumdur. Gebe polikliniğinde 7 muayene odası bulunmakta ve 7 hekim görev yapmaktadır. Ebeler polikliniktekı muayene odalarında değil gebe polikliniği NST biriminde çalışmaktadır ve 2 ebe bulunmaktadır. Polikliniğin çalışma saatleri 08-16 arasındadır. Hastane, Nevşehir'de merkez hastane olup polikliniğe çok sayıda ve farklı sosyo-ekonomik düzeydeki gebeler başvurduğu ve araştırmacının çalıştığı hastane olduğu için tercih edilmiştir.

3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini, belirtilen tarihler arasında ilgili hastanenin gebe polikliniklerine başvuran ve araştırmaya alınma kriterlerine uyan gebeler oluşturmuştur. Nevşehir Devlet Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Kliniği'nde 2019 yılında 1923 doğum gerçekleşmiştir. Araştırmanın örnekleminin belirlemesinde, evrenin belli olduğu durumlarda örneklem hesaplama formülü kullanılarak örneklem hesaplanmış ve örneklem sayısı 250 olarak belirlenmiş ve her trimestere 84 gebe alınmıştır.

Örneklem büyüklüğünü hesaplamak için aşağıdaki formül kullanılmıştır:

n= N .t .t .p.q / d.d .(N-1) + t.t.p.q

n=1923.1,96.1,96.0,25.0,75/0,05.0,05(1923-1)+ 1,96.1,96.0,25.0,75

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırma verileri Ocak 2021- Aralık 2021 tarihleri arasında toplanmıştır.

Veriler Tanıtıcı Bilgi Formu (EK-1), Kadın Özgüven Ölçeği (EK-4), Prenatal Bağlanma Ölçeği (EK-3) ve Gebelikte Beden İmajı Endişeleri Ölçeği (EK-2) kullanılarak toplanmıştır. Hastanenin gebe polikliniğine ayaktan muayene için gelen araştırma kriterlerine uygun ve araştırmaya katılmayı kabul eden gebelere araştırmacı tarafından araştırmanın amacı açıklanmış, bilgilendirilmiş onamları alınmış ve gebelerden verilen formları doldurmaları istenmiştir. Gebeler verileri poliklinik bekleme salonundaki oturma bölümü ve NST biriminde kendileri doldurmuşlardır. Veri toplama araçlarının doldurulması yaklaşık 15-20 dakika sürmüştür.

3.5. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veriler, "Tanıtıcı Bilgi Formu", "Kadın Özgüven Ölçeği", "Prenatal Bağlanma Ölçeği" ve "Gebelikte Beden İmajı Endişeleri Ölçeği" ile toplanmıştır.

3.5.1. Tanıtıcı Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından literatür bilgilerinden yararlanılarak geliştirilen bu form, kadınların sosyo-demografik ve obstetrik özelliklerini belirleyebilecek toplam 15 sorudan oluşmaktadır. Sosyo-demografik özellikleri ile ilgili bölümde yaşları, kaç yıllık evli oldukları, eğitim durumu, sosyal güvencesi, aile yapısı ve ekonomik durumlar sorulmuştur. Obstetrik özellikler ile ilgili bölümde ise gebelik sayısı, çocuk sayısı, gebeliğin istenme durumu, şu anki boy, kilo, beden kitle indeksi, gebelikten önceki kilo durumu, mutlu evlilik durumu ve herhangi bir ameliyat durumu sorulmuştur. (29,57,58).

3.5.2. Gebelikte Beden İmajı Endişeleri Ölçeği

Uçar ve arkadaşları tarafından 2018 yılında geliştirilen ölçekte gebelik sırasında beden imajı kaygılarını değerlendirmek amacıyla 23 madde bulunmaktadır. Likert tipte olan ölçeğin yanıtlama biçimi 1 "kesinlikle katılmıyorum", 2 "katılmıyorum", 3 "kararsızım", 4 "katılıyorum" ve 5 "kesinlikle katılıyorum" şeklindedir.

Ölçekte 5., 6., 7., 8. ve 15. maddeler tersten puanlanmaktadır. Ölçekten elde edilecek en yüksek puan 115, en düşük puan 23'dür. Ölçek toplam puanındaki artma gebelikte beden imajına yönelik endişelerin yüksek olduğunu, azalma ise gebelikte beden imajına yönelik endişelerin düşük olduğunu göstermektedir.

Ölçek 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutları kaçınma, sosyal endişeler (1, 2, 4, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 16 maddeler), kilo alımına yönelik endişeler (3, 15, 17, 18, 19 maddeler), ileriye yönelik endişeler (20, 21, 22, 23 maddeler), fiziksel görünüm endişeleri (5, 6, 7, 8 maddeler)'dir.

Yirmi üç maddelik ölçeğin Cronbach's alpha güvenilirlik katsayısı 0.88'dir. Ölçeğin alt boyutlarının Cronbach's alpha güvenilirlik katsayıları: Kaçınma, Sosyal endişeler alt boyutu için 0.87, Kilo alımına yönelik endişeler alt boyutu için 0.79, İleriye yönelik endişeler alt boyutu için 0.69, Fiziksel görünüm endişeleri alt boyutu için 0.76'dır. (37)Bu çalışmadaki Cronbach's alpha güvenilirlik katsayısı 0,93'tür.

3.5.3. Kadın Özgüven Ölçeği

Yurtçiçek Ergüntop ve Güngör Satılmış tarafından 2019 yılında geliştirilen ölçek, toplam 38 soru ve 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Kadınlarda öz güvenin değerlendirilmesini sağlayan ölçek 18 yaş ve üzeri kişilerde kullanım için uygundur. Memnuniyet (Maddeler: 1,2), sosyal ilişkiler boyutu (Maddeler: 3,4,5,6,7,8,9), içsel öz güven (10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20), görünüş (21,22,23,24) ve performans alt boyutlarından (Maddeler: 25,26,27,28,29,30,31,32,33,34,35,36,37 38) oluşur. Ölçek 5'li likert tiptedir (Tamamen katılıyorum=5, katılıyorum=4, kararsızım=3, katılmıyorum=2, kesinlikle katılmıyorum=1). Ölçekten alınabilecek en düşük puan 38, en yüksek puan 190'dır. "Ölçekten alınan puanlar arttıkça öz güven seviyeleri de de artar" şeklinde yorumlama yapılır. Aynı durum alt boyutlar için de geçerlidir. (59) Bu çalışmadaki Cronbach's alpha güvenilirlik katsayısı 0,89'tür.

3.5.4. Prenatal Bağlanma Ölçeği

Çevik ve Kurnaz tarafından 2019 yılında geliştirilen ölçek üç faktör ve 33 maddeden oluşmaktadır. Farklı öğrenim düzeyindeki gebelerin ölçek maddelerini daha kolay anlayabilmesi için maddeler üçlü derecelendirilmiştir. Her bir maddede "kesinlikte katılıyorum" yanıtı üç ile, kısmen katılıyorum yanıtı iki ile, kesinlikle katılmıyorum yanıtı ise bir puan ile çarpılarak toplam puan elde edilmektedir. Ölçekten yüksek puan alanların prenatal bağlanma düzeyi yüksek olarak değerlendirilmektedir. Merak ve heyecan faktöründen alınabilecek puanlar 13-39 arasında; kabul ve coşku faktöründen alınabilecek puanlar 9-27 arasında ve umut faktöründen alınabilecek

puanlar 11-33 arasında değişmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 33, en yüksek puan ise 99'dur. (60) Bu çalışmadaki Cronbach's alpha güvenilirlik katsayısı 0,93'tür.

3.6. Verilerin Değerlendirilmesi

Toplanan veriler bilgisayar ortamında "Statistical Package for Social Sciences" (SPSS) for Windows 22,0 istatistik paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonucunda anlamlılık değerleri $p<0,05$ alınmıştır. Gebelerin tanıtıcı ve obstetrik özelliklerine ait bilgilerin analizinde sayı, yüzde, ortalama, standart sapma, minumum ve maximum değerler kullanılmıştır. Verilerin normallik dağılımı Shapiro Wilk testi ile değerlendirilmiştir. Verilerin dağılımı normal olmadığı için analizde non-parametrik testler tercih edilmiştir. Trimesterler arasında gebelikte beden imajı endişesi ölçeği, prenatal bağlanma ölçeği ve kadın özgüven ölçeği puanlarının dağılımını değerlendirmede Repeated Measures ANOVA, ölçek puanları arasındaki ilişkiyi değerlendirmede Spearman's Correlation testi kullanılmıştır (61).

3.7. Etik İlkeler

Çalışmanın yapılabilmesi için "Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Etik Kurul'undan 06/11/2020 tarihli 105/40 sayılı kararı ile izin alınmıştır (EK-6). Çalışmanın yapıldığı "Nevşehir Devlet Hastanesi''nden 10/06/2021 tarihli E-26171210-929 sayılı karar ile kurum izni alınmıştır (EK-7). Etik kurul onayından sonra araştırmaya katılan gebe kadınlar araştırma konusunda bilgilendirilmiş ve araştırmada gebe bilgilerinin gizliliğine dikkat edileceği belirtilerek sözel ve yazılı onamları alındıktan sonra çalışmaya dahil edilmiştir (EK-5). Çalışmada kullanılan ölçeklerin kullanım izinleri ölçek sahiplerinden e-posta yoluyla alınmıştır (EK-8)

Araştırma kapsamındaki gebelere, araştırma verilerini toplamaya başlamadan önce araştırmanın yapılma amacı açıklanarak "Aydınlatılmış Onam" ilkesi, elde edilen bilgilerin gizli tutulacağı belirtilerek "Gizlilik ve Gizliliğin Korunması" ilkesi, araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyenlerin alınması ile de "Özerkliğe Saygı" ilkesini içeren etik ilkeler yerine getirilmiştir

3.8 Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmada, riskli gebelere yer verilmemesi ve araştırmanın belirli bir bölgede yapılmış olması araştırmanın sınırlılıklarıdır. Tüm gebelere genellenemez. Ayrıca, araştırmanın sonuçları ölçeklerden elde edilen verilerle sınırlıdır.

4. BULGULAR

Bu bölümde çalışma sonuçları çizelgeler eşliğinde istatistiksel analizleriyle sunulmuştur.

Bulgular 5 bölümde ele alınmıştır.

- Birinci bölümde gebelerin tanıtıcı ve obstetrik özelliklerine ilişkin bulgular,
- İkinci bölümde gebelerin beden imajı endişelerine ilişkin bulgular,
- Üçüncü bölümde gebelerin prenatal bağlanmaya ilişkin bulgular,
- Dördüncü bölümde gebelerin özgüven algılarına ilişkin bulgular,
- Beşinci bölümde gebelerin ölçek puanları arasındaki ilişkiye yönelik bulgular,

4.1. Gebelerin Tanıtıcı ve Obstetrik Özelliklerine İlişkin Bulgular

Bu bölümde gebelerin sosyo-demografik, obstetrik özellikleri ile boy, kilo ve BKİ'ye yönelik bulguları yer almaktadır.

Çizelge 1'de çalışmaya katılan gebelerin sosyodemografik özelliklerine ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Katılımcıların yaş ortalaması 27,18±4,97; evlilik yılı ortalaması 5,32±4,40'dir. Gebelerin %46'sının üniversite ve üzerinde eğitim aldığı, %66,8'inin çalışmadığı, %96,8'inin sosyal güvencesinin olduğu, %74,8'inin gelir düzeylerinin giderlerine eşit olduğu ve %85,6'sının çekirdek aile olduğu belirlenmiştir.

Çizelge 1. Gebelerin Tanıtıcı Özelliklerine İlişkin Bulgular (n:250)

TANITICI ÖZELLİKLER	ORT±SS	
Yaş	27,18±4,97 (min 18, max 38)	
Evlilik yılı	5,32±4,40 (min 1, max 20)	
	n: 250	**%**
Eğitim Durumu		
İlkokul	12	4,8
Ortaokul	25	10,0
Lise	98	39,2
Üniversite ve üzeri	115	46,0
Çalışma Durumu		
Çalışıyor	83	33,2
Çalışmıyor	67	66,8
Sosyal Güvence		
Var	242	96,8
Yok	8	3,2
Ekonomik Durum		
Gelir giderden az	20	8,0
Gelir gidere denk	187	74,8
Gelir giderden fazla	43	17,2
Aile Yapısı		
Çekirdek aile	214	85,6
Geniş aile	36	14,4

Araştırmaya katılan gebelerin boy, kilo ve beden kitle indeksine ilişkin bulgular Çizelge 2'de verilmiştir. Gebelerin boy ortalaması 165,49±5,25 'dır. Gebelik öncesi kilolarının ortalaması 63,44±7,99; mevcut kilolarının ortalaması ise 70,06±9,12'dir. Gebeler beden kitle indeksine göre zayıf (<18,50), normal kilolu (18,51-24,95), fazla kilolu (25-29,99) ve obez (>30) olarak sınıflandırılmıştır. Gebeler BKİ'ye göre sınıflandırıldığında %46,4'ünün normal kilolu olduğu belirlenmiştir.

Çizelge 2. Gebelerin Boy, Kilo ve Beden Kitle İndeksine İlişkin Bulgular (n:250)

Boy ve Kiloya Ait Bilgiler	Ort±SS	
Boy	165,49±5,25 (min 150, max 180)	
Mevcut Kilo	70,06±9,12 (min 50, max 101)	
Gebelik Öncesi Kilo	63,44±7,99 (min 48, max 90)	
Gebelik Öncesi BKİ	23,18±2,90 (min 17,3, max 35,16)	
Gebelik BKİ	25,60±3,34 (min 19, max 37,1)	
	n: 250	**%**
Gebelik Öncesi Beden Kitle İndeksine Göre Sınıflandırma		
Zayıf	7	2,8
Normal Kilolu	189	75,6
Fazla Kilolu	49	19,6
Obez	5	2,0
Gebelikte Beden Kitle İndeksine Göre Sınıflandırma		
Zayıf	0	0
Normal Kilolu	116	46,4
Fazla Kilolu	109	43,6
Obez	25	10,0

Çizelge 3'te çalışmaya katılan gebelerin obstetrik ve çeşitli özelliklerine göre ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Gebelerin %42'sinin ilk gebeliği olduğu ve %47,6'sının çocuğunun olmadığı, %97,6'sının mutlu bir evliliği olduğu, %86,4'ünün gebeliği istediği ve %90,4'ünün herhangi bir ameliyat olmadığı belirlenmiştir.

Çizelge 3. Gebelerin Obstetrik ve Çeşitli Özelliklerine İlişkin Bulgular (n:250)

Özellikler	n: 250	%
Gebeliğin kaçıncı haftası		
Birinci Trimester	84	33,6
İkinci Trimester	82	32,8
Üçüncü Trimester	84	33,6
Gebelik Sayısı		
Bir	105	42,0
İki	79	31,6
Üç ve üzeri	66	26,4
Çocuk Sayısı		
Hiç	119	47,6
Bir	72	28,6
İki	43	17,2
Üç ve üzeri	16	6,4
Mutlu Evlilik		
Evet	244	97,6
Hayır	6	2,4
Gebeliği İsteme Durumu		
Evet	216	86,4
Hayır	34	13,6
Ameliyat Durumu		
Evet	24	9,6
Hayır	226	90,4
Ameliyat durumu evet ise		
Sezaryen	21	8,4
Apendektomi	3	1,2

4.2. Gebelerin Beden İmajı Endişelerine İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan gebelerin beden imajı endişelerine yönelik bulguları Çizelge 4'te verilmiştir. Tüm katılımcıların beden imajı endişeleri ölçek puanı incelendiğinde ortalama puanı 57,82±18,83'dir. Katılımcılar gebelikte beden imajı endişeleri açısından değerlendirildiğinde trimesterler arasında anlamlı farklılık olduğu ve 3.trimesterde en yüksek puana sahip olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Ölçek alt boyutları değerlendirildiğinde; kaçınma-sosyal endişe, kilo alımına yönelik ve fiziksel görünüme yönelik endişeler alt boyutlarında trimesterlere göre anlamlı farklılık olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Üçüncü trimesterde olan gebelerin beden imajı endişelerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların ileriye yönelik endişeler alt boyutunun ise trimesterlere göre farklılık göstermediği saptanmıştır ($p>0,05$).

Çizelge 4. Gebelerin Beden İmajı Endişeleri Ölçek Puanlarına İlişkin Bulgular (n:250)

Gebelikte Beden İmajı Endişeleri Ölçeği	**Ölçek toplam**	**I.Trimester**	**II.Trimester**	**III.Trimester**		
	Ort±SS	**Ort±SS**	**Ort±SS**	**Ort±SS**	**p**	**F**
	57,82±18,83	49,79±18,28	58,45±16,51	65,23±18,49	**<0,000**	5,88
Cronbach Alpha	0,93	0,95	0,89	0,92		
Min **Max**	23 101	23 101	31 94	28 93		
Ölçek Alt Boyutları	**Genel toplam**	**I.Trimester**	**II.Trimester**	**III.Trimester**		
	Ort±SS Cronbach alpha	**Ort±SS**	**Ort±SS**	**Ort±SS**	**p**	**F**
Kaçınma-sosyal endişe	20,8±9,31 0,91	16,3±8,24	21,2±8,28	25,1±9,26	**<0,000**	22,13
Kilo alımına yönelik	14,1±4,43 0,68	13,3±4,05	13,8±4,40	15,3±4,61	**<0,007**	5,02
İleriye yönelik	10,5±10,0 0,78	9,73±3,89	10,5±4,25	11,3±4,23	**<0,45**	3,13
Fiziksel görünüm	12,2±4,62 0,92	10,4±4,59	12,7±4,83	13,4±3,90	**<0,000**	10,32

4.3. Trimesterlere Göre Gebelerin Prenatal Bağlanmaya İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan katılımcılar prenatal bağlanma ölçek puanlarına ilişkin bulgular açısından değerlendirildiğinde trimesterlere göre toplam puan ve alt boyutlarda gebeler arasında farklılık olmadığı görülmüştür (p>0,05). Üç trimesterdeki katılımcıların prenatal bağlanma puanlarının benzer olduğu belirlenmiştir. (Çizelge 5)

Çizelge 5. Prenatal Bağlanma Ölçek Puanlarına İlişkin Bulgular (n:250)

Prenatal Bağlanma Ölçeği	**Ölçek toplam**	**I.Trimester**	**II.Trimester**	**III.Trimester**		
	Ort±SS	**Ort±SS**	**Ort±SS**	**Ort±SS**	**p**	**F**
	94,30±6,89	94,5±6,83	95,1±6,27	93,3±7,46	**<0,245**	1,416
Cronbach Alpha	0,934	0,939	0,922	0,940		
Min **Max**	60 99	60 99	63 99	64 99		
Ölçek faktörleri	**Genel toplam**	**I.Trimester**	**II.Trimester**	**III.Trimester**		
	Ort±SS Cronbach alpha	**Ort±SS**	**Ort±SS**	**Ort±SS**	**p**	**F**
Merak ve heyecan	36,8±3,05 0,847	36,9±2,95	36,9±2,95	36,5±3,25	**<0,562**	0,578
Kabul ve coşku	25,9±1,98 0,828	26,01±1,93	26,1±1,88	25,7±2,11	**<0,389**	0,949
Umut	31,4±2,48 0,843	31,5±2,41	31,9±2,23	31,0±2,71	**<0,068**	2,724

4.4. Gebelerin Özgüven Algılarına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan gebeler kadın özgüven ölçek puanlarına göre değerlendirildiğinde sosyal ilişkiler, görünüş ve memnuniyet alt boyutlarında trimesterlara göre anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür ($p<0,05$). (Çizelge 6) Alt boyutlarda Post-oc değerlendirme yapıldığında birinci trimesterde olan gebelerin üçüncü trimesterdeki gebelere göre memnuniyet, görünüş ve sosyal ilişkiler puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca sosyal ilişkiler alt boyutunda ikinci ve üçüncü trimester arasında da anlamlı farklılık olduğu görülmüş olup, ikinci trimesterdeki gebelerin üçüncü trimestere göre sosyal ilişki puanı daha yüksektir.(Çizelge 7)

Çizelge 6. Kadın Özgüven Ölçek Puanlarına İlişkin Bulgular (n:250)

Kadın Özgüven Ölçeği	**Ölçek toplam**	**I.Trimester**	**II.Trimester**	**III.Trimester**		
	Ort±SS	**Ort±SS**	**Ort±SS**	**Ort±SS**	**p**	**F**
	141,3±15,21	141,7±12,51	143,5±19,74	138,8±12,16	**<0,171**	1,781
Cronbach Alpha	0,89	0,89	0,94	0,82		
Min **Max**	50 190	93 166	50 190	112 163		
Ölçek Alt Boyutları	**Genel toplam**	**I.Trimester**	**II.Trimester**	**III.Trimester**		
	Ort±SS Cronbach alpha	**Ort±SS**	**Ort±SS**	**Ort±SS**	**p**	**F**
Memnuniyet	8,47±1,65	8,89±1,43	8,34±1,83	8,18±1,61	**<0,013**	4,407
Sosyal ilişkiler	23,4±3,81	23,8±3,09	24,4±3,96	22,0±3,96	**<0,000**	9,253
İçsel özgüven	41,5±5,20	41,1±4,99	42,6±6,52	40,9±3,62	**<0,074**	2,628
Görünüş	13,4±2,31	13,0±1,42	13,3±2,47	13,8±2,78	**<0,052**	2,997
Performans	54,5±6,31	54,8±5,17	54,7±8,17	53,9±5,19	**<0,617**	0,483

Çizelge 7. Kadın Özgüven Ölçek Alt Boyutlarının Post-oc Çalışmasına Yönelik Bulgular

Altboyutlar Post-oc	**Tukey**	**Games-Howell**
Memnuniyet 1. trimester-3.trimester	**p<0,014**	-
Sosyal İlişkiler !.trimester-3.trimester 2.trimester-3.trimester	**p<0,005** **p<0,000**	-
Görünüş 1.trimester-3.trimester	-	**p<0,03**
İçsel	-	Trimesterler arası Farklılık yok.
Performans	-	Trimesterler arası Farklılık yok.

4.5. Gebelerin Ölçek Puanları Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Çizelge 8'de gebelerin trimesterlere göre ölçek puanları arasındaki ilişkiye yönelik bulgular verilmiştir. Korelasyon analizi sonucunda; katılımcıların ölçek genel toplamlarının beden imajı endişeleri puanları ile prenatal bağlanma puanları arasında istatiksel açıdan anlamlı orta düzeyde negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir ($r= -0,360$; $p<0,000$). Beden imajı endişeleri arttıkça, prenatal bağlanma düzeyleri azalmıştır. Prenatal bağlanma puanları ile özgüven puanları arasında istatiksel açıdan anlamlı zayıf düzeyde pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0,230$; $p=<0,000$). Gebelerin prenatal bağlanma düzeyleri arttıkça, özgüven düzeyleri de artmaktadır. Beden imajı puanları ile özgüven puanları arasında istatiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p>0,05$).

I. trimesterde olan gebelerin, beden imajı endişeleri puanları ile prenatal bağlanma puanları arasında istatiksel açıdan anlamlı orta düzeyde negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Beden imajı endişesi arttıkça, prenatal bağlanma düzeyleri azalmıştır ($r=-0,649$; $p<0,05$). Özgüven puanlarının prenatal bağlanma ve beden imajı puanları ile arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p>0,05$).

II. trimesterde olan gebelerin, prenatal bağlanma düzeyi puanları ve özgüven puanları arasında istatiksel açıdan anlamlı orta düzeyde pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0,370$; $p<0,001$). Gebelerde özgüven düzeyi arttıkça, prenatal bağlanma düzeyleri de artmıştır. Beden imajı endişeleri puanları ile prenatal ve özgüven düzeyi puanları arasında istatiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p>0,05$).

III. trimesterde olan gebelerin, beden imajı endişeleri puanları ile prenatal bağlanma puanları arasında istatiksel açıdan anlamlı orta düzeyde negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Beden imajı endişe düzeyi azaldıkça, prenatal bağlanma düzeyi artmıştır ($r=-0,364$; $p<0,001$). Beden imajı endişeleri puanları ve özgüven puanları arasında istatiksel açıdan anlamlı zayıf düzeyde pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0,246$; $p<0,024$). Prenatal bağlanma düzeyi puanları ve özgüven düzey puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p>0,05$).

Çizelge 8. Gebelerin Ölçek Puanları Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Genel Toplam						
	Beden İmajı Endişeleri		**Prenatal Bağlanma**		**Özgüven**	
	r	**p**	**r**	**p**	**r**	**p**
Beden İ.	1	-	- 0,360	**<0,000**	-0,004	<0,947
Prenatal B.	-0,360	**<0,000**	1	-	0,230	**<0,000**
Özgüven	-0,004	<0,947	0,230	**<0,000**	1	-
1.Trimester						
	Beden İmajı Endişeleri		**Prenatal Bağlanma**		**Özgüven**	
	r	**p**	**r**	**p**	**r**	**p**
Beden İ.	1	-	-0,649	**<0,000**	-0,151	<0,170
Prenatal B.	-0,649	**<0,000**	1	-	0,198	<0,071
Özgüven	-0,151	<0,170	0,198	<0,071	1	-
2.Trimester						
	Beden İmajı Endişeleri		**Prenatal Bağlanma**		**Özgüven**	
	r	**p**	**r**	**p**	**r**	**p**
Beden İ.	1	-	-0,025	<0,827	-0,033	<0,770
Prenatal B.	-0,025	<0,827	1	-	0,370	**<0,001**
Özgüven	-0,033	<0,770	0,370	**<0,001**	1	-
3.Trimester						
	Beden İmajı Endişeleri		**Prenatal Bağlanma**		**Özgüven**	
	r	**p**	**r**	**p**	**r**	**p**
Beden İ.	1	-	-0,364	**<0,001**	0,246	**<0,024**
Prenatal B.	-0,364	**<0,001**	1	-	0,097	<0,381
Özgüven	0,246	**<0,024**	0,097	<0,381	1	-

Spearman's correlation coefficient

5. TARTIŞMA

Bu çalışma, kadınların gebelik dönemlerindeki beden imajı kaygıları ile özgüven düzeylerinin prenatal bağlanma üzerine etkisini araştırmak için gerçekleştirilmiştir. Çalışmada elde edilen bulgular, literatür doğrultusunda 5 bölümde tartışılmıştır.

- Birinci bölümde gebelerin tanıtıcı ve obstetrik özelliklerine ilişkin bulguların tartışılmasına,
- İkinci bölümde gebelerin beden imajı endişelerine ilişkin bulguların tartışılmasına,
- Üçüncü bölümde gebelerin prenatal bağlanmaya ilişkin bulguların tartışılmasına,
- Dördüncü bölümde gebelerin özgüven algılarına ilişkin bulguların tartışılmasına,
- Beşinci bölümde gebelerin ölçek puanları arasındaki ilişkiye yönelik bulguların tartışılmasına yer verilmiştir.

5.1. Gebelerin Tanıtıcı ve Obstetrik Özelliklerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Bu çalışmaya katılan 250 gebenin yaşları 18-38 yaş arasında değişmekte olup yaş ortalaması 27,18±4,97'dir. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) verilerine göre; 2021 yılında doğum yapan annelerin ortalama yaşı 29,1 iken ilk doğumunu gerçekleştiren annelerin yaş ortalamasının ise 26,7 olduğu görülmektedir. (62) Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (TNSA) 2018 verilerine göre yaşa özel en yüksek doğurganlık hızının benzer şekilde 20-30 yaş aralığında olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışmada gebe kadınların yaş ortalamalarının TNSA verileri ile uyumlu olduğu, TÜİK verilerine ise yakın olduğu görülmektedir. Çalışmaya katılan gebelerin %85,2'si lise ve üzeri eğitim düzeyinde eğitime sahiptir. TNSA 2018 verilerine göre 15-49 yaş grubundaki kadınların %41'inin lise ve üzeri eğitimi tamamladığı saptanmıştır. TÜİK 2021 verilerine göre kadınların lise ve üzeri eğitim durumu %38,5 olduğu görülmüştür. Bu çalışmada gebelerin eğitim seviyeleri Türkiye geneline göre daha yüksektir. Bu çalışmaya katılan gebelerin %33,2'si çalışmaktadır. TNSA 2018 verilerine göre kadınların %28'i

çalışmaktadır. Katılımcıların çalışma durumu ile TNSA verileri uyumludur. (63) Çalışmada gebelerin %96,8'inin sosyal güvencesinin olduğu ve %74,8'inin gelir düzeylerinin giderlerine eşit olduğu saptanmıştır. Demirbaş ve Kadıoğlu'nun (2014) yaptığı çalışmada da gebelerin %92.3'ünün sosyal güvencesinin olduğu belirtilmiştir. (55) Çetindağ Karatlı'nın (2020)191 gebede yapmış olduğu tez çalışmasında %74,3'ünün gelir düzeyinin giderlere denk olduğu görülmüştür. (26) Literatür bulguları bu çalışma ile paralellik göstermektedir.

Çalışmaya katılan gebelerin %85,6'sı çekirdek aileye sahiptir. Eriten'in (2019) 250 gebe ile yaptığı çalışmada gebelerin %84,8'inin çekirdek ailesinin olduğu belirtilmiştir. (64)

Bu çalışmada, gebelerin %8,4'ü sezaryen ameliyatı geçirmiştir. Çalışmaya katılan gebelerin BKİ ortalaması 25,60±3,34 kg/m²'dir. Katılımcıların çoğunluğunun BKİ değeri normal değerler arasındadır. Bacacı ve Ejder Alpay'ın (2018) yaptığı gebelikte beden imajı algısı ve fetal distres arasındaki ilişki isimli çalışmasında %47.8'inin ise gebelikteki BKİ'sinin normal olduğu saptanmıştır. (65) Gür ve Pasinlioğlu'nun 316 gebe ile yaptığı çalışmada gebelikteki BKİ' si 24.85±3.85 olarak bulunmuştur. (66)

Çalışmaya katılan gebelerin %42'sinin ilk gebeliği olduğu saptanmıştır. Katılımcıların %86,4'ünün gebeliği istediği görülmüştür. Kök ve arkadaşlarının 231 gebe ile yaptığı çalışmada ilk gebeliği olanların yüzdesi 46,8 olup, istenen gebelik yüzdesi ise %89,6 olarak belirtilmiştir. (67)

5.2. Gebelerin Beden İmajı Endişelerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmaya katılan gebelerin beden imajı endişelerine yönelik bulgular değerlendirildiğinde trimesterler arasında anlamlı farklılık olduğu ve gebelerin 3. trimesterde beden imajı endişelerinin en yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Johnson ve arkadaşlarının (2004) ilk kez anne olan kadınların gebeliğin geç döneminde beden değişikliklerini nasıl algıladıklarını değerlendirdikleri kalitatif çalışmada, kadınların gebeliğin son trimesterinde beden imajını negatif algıladıklarını belirtilmiştir. (68) Kök ve arkadaşlarının (2018) gebelerin trimesterlere göre göre çok yönlü beden algılarını değerlendirmek amacıyla yaptıkları 231 gebenin dahil edildiği çalışmada trimesterler arttıkça gebelerin çok yönlü beden algılarının olumsuz olduğu belirlenmiştir. (67) Gür

ve Pasinlioğlu'nun (2012) gebelik deneyimi yaşayan kadınların beden imajlarını algılama durumlarını belirlemek amacıyla yapmış olduğu 316 gebeyi çalışmada, gebelerin ikinci trimesterde beden imajları daha olumlu algıladıkları, üçüncü trimesterde ise daha kötü algıladıkları belirlenmiştir. (66) Benzer olarak Arslan'ın yaptığı (2022) gebelerde beden algısı ve cinsel yaşam arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacı ile 259 kadını dahil ettiği tez çalışmasında da gebelik ayları ilerledikçe beden imajı algısı puanın azaldığı ve kadınların bedenlerini gebelik öncesine göre daha olumsuz algıladıkları görülmüştür. (57) Bu çalışmanın sonuçları literatürle benzerlik göstermekte olup, gebelerin üçüncü trimesterde beden imajı endişeleri yükselmiştir.

Gebelikte beden imajı algısını değerlendiren çalışmalar incelendiğinde çoğunlukla çok boyutlu "Çok Yönlü Beden-Benlik İlişkileri Ölçeği" ve "Beden İmajı Ölçeği"nin kullanıldığı görülmüştür. "Gebelikte Beden İmajı Endişeleri Ölçeği"nin kullanılarak gebelerin beden imajı algılarının değerlendirildiği bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Bu çalışmada katılımcıların Gebelikte Beden İmajı Endişeleri Ölçeği Kaçınma-Sosyal Endişe alt boyut puanının trimesterlere göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Üçüncü trimesterde olan gebelerin kaçınma- sosyal endişe düzeyleri daha yüksektir. Eryılmaz'ın (2017) gebelikte beden imajı düzeyi ve depresif davranışların belirlenmesi ve arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapmış olduğu çalışmada gebelerin beden imajı puanları azaldıkça depresif belirtilerin arttığı saptanmıştır (30). Beden imajı algısı negatif olan gebelerin sosyal endişelerinin daha yüksek olduğu söylenebilir.

Bu çalışmada gebelerin kilo alımına yönelik endişelerinin trimesterlere göre anlamlı farklılık gösterdiği ve 3.trimesterda en yüksek oranda olduğu saptanmıştır. Şeker ve arkadaşlarının (2021) beden algısının gebelikte kilo alımı üzerine etkisini belirlemek amacıyla 223 gebe ile yaptığı çalışmada gebelerin %35,4'ü gebelikte aldığı kilolardan olumsuz etkilendiklerini bildirmiş olup, gebelerin gebelikleri süresince aldıkları kilolardan olumsuz etkilendikleri ve gebelerin beden algılarının bu nedenle olumsuz olduğu değerlendirilmiştir. (69) Küçükkaya ve arkadaşlarının (2020) gebelikte alınan kiloya bağlı beden algısı ile gebeliğin kabulü arasındaki ilişkiyi incelediği 185 gebe ile yaptıkları çalışmada alınan kilo arttıkça beden algısı ve gebeliğin kabulünün

olumsuz etkilendiği belirlenmiştir. (70) Bu çalışma sonuçları literatürdeki çalışmalarla benzer olup kadınların gebelikte kilo alımına yönelik endişeleri artmıştır.

Gebelik haftası arttıkça fiziksel değişimler de artmaya başlar ve bununla beraber beden imajı endişesi de artar. (65) Bu çalışmada da literatürle benzer olarak beden imajı endişesinin 3. trimesterde en yüksek seviyede olduğu görülmüştür.

5.3. Gebelerin Prenatal Bağlanmaya İlişkin Bulguların Tartışılması

Literatüre bakıldığında trimesterlere göre prenatal bağlanmanın çeşitlilik gösterdiği görülmektedir. Bakır ve ark. (2014), Yılmaz ve Beji (2010), Kaya(2020) ile Dağlı'nın (2017) çalışmaları bu çalışma ile benzerlik göstermekte olup trimesterlere göre katılımcıların prenatal bağlanma düzeyleri farklılık göstermemiştir. (71,72,7,73)

Diğer taraftan Canlı (2020), Dikmen ve Çankaya (2018), Günay (2015) ile Öztürk ve Erbaş'ın (2019) çalışmalarında gebelik haftası ilerledikçe fetüsü algılama ve tepki gösterme gibi olayların yaşanması nedeniyle prenatal bağlanmanın arttığı tespit edilmiştir. (2,52,74,75)

5.4. Gebelerin Özgüven Algılarına İlişkin Bulguların Tartışılması

Çalışmaya katılan gebeler kadın özgüven ölçek puanlarına göre değerlendirildiğinde sosyal ilişkiler ve memnuniyet alt boyutlarında trimesterlere göre anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Birinci trimesterde olan gebelerin üçüncü trimesterdeki gebelere göre memnuniyet puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Literatürde gebelerde özgüvenin değerlendirildiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışma bu alanda yapılan ilk çalışma özelliğini taşımaktadır. Yapılan çalışmalar, doğum sonu dönemdeki kadınları (76-79), üniversitedeki kız öğrencileri (80) ve yönetici kadınları (81,82) içermektedir.

5.5. Gebelerin Ölçek Puanları Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulguların Tartışılması

Bu çalışmada gebelerin beden imajı endişeleri puanları ile prenatal bağlanma puanları arasında istatiksel açıdan anlamlı orta düzeyde negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Beden imajı endişeleri arttıkça, prenatal bağlanma düzeyleri azalmıştır. Prenatal bağlanma puanları ile özgüven puanları arasında istatiksel açıdan anlamlı zayıf

düzeyde pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Gebelerin prenatal bağlanma düzeyleri arttıkça, özgüven düzeyleri de artmaktadır. Beden imajı puanları ile özgüven puanları arasında istatiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Yanarca-Uras'ın (2004) kız ve erkek üniversite öğrencilerinde beden imgesi ve depresyon semptomları ilişkisini ve özgüvenin bu ilişkide oynadığı aracı rolü araştırdığı 233 kişiyi içeren çalışmada beden imajı ve özgüven ile depresyon belirtileri arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. (83) Beden algısı ve özgüven arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar da mevcuttur. Örsel-Kadıoğlu (2001) yaptığı araştırmadan elde edilen bulgulara göre; kadınların bedensel algılarına yönelik özgüveni, erkeklere kıyasla daha düşüktür. (84) Özkan ve arkadaşlarının (2020) gebelikte prenatal bağlanma ve vücut algısı arasındaki ilişki ve etkileyen faktörleri belirlemek amacıyla 195 gebe ile yaptığı çalışmada gebelerin prenatal bağlanma düzeyleri ile beden algısı arasında bir ilişki olmadığı saptanmıştır. Gebelik haftasının ikisini de etkilemediği görülmüştür. (54). Kumcağız'ın (2012) , gebe kadınların beden algılarını ve benlik saygılarını bazı değişkenlere göre incelediği 126 gebeyi içeren çalışmada, gebelik haftası ile benlik saygısı ve beden algıları arasında ilişki saptanmamıştır. (4) Çevik ve Yanıkkerem'in (2020) yaptığı çalışmada benlik saygısı puanı azaldıkça beden imajı puanı düşmekte ve depresyon puanı yükselmektedir. (85)

Aralı'nın yaptığı tez çalışmasında beden kitle indeksinin arttıkça prenatal bağlanma düzeyinin azaldığı görülmüştür. **(**58)

Sonuçlarımız literatür ile benzerlik göstermektedir.

6. SONUÇ ve ÖNERİLER

Gebelerin beden imajı kaygıları ile özgüven düzeylerinin prenatal bağlanma üzerine etkilerinin belirlenmesi amacıyla gerçekleştirilen çalışma tanımlayıcı özelliktedir.

Araştırma başlangıcında cevap aranan araştırma sorularına ilişkin aşağıda belirtilen sonuçlar elde edilmiştir.

Gebelerin, beden imajı endişe düzeylerinde trimesterler arasında anlamlı farklılık olduğu ve gebelik ayları ilerledikçe puanlarının arttığı, 3.trimesterde en yüksek puana sahip olduğu görülmüştür.

Kaçınma-sosyal endişe, kilo alımına yönelik ve fiziksel görünüme yönelik endişeler alt boyutlarında trimesterlere göre anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Katılımcıların ileriye yönelik endişeler alt boyutunun ise trimesterlere göre farklılık göstermediği saptanmıştır.

Araştırmaya katılan katılımcıların prenatal bağlanma ölçek puanlarının trimesterlere göre toplam puan ve alt boyutlarında gebeler arasında farklılık olmadığı görülmüştür. Üç trimesterdeki katılımcıların prenatal bağlanma puanlarının benzer olduğu belirlenmiştir.

Katılımcıların kadın özgüven ölçeği sosyal ilişkiler, görünüş ve memnuniyet alt boyutlarında trimesterlere göre anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Birinci trimesterde olan gebelerin üçüncü trimesterdeki gebelere göre memnuniyet, görünüş ve sosyal ilişkiler puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca sosyal ilişkiler alt boyutunda ikinci ve üçüncü trimester arasında da anlamlı farklılık olduğu görülmüş olup, gebelik ayı ilerledikçe puan ortalaması anlamlı olarak azalmıştır.

Katılımcıların beden imajı endişe ölçeği puanları ile prenatal bağlanma ölçeği puanları arasında orta düzeyde negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Beden imajı endişeleri arttıkça, prenatal bağlanma düzeyleri azalmıştır.

Katılımcıların prenatal bağlanma puanları ile özgüven puanları arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Gebelerin prenatal bağlanma düzeyleri arttıkça, özgüven düzeyleri de artmaktadır.

Katılımcıların trimesterler arası beden imajı puanları ile özgüven puanları arasında herhangi bir ilişki bulunmamıştır.

Araştırma sonucunda katılımcıların, trimesterler ilerledikçe beden imajı endişesinin arttığı, bu artışın prenatal bağlanma düzeyini azalttığı, bağlanmanın azalmasının ise özgüven düzeyini azalttığı görülmüştür.

Bu çalışmanın sonuçları doğrultusunda aşağıdaki öneriler yapılmıştır:

Ebeler ve sağlık profesyonelleri tarafından antenatal takiplerde gebelerin beden imajı algıları, özgüvenleri ve prenatal bağlanma düzeyleri değerlendirmelidir.

Ebeler, beden imajı endişesi olan, özgüveni düşük ve anne bebek bağlanmasının sağlanamadığı gebeler için gerekli sağlık bakımını planlamalı ve gerekli girişimleri uygulamalıdır. İhtiyaç halinde yardım alması konusunda bilgilendirmeli ve ilgili birimlere yönlendirmelidir.

Ebeler prenatal bağlanmanın sağlanması için anneden belli saatlerde bebeğinin hareketlerini saymasını, babadan bebeğiyle anne karnı üzerinden dokunarak iletişime geçmesini, bebeğe yönelik hazırlığın diğer aile bireyleriyle birlikte yapılmasını sağlamalıdır.

Kadınların gebelik sürecinde beden imajını etkileyen faktörlerin belirlenmesi, daha olumlu beden imajı algısının oluşturulması, özgüvenin geliştirilmesi, anne bebek bağlanmasının güçlü olabilmesi için daha geniş çaplı ve kalitatif araştırmalar yapılmalıdır.

KAYNAKLAR

1. **Arslan, S., Okcu ,G., Coşkun, A. M., Temiz, F.** Kadınların gebeliği algılama durumu ve bunu etkileyen faktörler. Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi, **2019**;6(1): 179-192.
2. **Canli, A.** Gebelerin Beden Benlik Algılarının Prenatal Bağlanma Düzeylerine Etkisinin Belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi,Ankara Üniversitesi,Ankara,**2020.**
3. **Rieves, L., Cash, T. F.** Social developmental factors and women's body-image attitudes. Journal of Social Behavior & Personality,**1996** ;11(1): 63–78.
4. **Kumcağız, H.** Gebe kadınlarda beden algısı ve benlik saygısının bazı değişkenlere göre incelenmesi. International Journal of Human Sciences,**2012**; 9(2): 691-703.
5. **Condon JT,Corkindale C.** The Correlates of Antenatal Attachment in Pregnant.Br J Med Psychol, **1997**:70(4);359-372.
6. **Gözüyılmaz A.**Evli Ergenlerde Beden İmgesi ve Benlik Saygısının Gebelik Durumuna Göre İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara,**2011**.
7. **Kaya, A.** Gebelerde doğum korkusu ve prenatal bağlanma arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya,**2020.**
8. **Çağlayan, N.** Gebelikte prenatal bağlanma davranışları ve ilişkili faktörler. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa,İstanbul,**2019.**
9. **Akagündüz, N.** İnsan Yaşamında Özgüven Kavramı , Ümraniye Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürlüğü Yayınları,**2006** Sayı:1,İstanbul
10. **Öztürk, S., Erci, B.** Postpartum dönemdeki primipar annelere loğusa ve yenidoğan bakımı konusunda verilen eğitimin annelik özgüvenine etkisi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, **2016;***5*(2): 25-31.
11. **Çırak,R.** Adölesan Gebelerde Beden İmajı Algısının Belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara, **2014.**
12. **Potur Coşkuner, D.** İlk Gebelikte Beden İmajının Algılanma Durumunun Değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, **2003.**
13. **Arslan Giray, N.** Üniversite Öğrencilerinde Beden İmajının Yordayıcıları Olarak Bağlanma Stilleri ve Toplumsal Cinsiyet Rolleri. Yüksek Lisans Tezi, Hacettep Üniversitesi, Ankara, 2013.
14. **Erkal, S., Pek H.** Beden İmajında Değişimler Ve Hemşirenin Rolü. Florence Nightingale Journal of Nursing, **1993**;7(30): 61-71.
15. **Breakey, J. W.** Body image: The inner mirror. JPO: Journal of Prosthetics and Orthotics, **1997;**9(3): 107-112.
16. **Tazegül, Ü.** Sporcularin kişilik özellikleri ile bedenlerini beğenmeleri arasindaki ilişkinin belirlenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*,**2018;** 17(68): 1518-1526.
17. **Sainsbury, David CG.**Body Image and Facial Burns, *Advances in Skin & Wound Care*,**2009** ;22(1):39-44
18. **Hanley, F**. The dynamic body image and the moving body: A theoretical and empirical investigation. Diss. Victoria University, **2004.**
19. **Schwab, J. J., Harmeling, J. D.** Body image and medical illness. *Psychosomatic Medicine*,1968; 30(1): 51-61.)
20. **Bilgin H.** Baş ve boyun kanseri nedeni ile ameliyat olan hastalarda ameliyat öncesi ve sonrası beden imajı, benlik saygısı, depresyon durumları ile bakımda hemşirelerin karşılaştıkları güçlüklerin araştırılması. Yüksek Lisans tezi. İstanbul Üniversitesi İstanbul ,**1996**.
21. **Konradsen, H**. Body Image and Cancer. *Topics in Cancer Survivorship*, **2012**;13-25.

22. **Özorhan, E.Y**. Gebelerin Gebelik Sürecinde Beden İmajını Algılama Durumlarının Belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi, Erzurum,**2012.**

23. **Sandoval, E. L.** Secure attachment, self-esteem, and optimism as predictors of positive body image in women. Texas A&M University,**2008.**

24. **Kara, A., Eryılmaz, A**. Beliren yetişkinlerin gözünden olumlu beden imajı oluşturmanın öğeleri. Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi – Journal of Qualitative Research in Education,**2018**; 6(3): 394-409.

25. Body Image.National Eating Disorders Collaboration. **2022.** Erişim: (https://nedc.com.au/eating-disorders/eating-disorders-explained/body-image/)

26. **Çetindağ Karatli, S. K.** Gebelerde beden algısı, eş uyumu ve prenatal bağlanmanın fetal büyümeye etkisi. Uzmanlık Tezi. Yıldırım Beyazıt Üniversitesi,Ankara,**2020.**

27. **Doğan, O, Doğan S.** Çok Yönlü Beden-Self İlişkileri Ölçeği El Kitabı. Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Basımevi, **1992.**

28. **Öz F.** Sağlık Alanında Temel Kavramlar. Ankara: Mattek Matbaacılık. 2. Baskı. 2010.

29. **Babacan Gümüş, A., Çevik, N., Hataf Hyusni, S., Biçen, Ş., Keskin, G., & Tuna Malak, A**. Gebelikte Benlik Saygısı Ve Beden İmajı İle İlişkili Özellikler. *Anatolian Journal of Clinical Investigation,* **2011**;5(1).

30. **Eryılmaz, S.** Gebelikte beden imajı ve depresif davranışlar arasındaki ilişkinin belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Osmangazi Üniversitesi, Eskişehir,**2017.**

31. **Taşdan, T.** Ergenlerde özgüven düzeyi beden algısı ve yalnızlık arasındaki ilişki. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi*,* Yakın Doğu Üniversitesi, Lefkoşa,**2020.**

32. **Kurtuldu, P. S.** İlköğretim okulu yöneticilerinin özgüven düzeyleri ile liderlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi,* Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü,**2007**.

33. **Bihter, M.** Yetişkinlerde Özgüven Duygusu ile Anksiyete Düzeyi Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması ve Kültürlerarası Bir Yaklaşım, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, **2010.** *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*.

34. **Altan, T., Baltacı, H. Ş.** Lise öğrencilerinde benlik saygısının yordayıcısı olarak depresyon, bağlanma ve şiddet eğilimi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, **2019**;*1*(40).

35. **Çoknaz, H., Yıldız, M., Erbil, E., Altıntaş, H.** Lise Öğrencilerinin Öz Güven Düzeylerinin Karşılaştırılması. İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, **2018**;8(1): 37-48.

36. **Ruchala, P. L.** The postpartum experience: A study of maternal concerns, confidence, and support .Theses*,**1991.***

37. **Ucar, T., Güney, E., Cesur, B., Yurtsal, Z. B.** The scale for body image concerns during pregnancy: development and validation. *Perspectives in Psychiatric Care*, **2018**; *54*(3): 416-421.

38. **Güneş Tokgöz, M.** Prenatal dönemdeki kadınların gebeliğe ve annelik rolüne uyumlarının ve etkileyen faktörlerin değerlendirilmesi.Yüksek lisans tezi,İstanbul Medipol Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,**2018.**

39. **Lang,C.** Bağlanma nedir?. Uzel N. Bağlanma. 1.baskı, Ankara:Özyurt Matbaacılık,**2018**:1-13.

40. **Kavlak, O., Şirin, A.** Maternal bağlanma ölçeğinin Türk toplumuna uyarlanması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi***,2009**; *6*(1): 188-202.)

41. **Balaban S.** Gebelikteki Sağlık Uygulamalarının Prenatal Bağlanmayla İlişkisi Ve Etkileyen Faktörler. Yüksek lisans tezi, Atütürk üniversitesi, Erzurum, **2016.**

42. **Susuanne Jones, S. M.** Attachment Theory. The International Encyclopedia of Interpersonal Communication, **2015**;1-5.

43. **Leek, E. M.** Attachment and loss: Two life experiences and their impact on interpersonal relationships. California State University, Long Beach,**2005**.

44. **Atasever, İ., Çelik, A. S.** Prenatal Stresin Ana-Çocuk Sağlığı Üzerine Etkisi. Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, **2018**;21(1):60-68.

45. **Ossa, X., Bustos, L., Fernandez, L.** Prenatal attachment and associated factors during the third trimester of pregnancy in Temuco, Chile. *Midwifery*, **2012**; *28*(5):689-696.

46. **Cranley, Mecca S.**Development of a Tool for the Measurement of Maternal Attachment During Pregnancy, Nursing Research: September **1981**:30(5);281-284.

47. **Therole M. Laxton-Kane ,P. Slade**. The role of maternal prenatal attachment in a woman's experience of pregnancy and implications for the process of care, Journal of Reproductive and Infant Psychology,**2002**; 20(4): 253-266.

48. **Badem, A.** Kadınların Prenatal Dönemde Bebeklerine Bağlanma Düzeylerinin Belirlenmesi. Gaziantep Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep, **2015.**

49. **Yılmaz, H.** İleri Yaş Gebeliklerde Prenatal Bağlanma.Yüksek Lisans Tezi, ADNAN MENDERES Üniversitesi, Aydın,**2021.**

50. **Mercer, R. T.** Becoming a mother versus maternal role attainment. *Journal of nursing scholarship*,**2004**; *36*(3):226-232.

51. **Tsartsara, E., & Johnson, M. P.** The impact of miscarriage on women's pregnancy-specific anxiety and feelings of prenatal maternal–fetal attachment during the course of a subsequent pregnancy: An exploratory follow-up study. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*,**2006**; *27*(3): 173-182.

52. **Dikmen, H. A., Çankaya, S.** Maternal obezitenin prenatal bağlanma üzerine etkisi. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, **2018**;2:118-123.

53. **Huang, H. C., Wang, S. Y., Chen, C. H.** Body image, maternal-fetal attachment, and choice of infant feeding method: a study in Taiwan. *Birth*, **2004**;*31*(3): 183-188.

54. **Koç Özkan, T., Küçükkelepçe, D. Ş., Özkan, S. A.** Gebelikte prenatal bağlanma ve vücut algısı arasındaki ilişki ve etkileyen faktörler. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*,**2020**; *7*(1): 49-54.

55. **Demirbaş, H., Kadıoğlu, H.** Prenatal dönemdeki kadınların gebeliğe uyumu ve ilişkili faktörler. *Clinical and Experimental Health Sciences*, **2014;***4*(4): 200-206.

56. **Holland-Toftness, C.** What is the relationship between maternal self-confidence, time of discharge and baby care?.**1999.**

57. **Arslan G.** Gebelerde Beden Algısı ve Cinsel Yaşam Arasındaki ilişkinin Belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana,**2022.**

58. **Arali, M.** Gebelik öncesi beden kütle indeksinin prenatal bağlanma ve anksiyete düzeyine etkisi. Yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum ,**2020.**

59. **Ergüntop Yurtçiçek S.** Kadın Özgüven Ölçeği'nin Geliştirilmesi. Doktora tezi, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul,**2019.**

60. **Çevik Türkmen F, Kurnaz FB.** Prenatal Bağlanma Ölçeği: Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması. *H.Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, **2019**;6(2): 112-138.

61. **Razali N. M.,Wah, Y. B.** Power comparisons of shapiro-wilk, kolmogorov-smirnov, lilliefors and anderson-darling tests. Journal of statistical modeling and analytics**, 2011**;*2*(1):21-33.

62. Erişim: (https://www.tuik.gov.tr/)

63. Erişim: (http://www.openaccess.hacettepe.edu.tr:8080/xmlui/handle/11655/23356)

64. **Eriten, H.** Gebelik döneminde beden imajı ve benlik saygısının cinsel fonksiyon üzerine etkisi, yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi- Cerrahpaşa, İstanbul,**2019.**

65. **Bacacı, H., Apay, S. E.** Gebelerde beden imajı algısı ve distres arasındaki ilişki. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, **2018**; *8*(2): 76-82.

66. **Gür, E. Y., Pasinlioğlu, T**. Gebelerin Gebelik Sürecinde Beden İmajını Algılama Durumlarının Belirlenmesi. *Ebelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*,**2012**; *3*(2): 71-81.

67. **Kök, G., Güvenç, G., Bilsel, H.,Güvener, A.** Gebelik döneminde kadınların beden algısı farklılık gösterir mi. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi***, 2018;***15*(4):209-214.

68. **Johnson S, Burrows A, Williamson I.** 'Does my bump look big in this?' The meaning of bodily changes for first-time mothers-to-be. *J Health Psychol*. **2004**;9(3):361-74. (doi: 10.1177/1359105304042346. PMID: 15117536.)

69. **Şeker, S., Canbay, F. Ç., Cesur, C., Firouz, N.** Beden algısının gebelikte kilo alımı üzerine etkisinin incelenmesi: analitik kesitsel araştırma. *İnönü Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Dergisi*, **2021**;*9*(1): 206-218.

70. **Küçükkaya, B., Sarıkaya, N. A., Süt, H. K.,Öz, S**. Gebelikte Alınan Kiloya Bağlı Beden Algısı ile Gebeliğin Kabulü Arasındaki İlişki. *Journal of Academic Research in Nursing*, **2020**;*6*(3): 426-432.

71. **Bakır N., Ölçer Z., Oskay Ü.** Yüksek Riskli Gebelerin Prenatal Bağlanma Düzeyi Ve Etkileyen Faktörler. *Uluslararası Hakemli Kadın Hastalıkları Ve Anne Çocuk Sağlığı Dergisi.* **2014**;1(1).

72. **Yılmaz, S. D., Beji, N. K.** Gebelerin stresle başa çıkma, depresyon ve prenatal bağlanma düzeyleri ve bunları etkileyen faktörler. *Genel Tip Dergisi*, **2010**;*20*(3).

73. **Dağlı, K.** Gebelikte Bebeğe Yönelik Yapılan Hazırlıkların Prenatal Bağlanma İle İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın,**2017.**

74. **Günay, P.** Gebe kadınlarda prenatal bağlanma düzeyi ile ilişkili değişkenlerin incelenmesi, Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi, İstanbul,**2015.**

75. **Öztürk, B.** Gebelerde prenatal bağlanma ve durumluk anksiyete düzeyinin belirlenmesi. *Jinekoloji-Obstetrik ve Neonatoloji Tıp Dergisi***, 2019**;*18*(3):873-882.

76. **Evcili, F.** Doğum sonu dönemdeki kadınların annelik rolüne hazıroluşluk durumlarının ve özgüvenlerinin değerlendirilmesi. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, **2018**;*27*(1): 56-61.

77. **Shafaie, F. S., Mirghafourvand, M., & Bagherinia, M.** The association between maternal self-confidence and functional status in primiparous women during postpartum period, 2015-2016. *Int J Women's Health Reprod Sci*,**2017**; *5*(3):200-204.

78. **Fasanghari, M., Kordi, M., Asgharipour, N**.Effect of maternal role training program based on Mercer theory on maternal self-confidence of primiparous women with unplanned pregnancy. *Journal of Education and Health Promotion*,**2019**; *8*.

79. **Bagherinia, M., Mirghafourvand, M., Shafaie, F. S. The** effect of educational package on functional status and maternal self-confidence of primiparous women in postpartum period: a randomized controlled clinical trial. *The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine***, 2017;***30*(20):2469-2475.

80. **Bakır, N.,Danış, G.** Üniversitedeki kız öğrencilerin özgüven düzeyleri ve etkileyen faktörler. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*,**2020**; *9*(3): 133-140.

81. **Hergüner, B., Gül, M.** Okul yöneticilerinde özgüven düzeyini etkileyen faktörler: Trabzon örneği. *Academic Review of Humanities and Social Science,***2019;***2*(1):1-18.

82. **Korkmaz, H.** Yönetimde kadin ve cam tavan sendromu. *Alternatif Politika,***2016**;8: 95-112.

83. **Yanarca Uras, B.** Beden imgesi ve depresyon semptomları ilişkisi: Özgüvenin, bu ilişkide oynadığı aracı rol. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara,**2004**.

84. **Örsel-Kadıoğlu, S.** *Düşünme ihtiyacı ve beden algısına ilişkin özgüven.* (Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara,**2001**.

85. **Cevik, E.,Yanikkerem, E.** The factors affecting self-esteem, depression and body image of pregnant women in a state hospital in Turkey. *JPMA J Pakistan Med Assoc*,**2020**; *70*(7): 1159-1164.

EKLER

Ek-1 Tanıtıcı Bilgi Formu

Bu çalışma, gebelerin beden imajı kaygıları ve özgüven düzeylerinin prenatal bağlanma üzerine etkisinin belirlenmesi amacıyla planlanmıştır. Çalışma sırasında verdiğiniz bilgiler gizli kalacaktır. Sorulara doğru yanıt vermeniz ve gönüllü katılımınız çalışmamızın sonuçlarını olumlu yönde etkileyecektir. Katkılarınız için teşekkür ederiz.

Yüksek lisans öğrencisi S. Beyza YAMURLUKLU
Prof. Dr. Şule GÖKYILDIZ SÜRÜCÜ

1. Yaşınız: .....

2. Kaç yıllık evlisiniz: .....

3. Eğitim Durumunuz: 1) Okuryazar değil 2) Okuryazar 3) İlkokul 4) Ortaokul 5) Lise 6) Önlisans /Lisans 7)Lisansüstü

4. Şu an gebeliğinizin kaçıncı haftasındasınız? ……

5. Çalışma Durumunuz: 1) Çalışıyor 2) Çalışmıyor

6. Sosyal güvenceniz: 1)Var 2) Yok

7. Ekonomik durumunuzu nasıl tanımlarsınız?

1) Gelirim giderimden az 2) Gelirim giderime denk 3) Gelirim giderimden fazla

8. Gebelik sayınız:

9. Çocuk sayınız:

10. Mutlu bir evliliğiniz olduğunu düşünüyor musunuz? 1) Evet 2)Hayır

11. Bu gebeliği istemiş miydiniz? 1) Evet 2)Hayır

12. Şu anki Boy…… Kilo…… BKİ…….

13. Gebelikten önceki kilonuz…….

14. Aile yapınız nedir? 1) Çekirdek 2) Geniş Aile

15. Herhangi bir ameliyat geçirdiniz mi?) 1)Evet .. …….. 2)Hayır

Ek-2 Gebelikte Beden İmajı Endişeleri Ölçeği

Sayın katılımcı

Aşağıda yer alan her cümleyi dikkatle okuduktan sonra kendinize uygun seçeneği işaretleyiniz. Bu bilgiler, yalnızca araştırma amaçlı kullanılacak ve saklı kalacaktır. İçten verdiğiniz cevaplar ve cevapsız madde bırakmamakta gösterdiğiniz özen, araştırma açısından çok önemlidir.

Maddeler	Kesinlikle Katılmıyorum (1)	Katılmıyorum (2)	Kararsızım (3)	Katılıyorum (4)	Kesinlikle Katılıyorum (5)
1. Gebeliğim nedeniyle kendimi daha az çekici hissediyorum					
2. İnsanların gebeliğim nedeniyle beden görüntüm hakkındaki yorumları beni üzüyor					
3. Karnım belli olmayacak şekilde giyinmeye özen gösteriyorum					
4. Sevdiğim kıyafetleri giyememek beni üzüyor					
5. Yüzümde gebelik lekelerinin oluşması beni endişelendirmez					
6. Karnımda çatlak oluşması beni endişelendirmez					
7. Bedenimde ve karnımda tüylerin artması beni endişelendirmez					
8. Bedenimde ve yüzümde sivilce çıkması beni endişelendirmez					
9. Bedenim bana ait değilmiş gibi hissediyorum					
10. Gebelikte bedenimde (el, yüz, ayak vb.) oluşan şişkinlikten dolayı kendimi beğenmiyorum					
11. Giysisiz olduğumda bedenimin görüntüsü beni rahatsız ediyor					
12. Aynaya bakınca bedenimin görüntüsünden rahatsızlık duyuyorum					

13. Başkalarıyla birlikteyken karnımı saklamaya çalışıyorum					
14. Fotoğraf çekilirken karnımı saklamaya çalışıyorum					
15. İnsanların doğrudan karnıma bakması beni rahatsız etmez					
16. Görünüşümdeki değişimden dolayı sosyal aktivitelere katılmaktan kaçınıyorum					
17. Çok fazla kilo alacağımdan endişe duyuyorum					
18. Gebelikte aldığım kilolar nedeniyle kendimi hantal hissediyorum					
19. Doğum yaptıktan sonra aldığım kiloları geri veremeyeceğim konusunda endişe duyuyorum					
20. Gebeliğimde oluşan duruş bozukluğunun kalıcı olmasından endişe duyuyorum					
21. Doğum yaptıktan sonra bedenimin görünüşü hakkında endişe duyuyorum					
22. Doğum yaptıktan sonra eşimin beni itici bulmasından endişe duyuyorum					
23. İmkanım olsa doğumdan sonra gebelik öncesi halime dönmek için estetik ameliyat olmayı düşünürüm					

Ek-3 Prenatal Bağlanma Ölçeği

Sevgili Anne Adayları, bu ölçekte, prenatal bağlanmaya ilişkin tutum cümleleri ile her cümlenin karşısında kesinlikle katılıyorum, kısmen katılıyorum ve hiç katılmıyorum olmak üzere üç seçenek verilmiştir. Her cümleyi dikkatle okuduktan sonra kendinize uygun seçeneği işaretleyiniz. Bu bilgiler, yalnızca araştırma amaçlı kullanılacak ve saklı kalacaktır. İçten verdiğiniz cevaplar ve cevapsız madde bırakmamakta gösterdiğiniz özen, araştırma açısından çok önemlidir.

	PRENATAL BAĞLANMA ÖLÇEĞİ	**Kesinlikle Katılıyorum**	**Kısmen Katılıyorum**	**Kesinlikle Katılmıyoru**
Merak, Heyecan ve Planlama	Gebeliğim sırasında bebeğim ile konuşmaktan keyif alıyorum.	③	②	①
	İçimdeki bebeği düşündükçe kendimi yalnız hissetmiyorum.	③	②	①
	Bebeğimin içimde hareket ettiğini ya da neler yaptığını düşünerek tahminlerde bulunmaya çalışıyorum.	③	②	①
	Doğacak bebeğimle oyun oynadığımı, keyif aldığımı hayal ediyorum.	③	②	①
	Bebeğime şarkı söylüyorum onunla konuşuyorum.	③	②	①
	Bebeğimin sağlıklı doğması için gebelik ve doğumla ilgili konuları araştırıyorum.	③	②	①
	Bebeğim için bebek eşyalarını araştırıyorum, bebek eşyası satan dükkanları/internet sitelerini geziyorum.	③	②	①
	Doğduğunda bebeğim için evi nasıl düzenleyeceğimi planlıyorum.	③	②	①
	Bebeğimin sağlığı için dinlenmem gerektiğini düşünüyorum.	③	②	①
	Gebe olduğumu öğrendiğimden itibaren bebeğimi düşünerek beslenmeye özen gösteriyorum.	③	②	①
	Gebe olduğumu öğrendiğimden itibaren bebeğimi düşünerek ağır kaldırmamaya özen gösteriyorum.	③	②	①
	Ben yorulduğumda bebeğimin de yorulduğunu düşünüyorum.	③	②	①
	Gebe olduğumu öğrendiğimden itibaren daha sağlıklı besinler (süt, peynir, yumurta, et vb.) tüketmeye çalışıyorum.	③	②	①
Kabul ve Coşku	Bebeğimin benim için bir hediye olduğunu düşünüyorum.	③	②	①
	Gebeliğin mucize olduğunu ve her kadının bu duyguyu tatması gerektiğini düşünüyorum.	③	②	①
	Bebeğimi şimdiden çok seviyorum.	③	②	①
	İçimde bebeğimin sağlıklı büyüyüp gelişmesi beni çok mutlu ediyor.	③	②	①
	Bebeğimin bana ait olduğunu hissediyorum.	③	②	①

	Bu bebekle ödüllendirildiğimi düşünüyorum.	③	②	①
	Bebeğimin içimde büyüdüğünü düşünmek ona olan sevgimi artırıyor.	③	②	①
	Bebeğimin bana bereket, bolluk ve şans getireceğine inanıyorum.	③	②	①
	Gebe olduğumu öğrendiğimden itibaren bebeğime zarar verecek ortamlardan (sigara dumanın, radyasyon alanı, vb.) uzak duruyorum.	③	②	①
Umut	Doğduktan sonra bebeğime zaman ayırmak istiyorum	③	②	①
	Bebeğimi kucağıma alma düşüncesi beni heyecanlandırıyor	③	②	①
	Bebeğimin bakımını yapmaktan zevk alacağıma inanıyorum.	③	②	①
	Bebeğimin içimde hareket ettiğini düşünmek bile beni heyecanlandırıyor	③	②	①
	Yeni bir bebeğin sorumluluğu beni heyecanlandırıyor.	③	②	①
	Bebeğimin hareketlerini hissetmeyi istiyorum.	③	②	①
	Gebeliğimin çevrem tarafından kabul edildiğini hissediyorum	③	②	①
	Bebeğim söz konusu olduğunda gebelikle ilgili sorunları kolayca aşabileceğimi düşünüyorum.	③	②	①
	Bebeğimin tüm duygularımı (sevinçlerimi, hüzünlerimi, üzüntülerimi, endişelerimi, vb.) hissettiğine inanıyorum.	③	②	①
	Bebeğimin kime benzeyeceğini, davranış ve kişilik özelliklerinin nasıl olacağını merak ediyorum.	③	②	①
	Doğacak bebeğimi düşündüğümde bedensel görünüşümün değişmesi beni rahatsız etmiyor.	③	②	①

Ek-4 Kadın Özgüven Ölçeği

Sayın katılımcı

Aşağıda yer alan her cümleyi dikkatle okuduktan sonra kendinize uygun seçeneği işaretleyiniz. Bu bilgiler, yalnızca araştırma amaçlı kullanılacak ve saklı kalacaktır. İçten verdiğiniz cevaplar ve cevapsız madde bırakmamakta gösterdiğiniz özen, araştırma açısından çok önemlidir.

Kadın Öz Güven Ölçeği (KÖGÖ)	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
Memnuniyet alt boyutu					
1.Kadın olmaktan memnunum.	1	2	3	4	5
2.Aile içindeki kadınlık rolümden (eş, anne, kız evlat vb.) memnunum.	1	2	3	4	5
Sosyal ilişkiler alt boyutu					
3.Sosyal ortamlara kolayca girebilirim.	1	2	3	4	5
4.Kolayca arkadaş edinebilirim.	1	2	3	4	5
5.Gerektiğinde bir topluluk karşısında rahatça konuşabilirim.	1	2	3	4	5
6.İnsanlar benim söylediklerime önem verir.	1	2	3	4	5
7.Kendimi sık sık başkalarıyla kıyaslarım.	1	2	3	4	5
8.Sosyal ortamlarda kendimi dışlanmış hissederim.	1	2	3	4	5
9.Tek başıma rahatlıkla uzun yolculuğa çıkabilirim.	1	2	3	4	5
İçsel öz güven alt boyutu					
10.Kendime güvenirim.	1	2	3	4	5
11.Kendimle gurur duyarım	1	2	3	4	5
12.Kendimi en az çevremdeki diğer insanlar kadar değerli hissederim.	1	2	3	4	5
13.Kendimi birçok açıdan yetersiz hissederim.	1	2	3	4	5
14.Çoğu zaman ne yapacağımı bilemem.	1	2	3	4	5
15.Birçok kişiden daha cesurum.	1	2	3	4	5
16.Kendimi rahatça ifade edebilirim.	1	2	3	4	5
17.Yeni fikirlere açığımdır.	1	2	3	4	5
18.Bir kadın olarak her işin üstesinden gelebilirim.	1	2	3	4	5
19.İhtiyaçlarımı tek başıma karşılayabilirim.	1	2	3	4	5
20.Birçok erkeğin yaptığını yapabilirim.	1	2	3	4	5
Görünüş alt boyutu					

21.Bedenimi beğenirim.	1	2	3	4	5
22.Keşke daha güzel olsaydım.	1	2	3	4	5
23.Birçok kadının benden daha güzel göründüğünü düşünürüm.	1	2	3	4	5
24.İyi görünmek benim elimdedir.	1	2	3	4	5
Performans alt boyutu					
25.Kapasitemin, çoğu kadından daha fazla olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
26.Sorumluluk almaktan çekinmem.	1	2	3	4	5
27.Liderlik yapabilirim.	1	2	3	4	5
28.Başarılı olduğum zaman kendimi ödüllendiririm.	1	2	3	4	5
29.İnandığım düşünceleri kararlılıkla savunabilirim.	1	2	3	4	5
30.Daha çok başkalarının kararlarını uygulamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5
31.Cesaretim kolay kırılır.	1	2	3	4	5
32.Zeki olduğumu düşünürüm.	1	2	3	4	5
33.Başarılı olduğumu düşünürüm.	1	2	3	4	5
34.Hedeflerime ulaşabilirim.	1	2	3	4	5
35.Sorunlarımı, kendi yöntemlerimle çözebilirim.	1	2	3	4	5
36.Yeterince çalışırsam istediğimi elde edebilirim.	1	2	3	4	5
37.Haksızlığa uğradığımda itiraz edebilirim.	1	2	3	4	5
38.İnsanlar bir sorun çözerken bana akıl danışırlar.	1	2	3	4	5

EK-5 Aydınlatılmış Onam Formu

Bu çalışma, gebelerde beden imajı kaygısı ile özgüven düzeylerinin prenatal bağlanma üzerine olan etkisibi belirlemek amacıyla planlanmıştır.

Bu araştırmada, size çeşitli sorular sorulacak ve formlar doldurulacaktır. Araştırmaya katılmama ve istediğiniz zaman ayrılma hakkınız vardır. Araştırmadan ayrıldığınız takdirde teşhis-tedavi süreciniz aksamayacaktır. Araştırma giderleri size veya sosyal güvenlik kurumuna yansıtılmayacaktır. Araştırmaya katılmanızın size herhangi bir maddi getirisi yoktur. Sizden aldığımız veriler araştırma dışında başka bir amaçla kullanılmayacak ve özel verileriniz gizli tutulacaktır.

Prof. Dr. Şule GÖKYILDIZ SÜRÜCÜ
Ebe Sevim Beyza YAMURLUKLU
Ç. Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi
Ebelik Bölümü

Yukarıda yazılı olan bilgilerle bilgilendirildim ve anladım, araştırmaya katılmayı kabul ediyorum.

Adı Soyadı ,Tarih, İmza