

*Araştırma Makalesi***ERKEN ÇOCUKLUK DÖNEMİNDE EBEVEYN
BESLEME HEDEFLERİ: NİTELİKSEL BİR
ÇALIŞMA****Şıvganur KİRMAN GÜNGÖRER* & Telat Gül ŞENDİL****

Öz: Çocukların sağlıklı beslenme alışkanlığı edinmeleri ve sağlıklı gelişmeleri için dengeli ve yeterli beslenmelerinin önemi bilinmektedir. Erken çocukluk döneminde beslenmeyle ilgili faktörlerin anlaşılabilmesi, bu dönemdeki sosyal çevre ve aile ortamının daha iyi anlaşılmasını gerekli kılmaktadır. Çünkü, yapılan çalışmalar, okul öncesi dönemde, ebeveynlerin, özellikle de annelerin besleme sosyalleşmesinde çok önemli bir rol üstlendiğini ortaya koymaktadır. Annelerin beslemeye yönelik davranışlarının, bu konudaki hedef ve inançlarından etkilendiği bilinmesine rağmen bu konuda sınırlı sayıda araştırma bulunmaktadır. Bu çalışmada Türk annelerin çocuklarını beslerken sahip oldukları hedeflerin ayrıntılı olarak incelenmesi hedeflenmiştir. Bu kapsamda 3-6 yaş arasında çocuğu olan 18 anneyle odak grup görüşmeleri yapılmış ve elde edilen verilere tematik analiz uygulanmıştır. Araştırma sonucunda, annelerin sahip oldukları başlıca hedefler, “Sağlık”, “Beceri geliştirme”, “Bağ güçlendirme” ve “Anne odaklı hedefler” olarak isimlendirilmiştir. Elde edilen bulguların, çocukların erken dönem beslenmelerini iyileştirmek amacıyla geliştirilecek olan müdahale programlarının etkililiğini arttırmak için fayda sağlayabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Erken Çocukluk Dönemi, Ebeveyn Besleme Hedefleri, Besleme, Ebeveynlik.

**PARENTAL FEEDING GOALS IN EARLY
CHILDHOOD: A QUALITATIVE STUDY**

Abstract: It is known how important a balanced and adequate nutrition is for children to acquire healthy eating habits and for their healthy development. Understanding the factors related to nutrition

* Doktora öğrencisi, İstanbul Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, svgnrkrmn@gmail.com, ORCID: 0000-0001-8125-3947.

** Prof. Dr., Atlas Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Psikoloji Bölümü, gsendil58@gmail.com, ORCID: 0000-0002-7058-1862.

in early childhood requires a better understanding of the social and family environment in this period. Because, studies show that parents, especially mothers, play a very important role in feeding socialization in the preschool period. Although it is known that mothers' feeding behaviors are affected by their goals and beliefs, there are limited studies on this subject. In this study, it is aimed to examine in detail the goals that Turkish mothers have while feeding their children. In this context, focus group interviews were conducted with 18 mothers with children between the ages of 3-6 and thematic analysis was applied to the obtained data. As a result of the research, the main goals that mothers have were named as "Health", "Skill development", "Bond strengthening" and "Mother-oriented goals". It is thought that the findings may be beneficial to increase the effectiveness of intervention programs that will be developed to improve the early period nutrition of children.

Key Words: Early Childhood, Parental Feeding Goals, Feeding, Parenting.

Extended Abstract: The prevalence of obesity is increasing rapidly in all age groups of children, adolescents and adults. Understanding the factors associated with increased prevalence of overweight in early childhood requires an understanding of the early family and social environments. Studies show that parents influence their children's nutrition through the use of feeding strategies and play a very important role in feeding socialization. Despite their important role in healthy nutrition in childhood, there are limited studies on the objectives of mothers' feeding practices. To the best of our knowledge, there is no study conducted on the goals that Turkish mothers have while feeding their children.

Based on this literature, it was determined as the main purpose of this study to examine in detail the goals that affect the feeding practices reported by Turkish mothers. Thus, it is aimed to form the basis for effective intervention programs that will support parents in the nutritional needs of children.

Method

The participants of the study consisted of 18 mothers having children between the ages of 3-6. Within the scope of the research, semi-structured focus group interviews were conducted with mothers in order to determine their goals and objectives regarding feeding their children. A questionnaire designed to encourage mothers to remember and talk about the goals they had while feeding their children was used in the interviews. Necessary permissions for the research process were obtained from the Social and Human Sciences Research Ethics Committee of Istanbul University.

Results

The data obtained as a result of the interviews were analysed thematically and the main themes related to the goals that the mothers had while feeding their children were named as "Health", "Skill development", "Bond strengthening" and "Mother-oriented goals". In addition, sub-themes belonging to each main theme were determined.

Looking at the results, one of the most basic and common goals that all participants had when feeding their children was the emphasis on the health of their children. It is seen that the most basic motivations when feeding their children are generally based on their health, good nutrition, and eating a wide variety and sufficient amount of food. In this context, the "Health" theme consists of the objectives of "Diverse and adequate nutrition", "Healthy nutrition" and "Protection from harmful foods".

Mothers emphasized the importance of varied and adequate nutrition of their children in terms of their developmental period. It is seen that the basis of the different strategies they apply lies in the goal of getting enough of all of the different nutrients. Mothers also stated that they aim to protect their children from possible diseases by feeding them healthily. Similar and parallel to the emphasis on health, another sub theme is to protect children from harmful foods that can be unhealthy.

The motivation of mothers to develop their children's skills in various fields while feeding their children formed the theme called "Skill development". Accordingly, the theme of "Skill development" consists of "Developing skills related to food", "Raising awareness", "Gaining self-confidence" and "Gaining autonomy". Mothers frequently emphasized that they aim for their children to gain some basic skills about eating context through feeding. Mothers also stated that it is very important for their children to gain awareness about their own nutrition, bodies and tastes. During the interviews, some mothers emphasized that many skills of the child can be supported through feeding and that this part is one of their most important goals beyond just feeding the child. Another skill that mothers emphasized and that they thought can be used not only during meals but also in daily life is their children's gaining autonomy. They emphasized that the child is also an individual independent of themselves and they aim to raise awareness about this during feeding.

Some participants stated that they aim to use their meals as an opportunity to strengthen their bond with their children and to get to know each other better. In this context, the theme of "Strengthening bonds" consists of sub-titles "Getting to know the child better" and "Increasing sharing". It is seen that some mothers aim to find the opportunity to understand both their children's eating habits and their characters in general during meals. Some

mothers, on the other hand, emphasized their goals of increasing family sharing and strengthening family ties through meals.

Another goal that was widely expressed by the participating mothers was the goals that were related to themselves. The theme of “Mother-oriented goals” consists of sub-headings “Alleviating the mother's anxiety”, “Easing the mother's work” and “Getting the approval of the people around”. Mothers stated that they aim to alleviate their anxiety about feeding their children or to get rid of their anxiety, albeit temporarily. In addition, mothers stated that they feed their children or prefer the use of screens to make things easier. They emphasized that even if they do not find such practices appropriate, they may aim to make their work easier or to spare time for themselves and their other work. Mothers also stated that another factor affecting them and their goals while feeding their children is the society and environment they live in. They stated that since the pressure of the people around them can be very intense, they sometimes aim to get rid of this pressure, to minimize it, or to gain approval.

Discussion

The results of this study revealed the goals that mothers had during feeding, regarding their relationships with their children, with themselves, and with each other. It is thought that the findings obtained within the scope of this study may be useful for more effective parent education programs used to improve the early period nutrition of children. More effective results can be achieved when these programs address the goals that mothers have. When using these goals, it is obvious that factors such as time constraints, the existence of multiple roles, and the influence of other adults should be taken into account. In general, it is thought that the findings of this study can provide resources for intervention programs to be designed to improve children's food intake.

Giriş

Erken yaşlarda yeterli ve dengeli beslenme çocukların sağlığı, gelişimi ve büyümesi için önemli bir yere sahiptir¹. Genellikle yaşam boyu süren beslenme alışkanlıklarının temeli bu erken yaşlarda atılmaktadır². Bu erken dönemde tüketilen meyve, sebze ve gıda çeşidinin, ilerleyen yıllarda gıda tercihlerini doğrudan yordadığı görülmüştür.³ Bu nedenle erken çocukluk

¹ World Health Organization. Diet, nutrition, and the prevention of chronic diseases: report of a joint WHO/FAO expert consultation. Vol. 916. World Health Organization, 2003.

² Patricia Tucker v. dğr., "Preschoolers' dietary behaviours: parents' perspectives." Canadian Journal of Dietetic Practice and Research 67, no. 2 (2006): 67-71.

³ Jean D. Skinner v. dğr., "Do food-related experiences in the first 2 years of life predict dietary variety in school-aged children?." Journal of nutrition education and behavior 34, no. 6 (2002): 310-315.

dönemi, sağlıklı beslenmeye yönelik alışkanlığın kazandırılması için bir fırsat olarak görülmektedir.

Sağlıksız beslenmenin ise çocuk üzerinde, hem aşırı kiloluluk, obezite, anemi ve diş eti problemleri gibi kısa vadeli etkileri hem de belirli kanser risklerinin artması, kardiyovasküler hastalıklar, yüksek tansiyon, felç, diyabet, damar sertliği, kemik erimesi gibi uzun vadeli olumsuz etkileri olduğu bilinmektedir.⁴ Gardner ve arkadaşları (2009) tarafından yapılan boylamsal bir çalışmada ergenlikten önceki dönemde en fazla kilo alımının beş yaşından önce gerçekleştiği ve bir çocuğun beş yaşındaki ağırlığının dokuz yaşındaki kilosunu öngördüğü bulunmuştur.⁵ Obezite görülme sıklığı, çocuk, ergen, erişkin tüm yaş gruplarında hızlı bir şekilde yükselmektedir.⁶ Benzer şekilde Türkiye’de de fazla kilo ve obezite yaygınlıkları (prevalansları) her geçen gün artmaktadır. Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması (2014) sonuç raporuna göre Türkiye’deki beş yaş altı çocukların %17,9’u fazla kilolu, %8,5’i ise obez bulunmuştur. Tüm bu veriler erken çocukluk döneminde sağlıklı beslenme ile ilişkili faktörlerin araştırılmasının önemli olduğunu gözler önüne sermektedir.

Erken çocukluk döneminde artan aşırı kilo yaygınlığıyla ilişkili faktörlerin anlaşılması, erken dönem aile ortamı ve sosyal çevrenin anlaşılmasını gerektirir. Çocukluk yılları neyi ne zaman ve ne kadar yiyeceğini keşfederek ve öğrenerek geçmektedir. Her ne kadar ne yemeyi seçtikleri konusunda bir dereceye kadar özerklik göstermeye çalışsalar da küçük bir çocuğun ne tükettiğinin sorumluluğunun besleme ortamını şekillendiren ebeveynlere ait olduğu bilinmektedir.⁷

Yapılan araştırmalar, ebeveynlerin, besleme stratejilerini kullanma yoluyla çocuklarının beslenmesini etkilediğini ve besleme sosyalleşmesinde çok

⁴Ambady Ramachandran v. dğr., "Prevalence of overweight in urban Indian adolescent school children." Diabetes research and clinical practice 57, no. 3 (2002): 185-190. Larry S. Webber v. dğr., "Tracking of serum lipids and lipoproteins from childhood to adulthood: the Bogalusa Heart Study." American journal of epidemiology 133, no. 9 (1991): 884-899.

⁵Daphne SL Gardner v. dğr., "Contribution of early weight gain to childhood overweight and metabolic health: a longitudinal study (EarlyBird 36)." Pediatrics 123, no. 1 (2009): e67-e73.

⁶Mercedes De Onis v. dğr., "Global prevalence and trends of overweight and obesity among preschool children." The American journal of clinical nutrition 92, no. 5 (2010): 1257-1264. Natalia Sirimi ve G. Goulis Dimitrios "Obesity in pregnancy." Hormones 9, no. 4 (2010): 299-306.

⁷Lucy Cooke "The development and modification of children's eating habits." Nutrition Bulletin 29, no. 1 (2004): 31-35. Silvia Scaglioni v. dğr. "Influence of parental attitudes in the development of children eating behaviour." British journal of nutrition 99, no. S1 (2008): S22-S25.

önemli bir rol üstlendiğini göstermektedir.⁸ Okul öncesi dönemdeki çocukların besin alımlarının yaklaşık %70'inin anneler tarafından karşılandığı ortaya koyulmuştur.⁹ Bu nedenle ebeveynler, özellikle de anneler, okul öncesi dönemde çocukların sağlıklı beslenme alışkanlıklarının gelişimini teşvik etmek amacıyla oluşturulan müdahale programlarında etkili hedefler olarak görülmektedir. Onların besleme konusundaki kararlarını yönlendiren etkenleri anlamak önem kazanmaktadır.¹⁰

Her ne kadar çalışmalar, ebeveyn davranışlarının, inanç ve hedeflerden etkilendiğini ortaya koysa da,¹¹ besleme bağlamında yapılan mevcut araştırmalar genellikle anne kilo durumu, gelir düzeyi, eğitim gibi demografik özelliklere, depresyon, yeme patolojileri gibi anneyle ilgili ruh sağlığı konularına veya çocuğun kilo durumu, iştahla ilgili özellikleri, mızacı gibi çocuktan kaynaklanan faktörlere odaklanmaktadır.¹² Çocukluk döneminde sağlıklı beslenmeye ilgili önemli rollerine rağmen, annelerin besleme uygulamalarını hangi hedeflerle gerçekleştirdiklerine dair ise

⁸ Rosemary Casey ve Rozin Paul "Changing children's food preferences: parent opinions." *Appetite* 12, no. 3 (1989): 171-182. Lucia Kaiser v. dğr., "Child feeding strategies in low-income Latino households: Focus group observations." *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics* 99, no. 5 (1999): 60. Sue N. Moore v. dğr., "Feeding goals sought by mothers of 3-5-year-old children." *British journal of health psychology* 15, no. 1 (2010): 185-196. Bettylou Sherry v. dğr., "Attitudes, practices, and concerns about child feeding and child weight status among socioeconomically diverse white, Hispanic, and African-American mothers." *Journal of the American Dietetic Association* 104, no. 2 (2004): 215-221. Leann L Birch ve A. Fisher Jennifer "Appetite and eating behavior in children." *Pediatric Clinics of North America* 42, no. 4 (1995): 931-953. Jackie Blissett ve Anna Fogel. "Intrinsic and extrinsic influences on children's acceptance of new foods." *Physiology & behavior* 121 (2013): 89-95. Laura Webber v. dğr., "Associations between children's appetitive traits and maternal feeding practices." *Journal of the American Dietetic Association* 110, no. 11 (2010): 1718-1722.

⁹ Allison N. Herman v. dğr., "A qualitative study of the aspirations and challenges of low-income mothers in feeding their preschool-aged children." *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 9, no. 1 (2012): 1-13.

¹⁰ Gardner, a.g.m., 67. Scaglioni, a.g.m., 23.

¹¹ Jacqueline F. Goodnow v. dğr., *Development according to parents: The nature, sources, and consequences of parents' ideas.* Psychology Press, 1990. Christine Reiner Hess v. dğr., "Self-efficacy and parenting of high-risk infants: The moderating role of parent knowledge of infant development." *Journal of applied developmental psychology* 25, no. 4 (2004): 423-437.

¹² Lori A. Francis v. dğr., "Predictors of maternal child-feeding style: maternal and child characteristics." *Appetite* 37, no. 3 (2001): 231-243. Emma Haycraft v. dğr., "Relationships between temperament and eating behaviours in young children." *Appetite* 56, no. 3 (2011): 689-692.

sınırlı sayıda çalışma vardır.¹³ Carnell ve arkadaşları (2011), okul öncesi dönem çocuklarının anneleriyle yaptıkları çalışmada, annelerin hangi motivasyonlarla çocuklarını beslediklerini incelemişler, sağlık ve pratikliğin anneler için temel motivasyonlar olduğunu ortaya koymuşlardır. Buna benzer şekilde, farklı kültürlerde annelerin sahip olduğu sağlıklı ve çeşitli besleme motivasyonunu ortaya koyan çalışmalar mevcuttur.¹⁴ Herman ve arkadaşları (2012), sağlıklı beslemenin yanı sıra, düşük geliri annelerin, çocuklarına yaşam boyu kullanabilecekleri beceriler kazandırmakla ilgili hedefleri olduğunu ileri sürmektedir. Ayrıca annelerin çocuklarıyla olumlu ilişkiler kurmak konusundaki motivasyonlarını ortaya koyan çalışmalar mevcuttur.¹⁵ Anne hedefleriyle ilgili yapılmış olan sınırlı sayıdaki bu çalışmalar, annelerin besleme uygulamalarını ve tutumlarını etkileyen faktörlerin başında, sahip oldukları hedeflerin ve motivasyonların geldiğini göstermektedir. Ancak bilgimiz dahilinde, Türk annelerin çocuklarını beslerken sahip oldukları hedeflerle ilgili yapılmış bir çalışma bulunmamaktadır.

Bu konudaki araştırmaların yetersiz olması erken çocukluk döneminde uygulanan obezite önleme gibi müdahale çalışmalarının başarı oranının düşmesine sebep olmaktadır. Bu çalışmaların etkili olabilmesini sağlamak ve temel besleme rolünü üstlenen annelerin davranışlarının altında yatan nedenleri anlamak için daha fazla niteliksel çalışmaya ihtiyaç olduğu düşünülmektedir. Nitel araştırmalar, ebeveynlerin okul öncesi dönem çocuklarını beslemekle ilgili hedef ve motivasyonlarının anlaşılması için özellikle önemli görülmektedir.¹⁶

Bu verilerden yola çıkarak, Türk anneler tarafından rapor edilen besleme pratiklerini etkileyen hedefleri ayrıntılı olarak incelemek bu çalışmanın ana amacı olarak belirlenmiştir. Bu araştırmada okul öncesi dönem çocuklarına odaklanılmıştır çünkü yiyecek tercihleri bu erken dönemde şekillenmektedir. Böylece, çocukların beslenme ihtiyacı konusunda ebeveynleri destekleyecek etkili müdahale programlarına temel oluşturulması hedeflenmektedir.

¹³ Arabella K.M. Hayter v. dğr., "A qualitative study exploring parental accounts of feeding pre-school children in two low-income populations in the UK." *Maternal & child nutrition* 11, no. 3 (2015): 371-384. Herman, a.g.m., 3. Alison Kalinowski v. dğr., "Beliefs about the role of parenting in feeding and childhood obesity among mothers of lower socioeconomic status." *Journal of nutrition education and behavior* 44, no. 5 (2012): 432-437. Leslie Kaufman ve Adam Karpati. "Understanding the sociocultural roots of childhood obesity: food practices among Latino families of Bushwick, Brooklyn." *Social science & medicine* 64, no. 11 (2007): 2177-2188.

¹⁴ Hayter, a.g.m., 372. Herman, a.g.m., 3. Kalinowski, a.g.m., 433

¹⁵ Kalinowski, a.g.m., 434. Kaufman ve Karpati, a.g.m., 2179.

¹⁶ Herman, a.g.m., 4

1. Yöntem

1.1. Katılımcılar

Araştırmanın katılımcıları Tekirdağ'da ikamet eden, 3-6 yaş arasında çocuğa sahip 18 anneden oluşmaktadır. Çalışma grubunu oluşturan annelerin yaş aralığı 31-42 (M=35.9, SD=3.05), çocukların (10 kız, 8 erkek) yaş ortalaması ise 4.14 (SD= 0,95) olarak hesaplanmıştır. Annelerin %11.1'i (N=2) ortaokul, %22.2'si lise (N=4), %33.4'ü üniversite (N=6), %11,1'i (N=2) yüksek lisans ve %22,2'si (N=4) doktora mezunudur. Annelerin %33.3'ü (N=6) ev hanımı olduğunu, %66.7'si ise bir işte çalışmakta olduğunu belirtmiştir. Çalışmanın verileri odak grup görüşme yöntemiyle toplanmıştır.

1.2. Veri Toplama ve İşlem

Araştırmanın keşifsel doğası sebebiyle nitel bir metodoloji kullanılmıştır. Araştırma kapsamında annelerle çocuklarını beslemeye ilişkin hedef ve amaçlarını belirlemek amacıyla yarı yapılandırılmış odak grup görüşmeleri yapılmıştır. Görüşmelerde anneleri, çocuklarını beslemeleri sırasındaki hedeflerini hatırlamaya ve konuşmaya teşvik etmek için tasarlanmış bir görüşme formu kullanılmıştır. Görüşme formu oluşturulurken ilgili konuda literatür taraması yapılmış, bunun yanı sıra annelerle görüşmeler yapılarak, onlar tarafından yaygın olarak kullanılan besleme uygulamaları belirlenmiştir. Elde edilen uygulamaların soru formuna dönüştürülmesi için gelişim psikolojisi alanında çalışan üç uzmandan görüş alınmıştır. Uzman görüşleri doğrultusunda sorular hazırlanırken yönlendirilme yapılmaması ve katılımcıların yargılanmış hissetmemesi için “neden?” sorusundan kaçınılmıştır.

Görüşme formunda, annelerin, yaygın olarak kullandığı tespit edilen besleme uygulamaları sırasındaki hedefleri konusunda düşünmesini teşvik eden on soruya yer verilmiştir. “Anneler bazen çocuklarının sevdiği yiyeceklerle ilgili kısıtlama yapabiliyor. Sizce bunu yaparken ne hedefliyor olabilirler?” ya da “Sizce annelerin bazen çocuklarının yemeğine müdahale etmeden yalnızca izlemekteki amaçları neler olabilir?” örneklerinde olduğu gibi her birinde, özellikle kullanılan besleme uygulamasının arkasındaki mantığı araştıran, annelerin bu yöntemle neyi başarmayı hedeflediklerine odaklanan açık uçlu sorular kullanılmıştır.

Oluşturulan görüşme formunda yer alan soruların anlaşılabilir olduğundan emin olmak için dört anne ile pilot görüşme yapılmıştır. Annelerin ve uzmanların geri bildirimleri doğrultusunda yapılan düzenlemelerle görüşme formu son haline getirilmiştir.

Odak grup görüşmelerinin verileri Ocak 2020- Nisan 2020 tarihleri arasında toplanmıştır. Araştırma süreci ile ilgili gerekli izinler, İstanbul Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulundan

alınmıştır. Çalışmaya katılmayı kabul eden katılımcılar, araştırmacı tarafından 6 kişilik gruplar halinde üniversite bünyesinde bulunan görüşme odasına davet edilmiştir. Her bir katılımcıdan bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Bu grup görüşmelerinin her biri ortalama 70 dakika sürmüştür. Görüşmelerin ses kayıtları Audacity programı kullanılarak alınmıştır.

1.3. Veri analizi

Odak grup görüşmelerinin analizinde, nitel veri içerisindeki anlam örüntülerini belirleme, anlam kalıplarına dair iç görü sunma, analiz etme ve raporlama için kullanılan tematik analiz yöntemi kullanılmıştır. Tematik analiz ile tekil ya da benzeri olmayan anlamlara odaklanmak yerine, kolektif olarak paylaşılan anlamların ve deneyimlerin anlaşılmasına odaklanılmıştır. Tematik analiz sürecinde Braun ve Clarke'ın (2006)¹⁷ geliştirdiği altı aşamalı işlem basamakları referans alınmıştır. Bu basamaklar doğrultusunda ilk olarak analize başlamadan önce veriye aşına olmak için veriler tekrarlı olarak okunmuş ve gerekli notlar alınmıştır. Sonrasında araştırma sorusuyla bağlantılı olduğu düşünülen kısımlar belirlenerek sistematik bir biçimde ilk kodlar oluşturulmuştur. Bir sonraki adımda, bu oluşturulan kodlar detaylı olarak incelenmiş ve ilişkili olduğu düşünülen temalar altında toplanmıştır. Ardından temaların oluşturulmuş olan kodlarla ve veri setiyle uyumu gözden geçirilmiştir. Temalar, içine atanmış olan kodların özelliklerini temsil edecek şekilde isimlendirilmiştir. Son aşamada ise ortaya çıkan bu temalar literatürle ilişkilendirilerek raporlanmıştır.

2. Bulgular

Görüşmeler sonucunda elde edilen verilerin tematik olarak analiz edilmesi sonucunda annelerin çocuklarını beslerken sahip oldukları hedeflerle ilgili "Sağlık hedefi", "Beceri geliştirme hedefi", "Bağ güçlendirme hedefi" ve "Anne odaklı hedefler" başlıklı ana temalar ile bu temalara ait alt kodlara ulaşılmıştır (bkz. Tablo 1).

Tablo 1

Tematik analizde ortaya çıkan temalar ve alt kodlar

Temalar

Alt kodlar

¹⁷ Virginia Braun ve Victoria Clarke. "Using thematic analysis in psychology." Qualitative research in psychology 3, no. 2 (2006): 77-101.

“Sağlık hedefi” korumak	Çeşitli ve yeterli besleme Zararlı gıdalardan
“Beceri geliştirme hedefi” geliştirme	Yemekle ilgili becerileri Farkındalık kazandırma Özgüven kazandırma Özerklik kazandırma
“Bağ güçlendirme hedefi”	Çocuğu daha iyi tanımak Paylaşımın artırılması
“Anne odaklı hedefler” hafifletmek	Çevrenin onayını almak Annenin kaygısını
kolaylaştırmak	Annenin işini

2.1. Sağlık Hedefi

Tüm katılımcıların çocuklarını beslerken sahip oldukları en temel ve yaygın hedeflerden biri çocuklarının sağlıklı olması vurgusudur. Çocuklarını beslerken genelde en temel motivasyonlarının onların sağlıklı olması, iyi beslenmesi, bol çeşitli ve yeterli miktarda yemek yemeleri üzerine kurulu olduğu görülmektedir. Bu bağlamda “Sağlık” teması, “Çeşitli ve yeterli besleme” ve “Zararlı gıdalardan koruma” hedeflerinden oluşmaktadır.

2.1.1. Çeşitli ve yeterli besleme

Anneler çocuklarının buldukları gelişim dönemi itibariyle çeşitli ve yeterli beslenmesinin önemini vurgulamaktadır. Uyguladıkları farklı stratejilerin temelinde aslında onların farklı besinlerin hepsinden yeteri kadar alması hedefinin yattığı görülmektedir. Bu hedeflere örnek olarak annelerin kullandığı şu ifadeler verilebilir:

“... Ben de istiyorum ki, çeşitli beslensin ki, sonuçta bir gelişim içerisinde yani, her şeyi almak zorunda. Hepsinden değişik değişik yiyebilsin istiyorum.”

“... Yani mutlaka sebze yemeğini bırakmak istiyor. Pilav ya da makarnayı tek yemek istiyor. O yüzden ona ben yani işte bu sebze yemeğiyle falan üst üste birlikte yenecek şekilde ya da işte onu yemeden pilav yiyemezsin gibi kurallar koyuyorum çeşitli beslensin, hepsinden kendine yetecek kadar yesin diye.”

“ ...Kısa zamanda her şeyden faydalansın. Yani hani bazen sevmediği tatlar olabiliyor, çocuğun tercih etmediği tatlar olabiliyor. Ama istiyorsunuz ki onun da tadına baksın, onu da denesin.”

2.1.2 Zararlı gıdalardan koruma

Sağlık vurgusuyla benzer biçimde ve onunla paralel olabilecek şekilde temel hedeflerden bir diğerinin ise çocukları sağlıksız olabilecek zararlı gıdalardan koruma hedefi olduğu görülmektedir. Zararlı gıdalardan koruma alt koduna örnek olarak aşağıdaki ifadeler verilebilir:

“...Sağlıksız beslenmesi tek kaygımız. Bir de onları yediği an, yiyen çocuk bile yemez oluyor. Orda birkaç çikolata, cips bir şey alsın, direk öğün kayıyor.”

“...Yemeklerde çok bir kısıtlama, yani ben kendi adıma söyleyeyim, yapmıyorum. Ama tabi bu abur cuburlarda özellikle, o da tabi zararlarından korumak adına. Ne kadar kısıtlayabilirsek o kadar kısıtlama hazır gıdalarda. Sırf zararlarından korumak adına.”

“...Tok karnına yedirmeye çalışıyoruz zararlı olabilecek gıdaları. Hani yiyecekse bile en azından bir iki lokmada bıraksın diye.”

2.2. Beceri geliştirme hedefi

Annelerin çocuklarını beslerken sahip oldukları, çocuklarının çeşitli alanlardaki becerilerini geliştirmekle ilgili motivasyonları “Beceri geliştirme” isimli temayı oluşturmuştur. Buna göre “Beceri geliştirme” teması “Yemekle ilgili becerileri geliştirme”, “Farkındalık kazandırma”, “Özgüven kazandırma” ve “Özerklik kazandırma” alt kodlardan oluşmaktadır.

2.2.1. Yemekle ilgili becerileri geliştirme

Anneler besleme aracılığıyla çocuklarının yemek yemekle ilgili temel becerileri kazanmasını hedeflediklerini sıklıkla vurgulamaktadır. Bu vurguları içeren ifade örneklerine aşağıda yer verilmiştir:

“ ...Hani çatal tutabilsin, kaşığı kullanabilsin, dökmeden o beceriyi kazanabilsin istiyorum.”

“ ...Saatini öğreniyor hangi saatte, tabi daha ufak yaşlarda öğreniyor bunu da, sabah kahvaltı yapıldığını, öğlen öğle yemeği, akşam akşam yemeği olduğunu, hep birlikte bütün ebeveynlerle oturulduğunu, tabak, çatalın kaşığın olduğunu, bunları da öğreniyor aslında.”

Bazı anneler yemekle ilgili becerilerin yanı sıra çocuklarının günlük hayatlarında kullanabilecekleri beceriler geliştirmesiyle ilgili hedeflerinden de bahsetmektedirler.

“ ...Yani aslında yemek öğretiyor da çocuğa. Mesela paylaşmayı da öğreniyor çocuk yemek yerken aslında. Öğrendiği şeylerden birisi de o.”

“...Yemek sırasında sebep sonuç ilişkisini, bir şeylerin döküldüğünü, düştüğünü, nasıl tuttuğunda ne olduğunu kendi görüyor biz müdahale etmeden.”

2.2.2. Farkındalık kazandırma

Anneler çocuklarını beslerken kendi beslenmeleri, vücutları, zevkleri konusunda farkındalık kazanmalarının da çok önemli olduğunu belirtmektedir. Farkındalık kazanma hedefi ile ilgili örneklerden bazıları şunlardır:

“...Neyi sevip sevmediğinin farkına varsın.”

“...Ya da yemenin bir zevk olduğunu. Sadece bir eylem değil de bunun zevkine tadına keyfine varması gerektiğini de çocuk belki de fark ediyor kendi deneme yanılgılarıyla.”

2.2.3. Özgüven kazandırma

Görüşmeler sırasında annelerden bazıları, besleme aracılığıyla çocuğun bir çok becerisinin desteklenebileceğini ve çocuğa yemek yedirmenin ötesinde, en önemli hedeflerinden birinin özgüven kazandırmak olduğunu vurgulamıştır.

“...Yani çocuğun yemek aracılığıyla kendi başına bir şeyleri başarmış olması hem onu mutlu ediyor, hem de güven vermiş oluyorsunuz.”

“...Kendine güven, ben büyüdüm , ben yedim, ben yaptım duygusu kazansın istiyorum.”

“...Onu yemek seçimlerinde desteklediğimde aslında her alanda özgüveni de gelişsin, ona da katkı sağlasın istiyorum.”

2.2.4. Özerklik kazandırma

Annelerin vurguladığı, yalnızca yemek sırasında değil günlük hayatta da kullanılabilceğini düşündükleri bir diğer beceri ise çocuklarının özerklik kazanmasıdır. Çocuğun da kendilerinden bağımsız bir birey olduğu ve besleme sırasında bununla ilgili ona farkındalık kazandırmayı hedeflediklerini vurgulamaktadırlar.

“...Bir de o bir canlı, o bir birey. Sadece bizim isteklerimizle değil, onun da bir karakteri var, yapısı var, istekleri var veya istemedikleri var. Onun da ortaya çıkması lazım bir özgüvenin oluşması ve karakterin oturması için. Yemek ortamları da bunu anlaması için uyarlanabilecek ortamlardan en önemlilerinden biri bence.”

“...Çocuğa destek, kendi başına yiyebileceğine, yapabileceğine dair destek olmak lazım hani. Ama işte unutuyoruz tabi. Hemen kendimiz yardımcı olmaya çalışıyoruz. Ama gerçekten o desteklendiği zaman bağımsızlaşması, özerk hissetmesi fark yaratıyor.”

2.3. Bağ güçlendirme hedefi

Bazı katılımcılar yemek öğünlerini, çocuklarıyla aralarındaki bağı güçlendirmek ve birbirlerini daha iyi tanımak için bir fırsat olarak kullanmayı hedeflediklerini belirttiler. Bu kapsamda “Bağ güçlendirme” teması, “Çocuğu daha iyi tanımak” ve “Paylaşımları güçlendirmek” alt başlıklarından oluşmaktadır.

2.3.1. Çocuğu daha iyi tanımak

Bazı annelerin yemekler sırasında çocuklarının hem beslenme alışkanlıklarını hem de genel olarak karakterlerini anlamak için fırsat bulmayı hedefledikleri görülmektedir. Çocuğu daha iyi tanıma hedefine örnek olarak şu ifadeler gösterilebilir:

“...Anne de öğrenmiş oluyor çocuğu. Diyor ki mesela ben kendi oğlum için diyeyim. Diyor ki mesela benim oğlum inatçı. Benim oğlum şunu sever. Şunları yapar. Şu şöyle olursa şunları hiç içmez, yapmaz. Öğreniyoruz çocuğu.”

“...Bence öğünler çocuğu tanımak için bir araç, sadece beslenmesini de değil huyunu suyunu.”

2.3.2. Paylaşımın artırılması

Bazı anneler ise yemek aracılığıyla aile arasında paylaşımların artırılması ve aile bağlarının güçlendirilmesi ile ilgili hedeflerini vurgulamıştır. Bu hedefleri ifade eden örneklerden bazıları aşağıda verilmiştir:

“...Yemek yemek mesela güzel bir sohbet ortamı sağlar. Ailenin bir arada oluşu, orda her bireyin oluşu falan mesela, orada çok sağlam bir durum.”

“...Yani aile bağlarını güçlendiriyor aslında.”

2.4. Anne odaklı hedefler

Katılımcı anneler tarafından yaygın olarak dile getirilen bir diğer hedef ise kendileriyle ilgili olan hedeflerdi. Çocuğu beslemenin annenin işi olarak görülmesi ve çalışan annelerdeki sorumluluk artışıyla baş etmekte zorlanma sonucu besleme konusunun annelerde bazı durumlarda kaygı uyandıran ve bir an önce bitirilmesi gereken bir hedef olduğu görülmektedir. “Anne odaklı hedefler” teması, “Çevrenin onayını almak”, “Annenin kaygısını hafifletmek” ve “Annenin işini kolaylaştırmak” ve alt temalardan oluşmaktadır.

2.4.1. Çevrenin onayını almak

Anneler, çocuklarını beslerken onları ve hedeflerini etkileyen bir diğer faktörün de içinde buldukları toplum ve çevre olduğunu belirtmektedir. Çevrelerindeki kişilerin baskısı çok yoğun olabildiği için bazen bu baskıdan kurtulmayı, onu en aza indirmeyi ya da onay almayı hedefleyebildiklerini dile getirmektedir. Annelerin çevrenin onayını almakla ilgili vurgularını içeren örneklerden bazıları aşağıda verilmiştir:

“...Ya da şey mesela yemekle ilgili. Etraftakiler, komşular hep yargılıyor. Hani ağlasın diye bırakın diyorlar ya her konuda uyku konusunda da, yemek konusunda da, istekler konusunda da ağlasın. Ama bir süre sonra çocuğun ağlaması değil de, etraf bizi ailecek strese sokmaya başladı mesela. Aç bıraktın diye suçlanabilirsin yani. O yüzden bir noktadan sonra kendi istediğim gibi beslemiyorum da aman onlar bir şey demesini hedefliyorum.”

“...Bu abur cubur için de, o an mesela bir dondurma, cips, bir şey al diyor. Bir parktasın. O an söylüyor. Başlıyor ağlamaya işte. Sen bir şey oturtmaya çalışıyorsun. O an izin vermemen gerekiyor, atıyorum ikinciyi istiyor, üçüncüyü istiyor. Ama herkes, çevre ağlıyor, sustur falan diyor. O zaman da kurmaya çalıştığın şey çevre baskısından dolayı gidiyor. Yeter ki o an sussun istiyorsun, ne isterse alıyorsun, aman insanlar seni onaylasın, yargılamasın diye.”

“...Toplumsal çevre. Yani dışarı çıktığımızda daha ufak yaştayken bile oluyordu, her yediğine yorum yapıyorlar, eleştiriyorlar. Eleştirmesinler, takdir etsinler istiyorsun, ona göre yediriyorsun ya da davranıyorsun...”

2.4.2. Annenin kaygısını hafifletmek

Katılımcı anneler, çocuklarını besleme konusunda yaşadıkları kaygılarını hafifletmeyi ya da geçici de olsa ondan kurtulmayı hedeflediklerini belirtmektedir.

“...İçim rahat etsin diye tabii ki. O yiyince benim içim rahat ediyor, rahatlıyorum, sakinleşiyorum.”

“...Bence kendi içimiz rahat etsini de hedefleyebiliyoruz. Yani hani bu görevimi tamamladım gibi. Çünkü yani çocuğun tok olması evde benim için çok önemli bir madde.”

“...Evde kadına yüklenen çok şey olduğu için, çamaşır, bulaşık, ben bir de çalışıyorum o görevim de var. Ertesi güne yapmam gereken şeyler de var. Bazen hakikaten tahammül noktam da olmayabiliyor. Ama besleme işi bitince içim rahat ediyor. Bir görevim bitmiş oluyor, o anlık da olsa sakinleşiyorum.”

2.4.3. Annenin işini kolaylaştırmak

Anneler işleri kolaylaştırmak için kendilerinin çocuklarını beslediğini ya da ekran kullanımını tercih ettiklerini dile getirmektedir. Bu tarz uygulamaları doğru bulmasalar bile hedeflerinin işlerini kolaylaştırmak ya da diğer işlerine ve kendilerine vakit ayırmak olabildiğini vurgulamaktadır. Bu hedeflere örnek olarak şu ifadeler gösterilebilir:

“...Ya benimki de mesela kendi yiyebiliyor ama ben ona yedirebiliyorum. Yani bir sürü işim var yani. Bitecek, o sofrayı toplayacağım, başka bir şey yapacağım yani. Hayat akıyor ne yazık ki.”

“...Etrafa dökmesin diye ben kendim yedirebiliyorum bazen mesela. Çünkü sonra onunla, temizlemekle uğraşmak çok zor olabiliyor.”

“...Tamam o zaman ekran koyalım. Sıkıntısız yiyelim. E tabi bu size de kolaylık sağlıyor. Yani ben akşam eve geldiğimde de onu o şekilde yedirmeye başladım çünkü işten gelmişim vaktim kısıtlı. Sonrasında biraz dinlenmeye de ihtiyacım oluyor doğal olarak.”

“...Fark etmeden yesin o gıdayı alsın. Bu yani engel olmasın. O sırada böyle çocuk fark etmeden götürmek, faydası olsun diye. Aslında farkında olmadan yesin bu iş de bitsin de daha fazla uğraşmayayım, diğer işlerime de bakabileyim diye.”

Tartışma

Beslenme, erken dönem çocuklarının sağlığıyla doğrudan ilişkilidir. Özellikle okul öncesi dönemde ebeveynler çocukların beslenmesi konusunda çok belirleyici bir rol oynamaktadır. Ancak çok az sayıda çalışma ebeveynlerin beslemeye ilişkin karar ve uygulamalarını doğrudan etkileyen hedeflerine odaklanmıştır. Bu çalışmada beslemeyle ilgili anne hedeflerine ulaşılması amaçlanmış, çalışmanın sonuçları, annelerin besleme sırasında çocuklarıyla, kendileriyle ve birbirleriyle olan ilişkileriyle ilgili hedeflerini ortaya koymuştur. Elde edilen sonuçlar dört ana tema altında toplanmıştır. Bu temalar; çocukları sağlıklı, çeşitli ve yeterli beslemenin yanı sıra zararlı gıdalardan da korumanın hedeflendiği “Sağlık hedefi”; çocuğun yemekle ilgili beceriler geliştirmesini ama aynı zamanda da özgüven, özerklik ve farkındalık kazanmasını içeren “Beceri geliştirme hedefi”; çocuğu daha iyi tanımayı ve aile içindeki paylaşımı artırmayı amaçlayan “Bağ güçlendirme hedefi”; ve son olarak da annenin kendisiyle ilgili kaygısını hafifletmeyi, işini kolaylaştırmayı ve çevreden de onay almayı içeren “Anne odaklı hedefler” olarak isimlendirilmiştir.

Yapılan çeşitli çalışmalar, bu çalışma kapsamında elde edilen besleme hedefiyle paralel olacak şekilde, ebeveynlerin çocuklarının çeşitli, sağlıklı ve dengeli beslenmeleri konusunda güçlü motivasyonlara sahip olduklarını ortaya koymaktadır.¹⁸

Bu araştırma sonucunda ulaşılan temalardan biri olan annelerin çocuklarının beceri geliştirmesi ile ilgili hedeflerinin, Herman, Malhotra, Wright, Fisher ve Whitaker’ın (2012) çalışmasında bulguladığı, annelerin yemek yemekle ilgili sınırlar belirleyip, düzenli bir yapı oluşturarak çocuklarına çeşitli beceriler kazandırma motivasyonları ile tutarlı olduğu görülmektedir. Benzer şekilde White ve arkadaşları (2011) tarafından sekiz

¹⁸ S. Camell v. dğr., "Parental feeding behaviours and motivations. A qualitative study in mothers of UK pre-schoolers." *Appetite* 57, no. 3 (2011): 665-673. Hayter, a.g.m., 374. Herman, a.g.m., 4. Kalinowski, a.g.m., 435.

farklı ABD eyaletinde erken dönem çocuklarının ebeveynleri ile yapılan odak grup çalışmalarında da ebeveynlerin çocuklarının yaşam boyu kullanacakları çeşitli becerileri besleme aracılığıyla öğretmeye verdikleri önem vurgusu, bu çalışmadan elde edilen verilerle paraleldir.

Elde edilen temalardan biri olan annelerin çocuklarıyla bağ geliştirme hedefi, annelerin kendi kural ve kısıtlamalarıyla çelişip çelişmediğinden bağımsız olarak, çocuklarıyla besleme sırasında olumlu ilişkiler kurma isteklerini yansıtan araştırma bulguları ile benzerlik göstermektedir.¹⁹

Çalışma kapsamında elde edilen bir diğer tema ise anne odaklı hedeflerdi. Ebeveynlerin besleme sırasındaki motivasyonlarını ve davranış örüntülerini konu alan bir derleme makalesinde, günümüz aile yaşamının yoğunluğu sonucunda, ebeveynlerin çocuklarını beslerken amaçladıkları ile pratikte başarabilecekleri arasında bir çatışma hissettiği ortaya konulmaktadır²⁰. Yapılan bir başka çalışmada ise katılımcıların besleme sırasında kendi olumsuz çocukluk anılarından da etkilendikleri görülmüştür²¹. Bu bulgular bir arada değerlendirildiğinde annelerin yaşadıkları bu içsel çatışmalar sonucunda kaygılandığı ve çocuklarını besleyerek bu kaygıyı hafifletmeyi hedeflediği düşünülmektedir. Öte yandan, çoklu rollerle baş etmeleri gereken bu yoğun dönemde, bir diğer bulguyu destekleyecek şekilde, annelerin kendilerine daha fazla vakit ayırmayı hedeflemesi anlaşılır gözükmektedir.

Anne-çocuk arasındaki besleme ilişkisinde diğer yetişkin aile üyelerinin etkisini ortaya koyan çalışmalar da mevcuttur.²² Herman ve arkadaşları (2012) tarafından yapılan çalışmada annelerin, evde onların sınırlamaları ve kuralları konusunda itiraz eden bir yetişkinin varlığında çocuklarına limit koyarken suçluluk hissettikleri görülmüştür. Benzer şekilde Hayter ve meslektaşları (2017), annelerin çocuklarını beslerken büyük anne, büyük baba gibi aile bireyleri ile çatışma yaşamak konusunda endişe duyduklarını bulgulamıştır. Bu araştırma sonuçlarının, çevrenin onayını almak konusundaki alt temayla tutarlılık gösterdiği düşünülmektedir.

¹⁹ Herman, a.g.m., 5. Kalinowski, a.g.m., 436. Kaufman ve Karpati, a.g.m., 2180.

²⁰ Louise Rylatt ve Tina Cartwright. "Parental feeding behaviour and motivations regarding pre-school age children: A thematic synthesis of qualitative studies." *Appetite* 99 (2016): 285-297.

²¹ Carnell, a.g.m., 667

²² Cayce C. Hughes v. dğr., "How low-income mothers with overweight preschool children make sense of obesity." *Qualitative Health Research* 20, no. 4 (2010): 465-478. Kaufman ve Karpati, a.g.m., 2180. Ana C. Lindsay v. dğr., "Latina mothers' beliefs and practices related to weight status, feeding, and the development of child overweight." *Public Health Nursing* 28, no. 2 (2011): 107-118.

Bu çalışma kapsamında elde edilen bulguların, çocukların erken dönem beslenmelerini iyileştirmek amacıyla kullanılan ebeveyn eğitim programlarının daha etkili olması için faydalı olabileceği düşünülebilir. Bu programlar, annelerin sahip olduğu, çocukların sağlığını destekleme, becerilerini geliştirme ve onlarla bağ kurma hedeflerine hitap ettiğinde daha etkili sonuçlar elde edilebilir. Bunu yaparken de zaman kısıtlılığı, çoklu rollerin varlığı, diğer yetişkinlerin etkisi gibi etkenleri hesaba katmanın gerekliliği ayrıca ortaya konulmuştur. Örneğin, diğer aile üyelerinin de çocuk beslenmesine dahil olma eğilimleri ve anne üzerindeki etkileri göz önüne alınarak, bu grupların çocuk besleme uygulamalarında annelere yardımcı olmaları için eğitime dahil edilmeleri hedeflenebilir. Genel olarak bu çalışmanın bulgularının, çocukların besin alımını iyileştirmeye yönelik tasarlanacak müdahale programları için kaynak sağlayabileceği ve yetişkinlikte de kalıcı olabilecek sağlıklı beslenme alışkanlıklarının kazanılmasına yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Ancak, bulguların çalışmanın sınırlılıkları dahilinde değerlendirilmesi gerekir. İlk olarak, çalışma Türkiye'nin büyük bir şehrinde ikamet etmekte olan, sınırlı sayıda katılımcıdan oluştuğu için bulgunun genellenebilirliği sınırlıdır. Benzer şekilde mevcut çalışma, genellikle bir çocuğun hayatındaki birincil bakıcılar olarak tanımladıkları annelerle sınırlıdır. Son olarak, çalışma kapsamında öz bildirim yöntemi kullanıldığı için sosyal istenirliğin elde edilen sonuçları etkilemiş olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

Gelecek araştırmalarda, hedeflerle ilgili elde edilen nitel verileri, ebeveynlerin çocukları besleme davranışı ile ilgili nicel verilerle birleştirerek çocuk üzerindeki olası etkilerini incelemek daha geniş kapsamlı bir bakış açısı edinmek için faydalı olabilir. Ayrıca annenin yanı sıra baba ve çocuğun yakın çevresinde yer alan büyükanne ve büyükbabalarla görüşmelerin yapılması, çocuğu beslerken sahip olunan ve birbiriyle etkileşim içinde olan hedeflere bütüncül olarak bakılmasını sağlayabilir.

Kaynakça

- BİRCH, Leann L., and Jennifer A. Fisher. "Appetite and eating behavior in children." *Pediatric Clinics of North America* 42, no. 4 (1995): 931-953.
- BLISSETT, Jackie, and Anna Fogel. "Intrinsic and extrinsic influences on children's acceptance of new foods." *Physiology & behavior* 121 (2013): 89-95.
- BRAUN, Virginia, and Victoria Clarke. "Using thematic analysis in psychology." *Qualitative research in psychology* 3, no. 2 (2006): 77-101.
- CARNELL, S., L. Cooke, R. Cheng, A. Robbins, and J. Wardle. "Parental feeding behaviours and motivations. A qualitative study in mothers of UK pre-schoolers." *Appetite* 57, no. 3 (2011): 665-673.

- CASEY, Rosemary, and Paul Rozin. "Changing children's food preferences: parent opinions." *Appetite* 12, no. 3 (1989): 171-182.
- COOKE, Lucy. "The development and modification of children's eating habits." *Nutrition Bulletin* 29, no. 1 (2004): 31-35.
- DE ONÍS, Mercedes, Monika Blössner, and Elaine Borghi. "Global prevalence and trends of overweight and obesity among preschool children." *The American journal of clinical nutrition* 92, no. 5 (2010): 1257-1264.
- FRANCÍS, Lori A., Scott M. Hofer, and Leann L. Birch. "Predictors of maternal child-feeding style: maternal and child characteristics." *Appetite* 37, no. 3 (2001): 231-243.
- GARDNER, Daphne SL, Joanne Hosking, Brad S. Metcalf, Alison N. Jeffery, Linda D. Voss, and Terence J. Wilkin. "Contribution of early weight gain to childhood overweight and metabolic health: a longitudinal study (EarlyBird 36)." *Pediatrics* 123, no. 1 (2009): e67-e73.
- GOODNOW, Jacqueline F., Jacqueline J. Goodnow, and W. Andrew Collins. *Development according to parents: The nature, sources, and consequences of parents' ideas*. Psychology Press, 1990.
- HAYCRAFT, Emma, Claire Farrow, Caroline Meyer, Faye Powell, and Jackie Blissett. "Relationships between temperament and eating behaviours in young children." *Appetite* 56, no. 3 (2011): 689-692.
- HAYTER, Arabella KM, Alizon K. Draper, Heather R. Ohly, Gail A. Rees, Clare Pettinger, Pauline McGlone, and Richard G. Watt. "A qualitative study exploring parental accounts of feeding pre-school children in two low-income populations in the UK." *Maternal & child nutrition* 11, no. 3 (2015): 371-384.
- HERMAN, Allison N., Khushi Malhotra, Gretchen Wright, Jennifer O. Fisher, and Robert C. Whitaker. "A qualitative study of the aspirations and challenges of low-income mothers in feeding their preschool-aged children." *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 9, no. 1 (2012): 1-13.
- HESS, Christine Reiner, Douglas M. Teti, and Brenda Hussey-Gardner. "Self-efficacy and parenting of high-risk infants: The moderating role of parent knowledge of infant development." *Journal of applied developmental psychology* 25, no. 4 (2004): 423-437.
- HUGHES, Cayce C., Susan N. Sherman, and Robert C. Whitaker. "How low-income mothers with overweight preschool children make sense of obesity." *Qualitative Health Research* 20, no. 4 (2010): 465-478.
- KAİSER, Lucia L., Nestor A. Martinez, Janice O. Harwood, and Linda C. Garcia. "Child feeding strategies in low-income Latino households: Focus group observations." *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics* 99, no. 5 (1999): 601.
- KALİNOWSKI, Alison, Kylene Krause, Carla Berdejo, Kristina Harrell, Katherine Rosenblum, and Julie C. Lumeng. "Beliefs about the role of parenting in feeding and childhood obesity among mothers of lower socioeconomic status." *Journal of nutrition education and behavior* 44, no. 5 (2012): 432-437.
- KAUFMAN, Leslie, and Adam Karpati. "Understanding the sociocultural roots of childhood obesity: food practices among Latino families of Bushwick, Brooklyn." *Social science & medicine* 64, no. 11 (2007): 2177-2188.
- LİNSDAY, Ana C., Katarina M. Sussner, Mary L. Greaney, and Karen E. Peterson. "Latina mothers' beliefs and practices related to weight status, feeding, and the

- development of child overweight." *Public Health Nursing* 28, no. 2 (2011): 107-118.
- MOORE, Sue N., Katy Tapper, and Simon Murphy. "Feeding goals sought by mothers of 3-5-year-old children." *British journal of health psychology* 15, no. 1 (2010): 185-196.
- RAMACHANDRAN, Ambady, C. Snehalatha, R. Vinitha, Megha Thayyil, CK Sathish Kumar, L. Sheeba, S. Joseph, and V. Vijay. "Prevalence of overweight in urban Indian adolescent school children." *Diabetes research and clinical practice* 57, no. 3 (2002): 185-190.
- RYLATT, Louise, and Tina Cartwright. "Parental feeding behaviour and motivations regarding pre-school age children: A thematic synthesis of qualitative studies." *Appetite* 99 (2016): 285-297.
- SCAGLIONI, Silvia, Michela Salvioni, and Cinzia Galimberti. "Influence of parental attitudes in the development of children eating behaviour." *British journal of nutrition* 99, no. S1 (2008): S22-S25.
- SHERRY, Bettylou, Judith McDivitt, Leann Lipps Birch, Frances Hanks Cook, Susan Sanders, Jennifer Lynn Prish, Lori Ann Francis, and Kelley Sean Scanlon. "Attitudes, practices, and concerns about child feeding and child weight status among socioeconomically diverse white, Hispanic, and African-American mothers." *Journal of the American Dietetic Association* 104, no. 2 (2004): 215-221.
- SİRİMİ, Natalia, and Dimitrios G. Goulis. "Obesity in pregnancy." *Hormones* 9, no. 4 (2010): 299-306.
- SKINNER, Jean D., Betty Ruth Carruth, Wendy Bounds, Paula Ziegler, and Kathleen Reidy. "Do food-related experiences in the first 2 years of life predict dietary variety in school-aged children?." *Journal of nutrition education and behavior* 34, no. 6 (2002): 310-315.
- The Nutrition and Health Survey of Turkey (2014). Beslenme durumu ve alışkanlıklarının değerlendirilmesi sonuç raporu. Retrieved from http://www.sagem.gov.tr/TBSA_Beslenme_Yayini.pdf.
- TUCKER, Patricia, Jennifer D. Irwin, Meizi He, L. Michelle Sangster Bouck, and Graham Pollett. "Preschoolers' dietary behaviours: parents' perspectives." *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research* 67, no. 2 (2006): 67-71.
- WEBBER, Larry S., Sathanur R. Srinivasan, Wendy A. Wattigney, and Gerald S. Berenson. "Tracking of serum lipids and lipoproteins from childhood to adulthood: the Bogalusa Heart Study." *American journal of epidemiology* 133, no. 9 (1991): 884-899.
- WEBBER, Laura, Lucy Cooke, Claire Hill, and Jane Wardle. "Associations between children's appetitive traits and maternal feeding practices." *Journal of the American Dietetic Association* 110, no. 11 (2010): 1718-1722.
- World Health Organization. *Diet, nutrition, and the prevention of chronic diseases: report of a joint WHO/FAO expert consultation*. Vol. 916. World Health Organization, 2003.