

## Tek Ebeveyn Olan Annelerin Psikolojik Sağlımlıkları ile Yaşam Doymaları Arasındaki İlişkide Umud ve Affetmenin Aracı Rolü

Hatice Odacı<sup>1</sup>, Emine Ülken<sup>\*\*2</sup> ve Kenan Bülbül<sup>3</sup>

### Öz

Bu araştırmanın amacı tek ebeveyn olan annelerin psikolojik sağlımlıkları ile yaşam doymaları arasındaki ilişkide umud ve affetmenin aracı rolünün incelenmesidir. Araştırmanın örneklemini yaşları 23 ile 69 arasında değişen ve yaşları ortalaması 41.62 ( $SS = 8.79$ ) olan 256 tek ebeveyn anne oluşturmaktadır. Okul psikolojik danışmanları aracılığıyla ulaşılan tek ebeveyn annelere COVID-19 salgını nedeniyle online yollarla ölçekler uygulanmıştır. Araştırmada Kişisel Bilgi Formu, Kısa Psikolojik Sağlımlık Ölçeği, Yetişkin Yaşam Doymu Ölçeği, Sürekli Umud Ölçeği ve Heartland Affetme Ölçeği kullanılmıştır. Veriler SPSS 24.0 programı ve PROCESS eklentisi ile analiz edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda, psikolojik sağlımlık, yaşam doymu, umud ve affetme arasında anlamlı pozitif ilişkilerin olduğu; psikolojik sağlımlık ile yaşam doymu arasındaki ilişkide umud ve affetmenin sıralı aracı rol üstlendiği gözlenmiştir. Bu bağlamda düşünüldüğünde, tek ebeveyn olan annelerin psikolojik sağlımlık düzeylerinin artması umud düzeylerini de artırabileceği anlamına gelmektedir. Bununla birlikte umud düzeylerindeki artış affetme düzeylerini de artırarak yaşamdan daha fazla doyum almalarını sağlayabilecektir. Araştırmada test edilen modele yönelik bulgular ilgili alanyazın çerçevesinde tartışılarak teorik ve uygulama temelli çalışmalara doğurgularından bahsedilmiştir.

### Anahtar Sözcükler

Tek ebeveyn anne  
Psikolojik sağlımlık  
Yaşam doymu  
Umud  
Affetme

### Makale Hakkında

#### Gönderim Tarihi

19 Mayıs 2021

#### Kabul Tarihi

07 Aralık 2021

#### Makale Türü

Araştırma Makalesi

## Relationship Between Psychological Resilience and Life Satisfaction of Single Parent Mothers: Mediating Role of Hope and Forgiveness

### Abstract

The study aimed to examine the mediating role of hope and forgiveness in the relationship between psychological resilience and life satisfaction of single parent mothers. This study included 256 single parent mothers with ages ranging between 23 and 69 years and mean age 41.62 ( $SD = 8.79$ ). Due to the COVID-19 outbreak, scales were applied online to single parent mothers who were contacted through school psychological counselors. Personal Information Form, Brief Psychological Resilience Scale, Adult Life Satisfaction Scale, Trait Hope Scale and Heartland Forgiveness Scale were used in the study. Data were analyzed with the SPSS 24.0 program and PROCESS macro. According to the analysis results, it was found that there are significant positive relationships between psychological resilience, life satisfaction, hope and forgiveness; it has been observed that hope and forgiveness act as serial mediators between psychological resilience and life satisfaction. The increase in the psychological resilience levels means that their hope levels can also increase. In addition, an increase in hope level will increase their level of forgiveness and enable them to get more satisfaction from life. The findings of the model tested were discussed within the framework of the relevant literature and their implications for theoretical and application-based studies were mentioned.

### Keywords

Single parent mother  
Psychological resilience  
Life satisfaction  
Hope  
Forgiveness

### Article Info

#### Received

May 19, 2021

#### Accepted

December 07, 2021

#### Article Type


Research Paper

*Atf:* Odacı, H., Ülken, E. ve Bülbül, K. (2022). Tek ebeveyn olan annelerin psikolojik sağlımlıkları ile yaşam doymaları arasındaki ilişkide umud ve affetmenin aracı rolü. *Ege Eğitim Dergisi*, 23(1), 1-17. doi: 10.12984/eegeefd.939069

<sup>1</sup>  Karadeniz Teknik Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Türkiye, [hatodaci@hotmail.com](mailto:hatodaci@hotmail.com)

<sup>\*\*</sup> Sorumlu Yazar / Corresponding Author

<sup>2</sup>  Merkez Ortaokulu, Trabzon, Türkiye, [efnam\\_beren@hotmail.com](mailto:efnam_beren@hotmail.com)

<sup>3</sup>  İsmail Yıldırım İlkokulu, Trabzon, Türkiye, [k\\_bulbul@hotmail.com](mailto:k_bulbul@hotmail.com)

## Extended Abstract

### Introduction

Defined as a family comprising a parent living with a child or children (Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü [ASAGEM], 2011), it is emphasized that the responsibility of the child is on the mother or father. Single-parent families are the result of spouse death, divorce, or separation (Tawnley, Edmondson, & Meszaros, 1991), divorce being the most common cause (Nederlands Jeugdinstuut, 2014). It is striking that the number of divorced people in Turkey reached 155 thousand 47 people in 2019 and the rate of single parent families was 9.2% (Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK], 2020). According to the data of Global Issues (2016), 14% of the 2.3 billion children living in those years in the world generally lived with their mothers (80%) in single-parent families. In single-parent families where most of them are mothers and children (Demir & Çelebi, 2017), mothers who are parents are at risk from economic, social, and personal problems. As a matter of fact, it is thought that the multidimensional problems arising from being a single parent and the responsibility of the children influence the evaluation of being satisfied with the life of the single parent mother. The aim of this study is to examine the mediating role of hope and forgiveness in the relationship between psychological resilience and life satisfaction of single parent mothers. When the literature is examined, it has been observed that the studies conducted on single parent mothers are quite limited, and the studies generally focused on children of single parent mothers; no study was found to examine the relationships between psychological resilience, hope, forgiveness, and life satisfaction in a sample of single parent mothers. This study aims to draw attention to single parent mothers, who form a larger segment of the society every year, and to support theoretical or practice-based studies to be carried out for single parent mothers.

### Method

The study was designed in accordance with the correlational model from quantitative research methods. This study included 256 single mothers living with their children with ages of mothers from 23 to 69 years and mean age of 41.62 ( $SD = 8.79$ ). The participants completed the Personal Information Form, Brief Psychological Resilience Scale, Adult Life Satisfaction Scale, Trait Hope Scale and Heartland Forgiveness Scale. The participants were reached and scales were applied online by the researchers due to the COVID-19 pandemic. Data were analyzed with SPSS 24.0 program and the PROCESS macro.

### Findings

The results of the analysis showed that, there are positive significant relationships between single parent mother's life satisfaction and psychological resilience ( $r = .54, p < .01$ ), hope ( $r = .53, p < .01$ ) and forgiveness levels ( $r = .45, p < .01$ ). The sequential multiple mediator roles of hope and forgiveness in the relationship between psychological resilience and life satisfaction of single parent mothers were tested with the bootstrapping-based PROCESS macro. It was determined that the model established in the context of predicting the life satisfaction of mothers who live as a single parent is significant ( $F_{(3, 252)} = 59.64, p < .001$ ) and psychological resilience, hope and forgiveness explain 42% of life satisfaction. Psychological resilience predicts life satisfaction directly and positively without mediator variables ( $c = 1.31, p < .001$ ). In the ordered multi-mediated model, when the mediating variables of psychological resilience are included in the model, their effect on life satisfaction decreases, but remains significant ( $c' = .70, p < .001$ ). Therefore, it can be said that there is partial mediation in the relationship in question. Thus, it was found that hope and forgiveness levels played a mediating role both separately and together in the relationship between psychological resilience and life satisfaction of single parent mothers. In short, psychological resilience indicates that the levels of hope increase, consequently the levels of forgiveness are positively affected, and the life satisfaction levels may increase as a result of these increases.

### Discussion and Conclusion

Based on the first hypothesis of this study, the mediating role of hope in the relationship between psychological resilience and life satisfaction of single parent mothers was revealed. Similar results are observed when studies on the relationship between psychological resilience and hope are examined. It is stated that hope and psychological resilience have direct significant effects on psychological health and subjective well-being (Yıldırım & Arslan, 2020) and individuals can use these positive psychological resources for their psychological health and well-being (Arslan, 2016).

The second hypothesis of this study is that forgiveness has a mediating role in the relationship between psychological resilience and life satisfaction of single parent mothers. The findings obtained as a result of the analysis support the hypothesis of the research. When the literature is examined, it is seen that there is a positive relationship between psychological resilience and forgiveness (Kravchuk, 2021; Toktaş, 2019); It is seen that psychological resilience acts as a predictor of forgiveness (Dwiwardani et al., 2014). On the other hand, forgiveness is a predictor of life satisfaction (Eldeleklioğlu, 2015) and individuals with a high level of forgiveness get more satisfaction from their lives (Kaleta & Mróz, 2018; Tian & Wang, 2021). Thus, it is seen that forgiveness

is a concept that can explain the relationship between psychological resilience and life satisfaction of single parent mothers.

In the last hypothesis of the study, it is argued that hope and forgiveness have a sequential mediating role in the relationship between psychological resilience and life satisfaction of single parent mothers. The fact that psychological resilience is a positive predictor of life satisfaction is a phenomenon supported by the relevant literature (Arslan, 2019; Bajaj & Pande, 2016; Reyes, Satorres, & Meléndez, 2020; Zheng, Huang, & Fu, 2020). It is thought that high psychological resilience levels of single parent mothers who can adapt and overcome the difficulties in their lives more easily may lead to an increase in hope levels and later forgiveness levels. In addition, it is predicted that these situations will increase the levels of making good use of single parent mothers lifestyle, being happy, loving life and their well-being, in other words, getting satisfaction from life. To mention some of the limitations of the study, issues such as the use of self-report scales and the generalizability of the findings draw attention. In addition to what the current research presents regarding the relationships of variables, it draws attention to single parent mothers in the society and envisages to motivate researchers for new studies.

## Giriş

Toplumun temel inşası olan aile, üyelerinin çok yönlü ihtiyaçlarını karşılayarak insan neslinin devamını sağlayan kurumlardır. Anne, baba ve çocuklardan oluşan klasik aile yapısı çeşitli sebeplerle değişime uğrayarak zaman içerisinde tek ebeveynli aileye dönüşebilmektedir. Ebeveynlerden biriyle yaşayan çocuk ya da çocuklardan oluşan aile olarak tanımlanan (Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü [ASAGEM], 2011) tek ebeveynli ailelere ilişkin yapılan açıklamalarda çocuğun sorumluluğunun anne ya da babanın üzerinde olması vurgulanmaktadır. Eşin ölümü, boşanma ya da ayrı yaşama gibi nedenlerle oluşan tek ebeveynli ailelerin (Tawnley, Edmondson ve Meszaros, 1991) en yaygın oluşum sebebinin boşanma olduğu görülmektedir (Nederlands Jeugdinstuut, 2014). Türkiye’de boşanan kişi sayısının 2019 yılında 155 bin 47 kişiye ulaşarak tek ebeveynli ailelerin oranının %9,2 olduğu verisi çarpıcıdır (Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK], 2020). Tek ebeveynli aile oranlarının Almanya’da %17, Fransa’da %19, İsveç’te %25 ve İngiltere’de %33 seviyelerine kadar ulaşarak Avrupa genelinde oldukça yaygın hale geldiği görülmektedir (World Family Map, 2017). Aynı araştırmada tek ebeveynli ailelerin oranının Amerika kıtasında da %32 civarında olduğu bildirilmektedir. Dünya genelinde gözlenen bu yüksek oranların tek ebeveynli ailelerin değişen oluşum sebepleriyle ilgili olduğu düşünülmektedir. *Cohabitation* olarak adlandırılan evlenmeden birlikte yaşama ve çocuk dünyaya getirme, sperm donörleri aracılığıyla çocuk sahibi olma ve evlat edinme durumları tek ebeveynli ailenin oluşumunu desteklemektedir. Benzer durumların ülkemizde de tek ebeveynli ailelerin oluşumunda etkili olduğu bilinmektedir. Global Issues’ın (2016) verilerine göre dünyadaki 2.3 milyar çocuğun %14’ü tek ebeveynli ailelerde, bunların %80’i ise anneleriyle yaşamaktadır.

Çoğunluğunu anne ve çocukların oluşturduğu tek ebeveynli ailelerde (Demir ve Çelebi, 2017) ebeveyn olan anne ekonomik, sosyal ve kişisel problemlere karşı risk altındadır. Tek ebeveynli ailelerin iki ebeveynli ailelere göre, tek ebeveyn olan annenin tek ebeveyn olan babaya göre daha fazla yoksulluk riski yaşadığı bilinmektedir (Maldonado ve Nieuwenhuis, 2015). Tek ebeveyn olan annenin çalışabilmesi için çocukların bakımı konusunda destek alması gerekmektedir. Bu desteği bulamayan birçok tek ebeveyn anne ya yarı zamanlı işleri tercih etmekte ya da çalışmamaktadır. Yeterince maddi destek alamayan tek ebeveyn annenin yaşadığı ekonomik bunalımın diğer problem alanlarını da tetiklediği düşünülmektedir. Ekonomik problemlerden psikolojik sıkıntılara kadar tüm bu risk alanlarının içerisinde “anne” olmaları işlerini daha da zorlaştıran bir durum olmakla birlikte (Taylor ve Conger, 2017), çocuklarının da depresif belirtiler ve dışsallaştırma bozuklukları gibi psikopatoloji açısından yüksek risk altında olmaları beklenilir bir sonuçtur (Daryanani, Hamilton, Abramson ve Alloy, 2016). Nitekim annenin tek ebeveyn olmaktan kaynaklanan çok yönlü sorunlarının ve çocuklarıyla ilgili sorumluluklarının hayatından memnun olma değerlendirmesini etkilediği düşünülmektedir. İnsan varoluşu için nihai bir hedef niteliğinde olan yaşam doyumu (Hagmaier, Abele ve Goebel, 2018) kavramı tek ebeveyn anneler için de anlamlı görülmektedir.

Yaşam doyumu kavramı pozitif psikoloji literatüründe yer almaktadır. Pozitif psikoloji 2000’li yıllardan sonra çekici hale gelen bireyin en üst düzeyde işlevselliği sergilemesini amaç edinen bilimsel bir alandır (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Pozitif psikolojinin öncüleri olarak kabul edilen Seligman ve Csikszentmihalyi (2000) çağdaş psikolojinin daha çok olumsuzluklara ve patolojiye odaklanan bir yaklaşım içerisinde olduğunu belirtmiştir. Pozitif psikolojiyle birlikte psikolojideki ibre insanların mutlulukları ve olumlu yönlerine çevrilmiştir (Linley, Joseph, Harrington ve Wood, 2006). Bu anlayış çerçevesinde yaşam doyumu kavramı insanların hayatlarını tüm hatlarıyla kendileri için geçerli olan kriterlere göre olumlu anlamda değerlendirmesidir (Diener, Emmons, Larsen ve Griffin, 1985). İnsan hayatına olumlu bakış paradigması çerçevesinde yaşam doyumu insanların hayatlarından memnun olma tutumlarına yönelik bilişsel değerlendirmeleriyle şekillenmektedir (Heller, Watson ve Ilies, 2006). Bu tanımlardan yola çıkarak, yaşam doyumunun öznel bir süreç olduğu, aynı şartlara sahip her bireyin yaşam doyumunun aynı olmayabileceği söylenebilir. Mutluluk ve öznel iyi oluş kavramlarıyla eş anlamlı olarak görülen yaşam doyumu kavramı (Veenhoven, 1996), evlilik doyumu (Perrone-McGovern, Boo ve Vannatter, 2012) ve iş doyumu (Bialowolski ve Weziak-Bialowolska, 2020; Erdamar ve Demirel, 2016) gibi diğer doyum alanlarını da kapsayan ve her birinden etkilenen bir çatı görünümündedir. Birden çok doyum alanında (evlilik, iş vb.) kendilerine özel yaşantılara sahip olan tek ebeveyn annelerin hayatlarından ne derece memnun oldukları merak konusudur. Öyle ki, yaşamlarından memnun olan bireylerin psikolojik açıdan çok daha sağlıklı oldukları bilinmektedir (Urquijo, Extremera ve Villa, 2016). Önceki çalışmalardan birinde, özellikle iki ebeveynli ailelerin teşvik edildiği ve bu anlamda güçlü toplumlarda tek ebeveyn olmanın düşük yaşam doyumuna yol açtığı vurgulanmaktadır (Stavrova ve Fetchenhauer, 2015). Bir diğer çalışmada ise, tek ebeveyn olan annelerin oldukça mutsuz oldukları; yaşamlarından daha fazla doyum alabilmeleri için yeterli aile yardımına, çocuk bakımı desteğine, kadın ve erkeklerin cinsiyet rollerine ilişkin beklentilerin benzer olduğu toplumsal bir oluşuma ihtiyaç duydukları belirtilmektedir (Pollmann-Schult, 2018). Sosyal desteğin arttığı durumlarda uyum sağlama ve baş etme mekanizmasının da güçlendiği bilinmektedir (Kobau ve diğ., 2011). Boşanmış kadınlar üzerinde yürütülen bir araştırmada sosyal desteğe sahip kadınların boşanmanın getirisi olan zorluklarla daha iyi mücadele edebildiği ve kendini toparlayabildiği belirtilmiştir (Soylu, 2018). Görüldüğü gibi hayatlarındaki mevcut problemlere yönelik sosyal destek aldıklarında bu zorluklarla baş etme güçleri artmakta ve dolayısıyla yaşamlarından daha fazla doyum

almaktadırlar. Bu çıkarım, zorlu yaşam koşullarına sahip tek ebeveyn anneler için psikolojik sağamlık kavramını karşımıza çıkarmaktadır.

Latince *resilience* kelimesinden türetilen psikolojik sağamlık kavramı esnek olma anlamına gelmektedir (Hunter ve Chandler, 1999). Türkçede *resilience* kelimesine karşılık olarak psikolojik sağamlık, yılmazlık, kendini yeniden toparlayabilme yeteneği ve dayanıklılık gibi kavramlar kullanılmaktadır. Bu araştırmada ise psikolojik sağamlık kavramı tercih edilmiştir. İnsanların zorluklara rağmen uyum sağlayabilmesi (Winders, 2014), ruh sağlığını koruyabilmesi ya da yeniden kazanabilmesi psikolojik sağamlık kavramını işaret etmektedir (Herrman ve diđ., 2011). Psikolojik sağamlıkla kastedilen olağanüstü bir yenilmezlikten ziyade insansı bir uyum mekanizmasıdır. İnsanların yaşadıkları zorlukların doğası göz önüne alındığında, psikolojik sağamlık düzeylerinin yüksek olması, beklenenden daha iyi sonuçlar sergilemelerini sağlamaktadır (Parsons, Kruijt ve Fox, 2016). Tek ebeveyn annelerin hayatlarındaki zorluklara uyum sağlama yeteneklerinin yaşamlarından aldıkları doyumunu da etkilediği düşünölmektedir. Öyle ki, yetişkinler üzerinde yürütölen araştırmalarda psikolojik sağamlığın hem yaşam doyumunun yordayıcısı (Kong, Wang, Hu ve Liu, 2015) hem de yaşam doyumuyla pozitif ilişki içinde (Martínez-Martí ve Ruch, 2017) olduğu gözlenmektedir. Sosyal, ekonomik ve psikolojik yükleri ačíısından en dezavantajlı gruplar arasında sayılan tek ebeveyn annelerin (Van Lancker, Ghysels ve Cantillon, 2015), hayatı ne kadar sevdikleri sorusuna verecekleri cevapta zorlu durumlarla bařa çıkmada kullandıkları insana özgü uyum işlevinin etkisi anlamlı görölmektedir. Alanyazın tarafından desteklenen bu ilişkinin neden ve nasıl meydana geldiği ise araştırılmaya ihtiyaçı duyan bir sorunsala hizmet etmektedir.

Tek ebeveyn annelerin psikolojik sağamlıkları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkiye aracılık eden etkenlerden birinin umut kavramı olduğu düşünölmektedir. Pozitif psikolojinin sınırları içerisinde değerlendirilen umut kavramı (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000), kişinin belirlediği amaçlara ulaşmada farklı yollar üretebilmesi ve bunun için kendi motivasyonunu sağlaması şeklinde tanımlanmıştır (Snyder, 2002). Üniversite öğrencileriyle yürütölen önceki bir çalışmada, psikolojik sağamlığın umudun yordayıcısı olduğu; umudun öznel iyi oluşu olumlu şekilde yordadığı; umudun psikolojik sağamlıkla öznel iyi oluř arasında tam bir aracı rol üstlendiği belirtilmiştir (Satici, 2016). Diđer bir çalışmada ise, boşanmış kadınlara verilen umut terapisinin tek ebeveyn olan bu kadınların psikolojik iyi oluř ve sağamlık düzeylerini arttırdığı bildirilmiştir (Abbasi, Mahmoodi, Ziapour, Dehghan ve Parvane, 2017). Alanyazındaki benzeri yayınlar umut, yaşam doyumunu ve psikolojik sağamlık arasındaki ilişkilere dair ačíık bir mesaj vermektedir. Nitekim çok boyutlu ve karmaşık sorun potansiyeline sahip tek ebeveyn annelerin bu sorunlara uyum sağlayabilme becerisinin, hayata karşı motivasyonlarını arttırdığı ve sonuç olarak hayattan daha fazla doyum aldıkları öğgörlmektedir.

Alanyazın çerçevesinde bireylerin umut ve yaşam doyumunu düzeylerinde artışa neden olan psikolojik müdahaleler incelendiğinde affetme terapileri dikkat çekmektedir (Asıcı, 2019). Bu yüzden bu çalışmada affetme, umutla birlikte psikolojik sağamlık ile yaşam doyumunu arasında aracılık rolü olabileceği düşünölen bir kavram olarak ele alınmıştır. Pozitif psikoloji yazınında son yıllarda oldukça popüler olan affetme kavramı (Bugay ve Demir, 2012) en genel anlamıyla “*haksız şekilde inciten diğer kişiye karşı sevgi, cömertlik ve merhamet gibi hislerin desteklenmesiyle; kızgınlık, olumsuz yargılama ve ilgisiz davranma gibi hislerden bilerek uzaklaşılması*” (Enright, 1996, s. 113) şeklinde tanımlanmaktadır. Yařam doyumunun yordayıcısı olan affetme kavramı, kendini, durumu ve başkalarını affetme olmak üzere üç boyutludur (Thompson ve diđ., 2005). Affetmenin her üç boyutunda da vurgulanan nokta, bir başkası için yapılan bir davranış olmayıp tamamen kişinin kendisi ile ilgili olduğudur. Genel olarak affetmenin, olumlu düşünceyi destekleyerek öznel iyi oluşun, psikolojik iyi oluşun ve yaşam doyumunun artmasına katkı sağladığı belirtilmektedir (Vural Batık, 2020). Diđer yandan yüksek umuda sahip bireyler bir kayıp, kriz ya da çatışma yaşadıklarında var olan durumu kabullenme, durumu toparlamak için güç bulma ve çözümler üretme konusunda daha iyidirler (Trzebiński ve Zięba, 2004) ve bireyler sahip oldukları umutla olumlu dünya görüşünü sürdürebilmek için affetme eğilimlerini devreye sokmak durumundadırlar (Kaleta ve Mróz, 2020). Hayatında fazlaca kırılma anı olduğu düşünölen tek ebeveyn anneler için affetmenin iyileştirici etkisi olduğuna inanılmaktadır. Sonuç olarak tek ebeveyn annelerin psikolojik sağamlıklarının umut ve affetme düzeylerini etkileyeceği ve bu etkileşimin de yaşamdan doyum almalarını sağlayacağı tahmin edilmektedir.

Alanyazın incelendiğinde tek ebeveyn annelere yönelik gerçekeştirilmiş olan çalışmaların oldukça sınırlı düzeyde olduğu, araştırmaların genellikle tek ebeveyn annelerin çocukları üzerinde yoğunlaştığı gözlenmiş; tek ebeveyn annelerden oluşan bir örneklemede psikolojik sağamlık, umut, affetme ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkileri inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Tek ebeveynli ailelerin varlığı, bu ailelerin genellikle annelerden oluştuğu ve bu annelerin ekonomik, psikolojik ve sosyal yönden sahip oldukları zor şartlar ulusal ve uluslararası alanyazında araştırılarak yayımlanmıştır. Ancak varlıkları bilinen bu grupla ilgili iyileştirici planlamalara yön verecek yeterince çalışmanın olmadığı gözlenmektedir. Toplumun her kesiminin farkında olunup, özellikle risk altında olan gruplara iyileştirici çalışmaların planlanması ve yürütölmeleri önemli görölmektedir. Pozitif psikolojinin işığında tek ebeveyn annelerin nasıl daha mutlu olabilecekleri sorusuna bu çalışma ile kısmen cevap bulunabileceği düşünölmektedir. Bu çalışmanın amacı tek ebeveyn annelerin psikolojik sağamlıkları ile yaşam

doyumları arasındaki ilişkide umut ve affetmenin aracı rolünün incelenmesidir. Bu amaçla, alanyazında belirtilen teorik açıklamalar ve önceki araştırma bulgularından yola çıkarak aşağıdaki hipotezler belirlenmiştir:

Hipotez 1: Tek ebeveyn olan annelerin psikolojik sağlıkları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkide umut düzeyleri aracı rol üstlenmektedir.

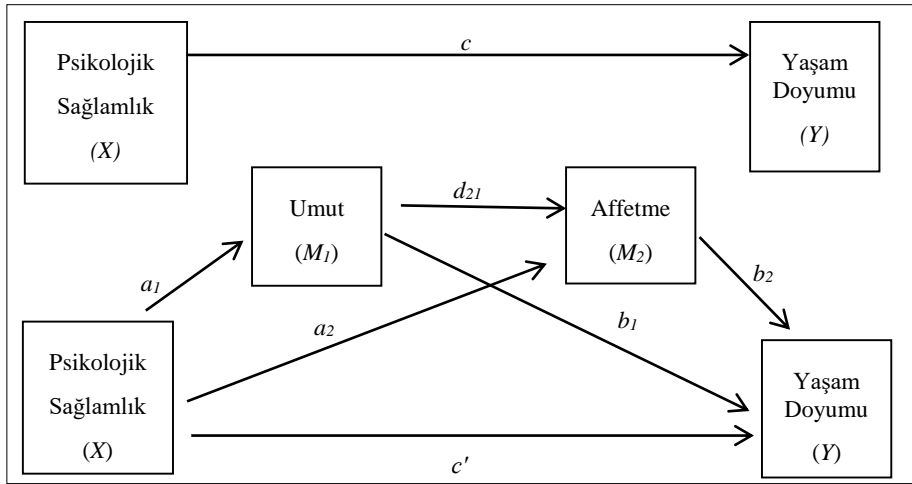
Hipotez 2: Tek ebeveyn olan annelerin psikolojik sağlıkları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkide affetme düzeyleri aracı rol üstlenmektedir.

Hipotez 3: Tek ebeveyn olan annelerin psikolojik sağlıkları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkide umut ve affetme düzeyleri sıralı aracı rol oynamaktadır.

## Yöntem

### Araştırmanın Deseni

Bu çalışma değişkenler arasındaki ilişkilerin ortaya çıkarılmasında ve bu ilişkilerin düzeylerinin belirlenmesinde etkili olan; daha üst düzey araştırmaların yapılması için gerekli ipuçlarını sağlayan ilişkisel araştırma modeline uygun olarak tasarlanmıştır (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2013). Bu kapsamda tek ebeveyn olarak hayatını devam ettiren annelerin psikolojik sağlıkları ve yaşam doyumları ilişkisinde umut ve affetme düzeylerinin aracı rolü incelenmiştir. İki değişken arasında var olan ilişkinin diğer değişken(ler) tarafından açıklanabiliyor olabileceğine dayanan bu tür araştırmalar, bireylerin davranışları arasındaki farklılıkları açıklama düşüncesine dayanmaktadır (Baron ve Kenny, 1986).



Şekil 1. Aracı etki modeli

Sıralı çoklu aracılık modelinde psikolojik sağlamlığın (bağımsız değişken) yaşam doyumuna (bağımlı değişken) üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkileri analiz edilirken öncelikle umudun ( $M_1$ ) sonrasında ise affetme ( $M_2$ ) üzerinden psikolojik sağlamlığın yaşam doyumuna etkisi incelenebilmektedir. Kısacası " $X \rightarrow M_1 \rightarrow Y$ ", " $X \rightarrow M_2 \rightarrow Y$ " ve " $X \rightarrow M_1 \rightarrow M_2 \rightarrow Y$ " şeklinde üç ayrı aracı etki modelinin iç içe geçmiş olarak tek bir modelde ele almak mümkün olabilmektedir.

### Evren ve Örneklem

Araştırmanın örneklemini araştırmaya katılmaya gönüllü, yaşları 23 ile 69 arasında değişen ve yaş ortalaması 41.62 ( $SS = 8.79$ ) olan 256 tek ebeveyn anne oluşturmaktadır. Çalışmanın verileri 2020-2021 bahar döneminde toplanmış; zaman ve bütçe açısından tüm evrene ulaşmanın mümkün olmaması nedeniyle uygun örnekleme (convenience sampling) yöntemi ile elde edilmiştir. Örneklem demografik özellikleri Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1

*Örnekleme Yönelik Tanımlayıcı Bilgiler*

Değişkenler	N	%
Eğitim Durumu		
Ortaokula Kadar	57	22.3
Lise ve Sonrası	199	77.7
Çalışma Durumu		
Evet	145	56.6
Hayır	111	43.4
Gelir Düzeyi		
Gelir Giderden Az	104	40.6
Gelir Gidere Denk	110	43.0
Gelir Giderden Fazla	42	16.4

Tablo 1 incelendiğinde, araştırmanın örneklemini oluşturan 256 tek ebeveyn annenin sayıca fazlasının ( $N = 199$ ) lise ve sonrası eğitim düzeyine sahip olduğu; yarısına yakınının ( $N = 111$ ) çalışmadığı ve büyük çoğunluğunun ( $N = 214$ ) gelir düzeyinin gidere denk ya da giderden az olduğu görülmektedir.

**Veri Toplama Araçları**

Araştırma kapsamında kullanılan Kişisel Bilgi Formu, Kısa Psikolojik Sağamlık Ölçeği, Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği, Sürekli Umut Ölçeği ve Heartland Affetme Ölçeği hakkındaki bilgiler aşağıda sunulmuştur:

**Kişisel Bilgi Formu.** Araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formunda yaş, eğitim düzeyi, çalışma durumu ve gelir düzeyini belirlemeye yönelik sorulara yer verilmiştir.

**Kısa Psikolojik Sağamlık Ölçeği.** Türkçeye uyarlaması ve geçerlik/güvenirlik çalışması Doğan (2015) tarafından yapılan ölçek, Smith ve diğerleri (2008) tarafından geliştirilmiştir. Ölçekte bulunan altı madde likert tipinde ve beş derecelendirmelidir (1 = Hiç uygun değil, 5 = Tamamen uygun). Ölçeğin iç tutarlılık güvenilirlik katsayısını .80 ile .91 arasında değişen değerlerde tespit etmişlerdir. Test tekrar test güvenilirlik kat sayısının ise .62 ile .69 arasında olduğu gözlenmiştir. Doğan'ın (2015) çalışmasındaki ölçek maddelerine “*Sıkıntılı zamanlardan sonra kendimi çabucak toparlayabilirim.*” (s. 102) ve “*Kötü bir şeyler olduğunda bunu atlatmak benim için zordur.*” (s. 102) ifadeleri örnek verilebilir. 2, 4 ve 6. maddeler tersten puanlandıktan sonra elde edilen puan, psikolojik sağamlık düzeyini temsil etmektedir. Alınan puan, ölçekten alınabilecek olan en yüksek puana (30) yaklaşıkça psikolojik sağamlık düzeyi yükselmektedir. Ölçeğin Türkçe versiyonuna yönelik Cronbach alfa güvenilirliği .83 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışma için Cronbach alfa değeri .85 olarak hesaplanmıştır.

**Sürekli Umut Ölçeği.** Tarhan ve Bacanlı (2015) tarafından Türk kültürüne uyarlanan ölçek, Snyder ve diğerleri (1991) tarafından geliştirilmiştir. On beş yaş ve üstündeki kişilerin sürekli umut düzeylerini ölçmek için tasarlanan 12 maddelik ölçek, eyleyici düşünce (2, 9, 10, 12. maddeler) ve alternatif yollar (1, 4, 6, 8. maddeler) olmak üzere iki boyuttan oluşmaktadır. Her iki boyutta dörder madde yer almaktadır ve bu maddelerden biri geçmişe, ikisi şimdiki zamana ve biri geleceğe dönük ifadelerdir. Geri kalan dört madde (3, 5, 7, 11) dolgu maddeleridir ve puanlamaya dâhil edilmez. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .74 ile .84 arasında olup, eyleyici düşünceler boyutu için .71 ile .76 ve alternatif yollar boyutu için .63 ile .80 arasındadır. Test tekrar test yöntemi ile yapılan güvenilirlik çalışmaları 3, 8 ve 10 hafta sonra yapılan değerlendirmelerde güvenilirlik katsayıları .85, .73 ve .76 olarak bulunmuştur. Ölçeğin, Tarhan ve Bacanlı (2015) tarafından uyarlanmış formunda “*Sıkıntılı bir durumdan kurtulmak için pek çok yol düşünebilirim.*” (s. 14) ve “*Sağlığım için endişelenirim.*” (s. 14) benzeri maddeler bulunmaktadır. Likert tipi sekiz derecelendirmeli (1 = Kesinlikle yanlış, 8 = Kesinlikle doğru) ölçekte alınan puanlar 8-64 arasında değişmektedir ve alınan puanlar yükseldikçe sürekli umut düzeyi yükselmektedir. Ölçeğin Türkçe versiyonuna yönelik Cronbach alfa güvenilirliğini .86 olarak hesaplamışlardır. Bu çalışma için ölçeğin Cronbach alpha değeri .89 olarak hesaplanmıştır.

**Heartland Affetme Ölçeği.** Türk kültürü uyarlama çalışması Bugay ve Demir (2010) tarafından gerçekleştirilen ölçek, Thompson ve diğerleri (2005) tarafından geliştirilmiştir. 18 maddeden oluşan ölçek maddeleri 7'li likert tipindedir (1 = Beni hiç yansıtmıyor, 7 = Beni tamamen yansıtmıyor). Kendini affetme, başkalarını affetme ve durumu affetme olarak üç alt boyuttan oluşan ölçeekte 2, 4, 6, 7, 9, 11, 13, 15 ve 17 numaralı maddeler tersten puanlanmaktadır. Ölçeekte her alt boyutta 6-42 aralığında puan alınabilmekte ve yükselen puanlar ilgili boyuttaki affedicilik özelliğinin de arttığına işaret etmektedir. Bu araştırma kapsamında ölçekten alınan toplam puan değerlendirilmiştir. Test tekrar test yöntemi sonucunda ölçeğin üç boyutuna yönelik güvenilirlik katsayıları sırasıyla .83, .72 ve .73 olarak belirlenmiştir. Test tekrar test güvenilirlik katsayısı toplam puan için .77 olarak tespit

edilmiştir. Cronbach alfa katsayısı ise toplam puan için .86, alt boyutlar için sırasıyla .75, .78 ve .79 olarak bildirilmiştir. Bugay, Demir ve Delevi (2012) daha büyük bir örneklemede ölçeğin psikometrik özelliklerini yeniden inceleyerek ölçeğin üç boyutlu yapısını Türk kültürüne uygun bulmuşlar ve ölçeğin Cronbach alfa değerini .71 ile .82 arasında değişen değerlerde tespit etmişlerdir. Bu çalışma için Cronbach alfa değeri .81 olarak hesaplanmıştır.

**Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği.** Türk kültüründe yetişkin yaşam doyumunu ölçmek için Kaba, Erol ve Güç (2018) tarafından geliştirilmiş olan ölçek yirmi bir maddeden oluşmaktadır. Altıncı madde tersten puanlanan madde olmakla birlikte likert tipi beşli derecelendirmeli (1 = Hiç uygun değil, 5 = Tamamen uygun) ölçekte alınabilecek puanlar 21-105 arasındadır. Alınan yüksek puanlar (105'e yaklaştıkça) yetişkinin yaşam doyumunun yüksek olduğuna işaret etmektedir. Kaba, Erol ve Güç'ün (2018) çalışmasındaki ölçek maddelerine “*Hayatımdan memnunum.*” (s. 14) ve “*İyi bir insanım.*” (s. 14) ifadeleri örnek verilebilir. Ölçeğin yapı geçerliğine yönelik açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri yapılmıştır. Açıklayıcı faktör analizine göre ölçeğin beş faktörlü bir yapıyı içerdiği ve toplam varyansın %65.98'ini açıklayabildiği; doğrulayıcı faktör analizine göre ise uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu belirtilmiştir. Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği ile Genel Yaşam Doyumu Ölçeği (Diener, Emmons, Laresen ve Griffin, 1985) arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki ölçüt geçerliğini sağlamak için yapılan çalışma sonucunda tespit edilmiştir. Ölçeğin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısını .89 olarak hesaplamışlardır. İki hafta ara ile yapılan test tekrar test güvenilirlik katsayısında Pearson moment korelasyon katsayısı  $r = .891$  ( $p < .01$ ) bulunmuştur. Ölçeğin madde toplam korelasyonunun ise .41 ile .67 arasında değiştiği gözlenmiştir. Bu çalışma için ölçeğin güvenilirliğine ilişkin Cronbach alfa değeri ise .88 şeklinde belirlenmiştir.

### Veri Toplama Süreci

Araştırmaya konu olan veriler Trabzon ilinde görev yapmakta ve araştırmaya katkı sunmaya gönüllü olan okul psikolojik danışmanlarının yardımlarıyla toplanmıştır. 2021 yılının mart-mayıs ayları arasında, okul psikolojik danışmanlarının verdiği bilgiler doğrultusunda Trabzon'da yaşayan tek ebeveyn olan annelere ulaşılmış ve araştırmacılar tarafından ölçekler online yollarla uygulanmıştır. Google Form aracılığıyla oluşturulan veri toplama aracının ilk bölümünde katılımcılara bilgilendirilmiş onam formu sunulmuştur. Onam formunda etik ilkeler doğrultusunda araştırmanın amacı, kapsamı, süresi, araştırmaya katılıp katılmama kararlarının kendilerine ait olduğu ve gönüllülük ilkesine dayandığı konularında bilgi verilmiş, onay vermeleri halinde ölçeklere ulaşmaları sağlanmıştır. Ayrıca güvenilirliği sağlayabilmek amacıyla bireysel bilgilerin ve kimliklerin gizli tutulacağı belirtilerek katılımcılardan isim bilgisi alınmamıştır. Ölçekleri tamamlama süresinin yaklaşık 15 dakika olduğu bilgisi de yönergeye eklenmiştir. Online yolların tercih edilme sebebi ise, içerisinde bulunduğumuz COVID-19 salgını sebebiyle yüz yüze uygulamaların sınırlı oluşudur.

### Veri Analizi

Tek ebeveyn olan annelerin psikolojik sağlamlıkları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkide umut ve affetme düzeylerinin sıralı aracı rolünün araştırıldığı bu çalışma, SPSS 24 paket programına eklenen PROCESS (Preacher ve Hayes, 2008) eklentisi ile gerçekleştirilmiştir. Altı numaralı model ile gerçekleştirilen aracılık analizlerinde parametrik olmayan bootstrap yöntemi kullanılarak 256 kişilik örneklem büyüklüğü .05 güven aralığında 5000 ön yükleme ile yeniden oluşturularak daha büyük veri seti üzerinde analizler gerçekleştirilmiş ve böylece daha güvenilir sonuçlara ulaşılmıştır. Elde edilen güven aralıklarının sıfırı içermemesi etkinin anlamlı olduğunu göstermektedir. Ayrıca bootstrap yöntemi ile tip 2 hatanın azaltılması da amaçlanmaktadır (Preacher ve Hayes, 2008).

### Etik Konular

Araştırmaya başlamadan önce etik kurul onayı alınmıştır. Çalışmada 1975 Helsinki Bildirgesi'ne uygun olarak her bireyin çalışmaya gönüllü katıldığını gösteren bir onam formu onaylatılmıştır. Mevcut araştırmaya katılan tüm bireylere verilerin gizli ve anonim olduğu açıklanmıştır.

## Bulgular

### Ön Analizler

Çalışmada yer alan değişkenlere yönelik tanımlayıcı istatistikler ve korelasyon katsayıları Tablo 2'de sunulmuştur:



Tablo 2

## Değişkenlere Yönelik Tanımlayıcı İstatistikler

Değişkenler	1	2	3	4
1 KPSÖ	1			
2 SUÖ	.49**	1		
3 HAÖ	.45**	.35**	1	
4 YYDÖ	.54**	.53**	.45**	1
X	19.40	49.92	82.08	76.00
SS	4.74	7.89	15.41	11.58
Min.	8.00	29.00	42.00	42.00
Maks.	30.00	64.00	126.00	101.00
Basıklık (S.H)	-.03 (.30)	-.41 (.30)	.45 (.30)	-.19 (.30)
Çarpıklık (S.H.)	-.02 (.15)	-.20 (.15)	.24 (.15)	-.22 (.15)

\*\* $p < .01$ , S.H.: Standart Hata,

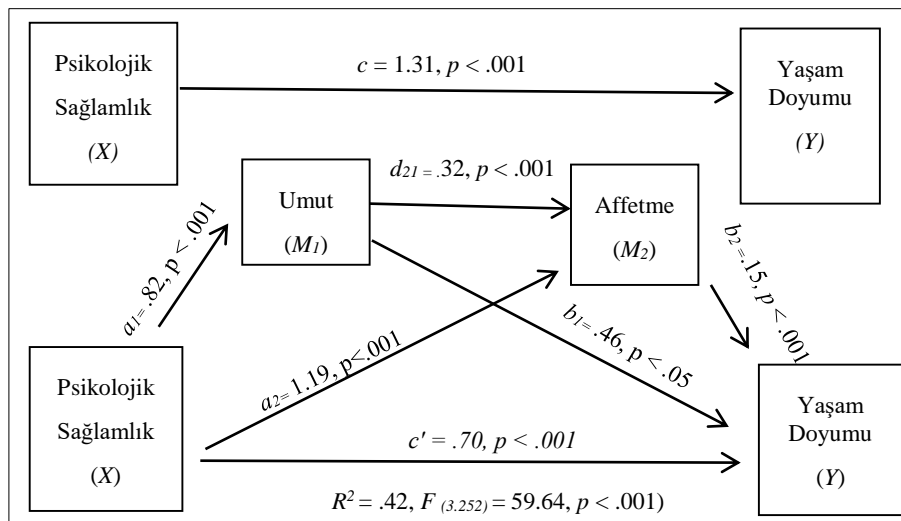
KPSÖ: Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, SUÖ: Sürekli Umud Ölçeği, HAÖ: Heartland Affetme Ölçeği, YYDÖ: Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği

Analizlere geçilmeden önce kayıp veri analizi ve uç değer analizleri de gerçekleştirilmiştir (Field, 2009). Buna göre yapılan kayıp veri analizlerinde veri setinin kayıp veri içermediği belirlenmiştir. Sonrasında, uç değer analizi yapılmış olup z puanına göre  $\pm 3$  aralığı dışında olduğu belirlenen dokuz veri analize dahil edilmemiştir. Tablo 2'ye göre ölçeklere ait basıklık ve çarpıklık değerleri incelendiğinde elde edilen değerlerin  $\pm 1$  aralığında (Hair, Black, Babin, Anderson ve Tatham, 2019) olması nedeniyle verilerin normal dağılım varsayımını sağladığına karar verilmiştir. Ayrıca değişkenler arasındaki ilişkiler incelenerek çoklu eş doğrusallığın olmamasına dikkat edilmiştir. Bu amaçla oto korelasyon durumu Durbin-Watson değeri ile incelenmiş ve elde edilen değer (1.93) normal sınırlar arasında olduğu görülmüştür. Bu doğrultuda bağımsız değişkenlerin açıklayamadıkları varyans oranı olan tolerans değeri ( $1-R^2$ ) ile varyans büyütme faktörü (VIF) incelenmiştir. Tolerans değerleri ( $1-R^2$ ) .20 ölçütünden daha büyük ve .66 ile .77 arasında; varyans büyütme faktörleri ise (VIF) 10 değerinden daha düşük ve 1.28 ile 1.49 arasında olduğu için çoklu bağıntı probleminin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Field, 2009).

Yapılan Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi sonuçları, tek ebeveyn annelerin yaşam doyumları ile psikolojik sağlamlıkları ( $r = .54, p < .01$ ), umut ( $r = .53, p < .01$ ) ve affetme ( $r = .45, p < .01$ ) düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğunu göstermiştir.

## Aracılık Analizi

Tek ebeveyn annelerin psikolojik sağlamlıkları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkide umut ve affetmenin sıralı çoklu aracı rolleri, bootstrapping temelli PROCESS makrosu 6 numaralı model ile test edilmiştir (Şekil 2).



Şekil 2. Sıralı aracılık sonuçları

Şekil 2'ye göre, tek ebeveyn olarak yaşamlarını sürdürmekte olan annelerin yaşam doyumlarının yordanması bağlamında kurulan modelin anlamlı olduğu ( $F(3, 252) = 59.64, p < .001$ ) ve psikolojik sağlamlık, umut ve

affetmenin yaşam doyumununun %42'sini açıkladığı belirlenmiştir. Psikolojik sağlık yaşam doyumunu aracı değişkenler olmaksızın doğrudan ve pozitif yönde yordamaktadır ( $c = 1.31, p < .001$ ). Sıralı çoklu aracı modelde ise psikolojik sağlamlığın, aracı değişkenler modele dâhil edildiğinde, yaşam doyumunu üzerindeki etkisi azalmakla birlikte anlamlılığını sürdürmektedir ( $c' = .70, p < .001$ ). Ayrıca tek ebeveyn olarak yaşamlarını sürdürmekte olan annelerin psikolojik sağlamlıkları umut ( $a_1 = .82, p < .001$ ) ve affetme düzeylerini ( $a_2 = 1.19, p < .001$ ) doğrudan pozitif olarak yordamaktadır. Umut ( $b_1 = .46, p < .05$ ) ve affetme düzeyleri ( $b_2 = .15, p < .001$ ) de, tek ebeveyn olarak yaşamlarını sürdürmekte olan annelerin yaşam doyumlarını pozitif yönde yordamaktadır. Dolayısıyla Şekil 2'de gösterilen aracı modele göre tek ebeveyn annelerin psikolojik sağlamlıkları ve yaşam doyumları ilişkisinde umut ve affetme düzeylerinin hem ayrı ayrı hem de birlikte aracı rol üstlendiği kısacası psikolojik sağlamlıkla yaşam doyumunu ilişkisinde umut ve affetme düzeylerinin dolaylı etkisinin anlamlı olduğu tespit edilmiştir.

Modeldeki dolaylı yolların anlamlılık düzeylerinin belirlenmesi amacıyla gerçekleştirilen bootstrapping yöntemi %95 güven aralıkları Tablo 3'te sunulmuştur:

Tablo 3  
Sıralı Aracılık Etki Özeti

Etki	<i>b</i>	<i>S.H.</i>	<i>t</i>	%95 Güven Aralığı	
				Alt Sınır	Üst Sınır
c	1.31	.12	10.13***	1.057	1.566
c'	.70	.14	4.86***	.416	.984
a <sub>1</sub> .b <sub>1</sub>	.38	.08		.218	.565
a <sub>2</sub> .b <sub>2</sub>	.18	.07		.065	.339
a <sub>1</sub> .d <sub>21</sub> .b <sub>2</sub>	.04	.02		.004	.087

\*\*\*  $p < .001$ , *S.H.*: Standart Hata,

Standardize edilmemiş beta katsayıları (*b*) raporlanmıştır.

c: Toplam etki, c': Doğrudan etki, a<sub>1</sub>.b<sub>1</sub>: Dolaylı etki (M<sub>1</sub>), a<sub>2</sub>.b<sub>2</sub>: Dolaylı etki (M<sub>2</sub>), a<sub>1</sub>.d<sub>21</sub>.b<sub>2</sub>: Dolaylı etki (M<sub>1</sub> ve M<sub>2</sub>)

Tablo 3'e göre modelde üç ayrı dolaylı etki incelenmiştir. Birinci dolaylı etki modelinde psikolojik sağlık (X) ile yaşam doyumunu (Y) ilişkisinde umut düzeyinin (M<sub>1</sub>) aracı etkisinin anlamlı olduğu belirlenmiştir ( $b = .38, \%95 CI [.218, .565]$ ). İkinci dolaylı etki modelinde ise psikolojik sağlamlık ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkiye affetme düzeyinin (M<sub>2</sub>) aracı etkisinin anlamlı olduğu gözlenmiştir ( $b = .18, \%95 CI [.065, .339]$ ). Son olarak sıralı aracı etkinin incelendiği üçüncü modelde ise umut (M<sub>1</sub>) ve affetme düzeylerinin (M<sub>2</sub>) psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumunu ilişkisinde sıralı aracı etkisinin anlamlı olduğu saptanmıştır ( $b = .04, \%95 CI [.004, .087]$ ).

### Sonuç ve Tartışma

Bu çalışmada tek ebeveyn annelerin psikolojik sağlamlıkları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkide umut ve affetmenin aracılık rollerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda gerçekleştirilen analiz sonuçlarına göre umut ve affetmenin bu iki değişken arasında kısmi aracılık yaptıkları ortaya konmuştur. Başka bir ifadeyle, tek ebeveyn annelerin psikolojik sağlamlıklarının yükselmesi umut ve affetme düzeylerinin artmasına ve bu dolaylı etkinin de yaşam doyumlarının artmasına neden olabileceği bulunmuştur. Bununla birlikte tek ebeveyn annelerin psikolojik sağlamlıklarının yükselmesi ile birlikte doğrudan yaşam doyumlarının artabileceği belirlenmiştir.

Bu araştırmanın ilk hipotezine dayanarak tek ebeveyn annelerin psikolojik sağlamlıkları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkide umudun aracı rolü ortaya konmuştur. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre psikolojik sağlamlığın umudu pozitif yönde yordadığı bununla birlikte umudun da yaşam doyumunu pozitif yönde yordadığı belirlenmiştir. Farklı örneklem gruplarında psikolojik sağlamlıkla umut arasındaki ilişkileri ele alan araştırmalar incelendiğinde benzer sonuçlar göze çarpmaktadır. Önceki araştırmaların birinde, kanser hastalarında ruhsal iyilik hali ile umut arasındaki ilişkiye aracılık eden psikolojik sağlamlık (Mahdian ve Ghaffari, 2016), umut kavramının yordayıcısı olarak karşımıza çıkmaktadır. Yetişkinler üzerinde gerçekleştirilen araştırmalarda, umut ve psikolojik sağlamlığın psikolojik sağlık ve öznel iyi oluş üzerinde doğrudan anlamlı etkilerinin olduğu (Yıldırım ve Arslan, 2020) ve bireylerin bu olumlu psikolojik kaynaklarını psikolojik sağlığı ve refahı için kullanabilecekleri belirtilmektedir (Arslan, 2016). Umud kavramı da psikolojik sağlamlık gibi koruyucu bir kaynak olarak görülmekte ve yüksek düzeyde umut düzeyine sahip olan bireylerin daha iyi bir yaşam kalitesine sahip olduğu bildirilmektedir (Hawro ve diğ., 2014; Li, Yang, Liu, Wang, 2016). Bireylere yaşamsal zorlukların üstesinden gelmeleri ve direnmeleri konusunda destek veren umut kavramı (Fredrickson, Tugade, Waugh ve Larkin, 2003) yaşam doyumuyla da olumlu ilişki içerisindedir (Muyan Yılık ve Demir, 2019; Werner, 2012). Diğer yandan psikolojik sağlamlık ile yaşam doyumunu arasındaki olumlu yöndeki ilişki alanyazın tarafından desteklenen bir bulgudur (Klohn, 1996; Yıldırım, 2019). Sonuç olarak alanyazın incelendiğinde psikolojik sağlamlık ile umut kavramının birbirlerinin yordayıcıları ve pozitif ilişkiye sahip oldukları; terapötik müdahalelerde iyileştirici ve koruyucu

faktörler olarak ele alındıkları, geliştirilebilir oldukları dikkat çekmektedir. Doğal bir uyum mekanizması olan psikolojik sağlamlığı yüksek tek ebeveyn annelerin hedefe yönelik motive olma düzeylerini temsil eden umut düzeyleri de yüksek olmakta ve bu etkileşim yaşamlarından memnun olma düzeylerini de etkilemektedir. Umut ve psikolojik sağlamlık kavramlarının her ikisinin de zorlukların üstesinden gelme ile ilgili olduğu düşünölmektedir ve karşılaştıkları zorlukların üstesinden gelebilen tek ebeveyn annelerin yaşamlarını daha olumlu değerlendirmeleri akla uygun bir sonuçtur.

Bu çalışmanın ikinci hipotezi tek ebeveyn annelerin psikolojik sağlamlıkları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkide affetmenin aracı rolünün olduğu yönündedir. Analiz sonucunda elde edilen bulgular araştırmanın hipotezini destekler niteliktedir. Alanyazın incelendiğinde psikolojik sağlamlık ile yaşam doymu arasındaki ilişkide affetmenin aracı rolünün incelendiği bir araştırmaya rastlanmamakla birlikte söz konusu değişkenlerin ayrı ayrı ilişkilerini inceleyen çalışmalar mevcut araştırma sonuçlarına dayanak oluşturmaktadır. Bu alışmalar içerisinde, psikolojik sağlamlık ile affetme arasında olumlu yönde ilişki olduğu (Kravchuk, 2021; Toktaş, 2019); psikolojik sağlamlığın affetmenin yordayıcısı olarak görev aldığı (Dwiwardani ve diğ., 2014) ve güvenli bağlanma ile affetme arasında aracı rol üstlendiği (Eraslan apan, 2018) bulguları dikkat çekicidir. Önceki alışmalar, afet gibi kriz durumlarında affetmenin psikolojik sağlamlığın katalizörü olarak işlev gördüğünü (Worthington ve diğ., 2016) ve terapötik müdahalelerde affetmenin psikolojik sağlamlıkla birlikte ele alınması gerekliliğini ortaya koymaktadır (Tuck ve Anderson, 2014). Öyle ki, psikolojik sağlığı yeniden kazanma ve koruma, uyum sağlama ve baş etme yetisi olarak algılanan psikolojik sağlamlık kavramının duygu odaklı bir başa çıkma stratejisi olarak görölen affetme kavramıyla (Worthington ve Scherer, 2004) yakından ilişkili olduğu bilinmektedir. Öte yandan, affetme yaşam doyumunun yordayıcısıdır (Eldeleklioğlu, 2015) ve affetme düzeyi yüksek olan bireyler yaşamlarından daha fazla doyum almaktadır (Kaleta ve Mröz, 2018; Tian ve Wang, 2021). Böylece affetmenin tek ebeveyn annelerin psikolojik sağlamlıkları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkiye açıklık getirebilen bir kavram olduğu görölmektedir. Tek ebeveyn annelerin psikolojik sağlamlıkları affetme düzeylerini öngörmekte ve aralarındaki bu olumlu etkileşim yaşamdan aldıkları doyumda da belirleyici olmaktadır.

Çalışmanın son hipotezinde tek ebeveyn annelerin psikolojik sağlamlıkları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkide umut ve affetmenin sıralı aracılık rolü olduğu savunulmaktadır. Psikolojik sağlamlığın yaşam doyumunun olumlu bir yordayıcısı olduğu ilgili alanyazın tarafından desteklenen bir olgudur (Arslan, 2019; Bajaj ve Pande, 2016; Reyes, Satorres ve Meléndez, 2020; Zheng, Huang ve Fu, 2020). Önceki bir çalışmada, tekerlekli sandalyeli basketbolcuların psikolojik sağlamlıklarının sporlarıyla daha fazla meşgul olma ve yaşamlarından daha fazla doyum alma düzeylerini öngördüğü bildirilmiştir (Martin, Byrd, Watts ve Dent, 2015). Tek ebeveyn anneler gibi toplumun diğer dezavantajlı gruplarından birini oluşturan bu örnekleme için de benzer sonuçların elde edilmiş olması anlamlı görölmektedir. Psikolojik sağlamlık ile yaşam doymu arasındaki ilişkiye aracılık eden faktörler incelendiğinde olumlu duygulanımın bu ilişkiye tam aracılık ettiği görölmektedir (Liu, Wang ve Li, 2012). Bu bulgunun mevcut araştırma için önemli olduğu düşünölmektedir. Çünkü psikolojik sağlamlık ile yaşam doymu arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini belirttiğimiz her iki değişkenin de (umut ve affetme) olumlu duygulanım yaratan pozitif psikolojiye ait kavramlar olduğu bilinmektedir. Diğer bir araştırmada gençlerin umut düzeylerinin psikolojik sağlamlıkla yaşam doymu arasındaki ilişkiye aracılık ettiği bulgulanmıştır (Karaman, Vela ve Garcia, 2020). Alanyazında umudun (Oliver, Tomás ve Montoro-Rodriguez, 2017) ve affetmenin yaşam doyumunun yordayıcısı (Arıcıoğlu, 2016; Yangın ve Camadan, 2020) olduğuna dair bulgular söz konusudur. Psikolojik sağlamlık açısından değerlendirildiğinde ise, yüksek psikolojik sağlamlığa sahip bireylerin kanser gibi hayatı tehdit eden travmatik yaşantılara bile daha kolay uyum sağladığı, daha fazla travma sonrası büyüme yaşadığı gözlenmektedir (Özçetin ve Hiçdurmaz, 2017). Yaşam kalitesi daha yüksek olan kanser hastalarında psikolojik sağlamlığın yanı sıra kendini gösteren en önemli kavramlardan diğeri ise umuttur (Li ve diğ., 2016). Hayati tehdit içeren durumlarda bile kişiyi refaha ulaştıran kaynaklardan olan psikolojik sağlamlığın ve umudun tek ebeveyn anneler için de koruyucu rol üstlendiği düşünölmektedir. Son yıllarda yürütölen çalışmalar bu iyileştirici gruba affetme kavramını da eklemişlerdir. Yakın zamanda yürütölmüş olan bir araştırmada daha fazla travma sonrası büyüme yaşayan yetişkinlerin daha yüksek affetme düzeyine sahip olduklarının altı çizilmiştir (Gökmen ve Deniz, 2020). Bu ve benzeri araştırmalar bireylerin affetme eğilimlerini arttırmaya dönük çalışmaların planlanmasını önermektedir. Sonuç olarak, hayatındaki zorluklara daha kolay uyum sağlayan ve bu zorlukların altından kalkabilen tek ebeveyn annelerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin yüksek olması umut düzeylerinin ve sonrasında affetme düzeylerinin artmasına neden olabileceği düşünölmektedir. Bununla birlikte bu durumların tek ebeveyn annelerin yaşamlarını olumlu şekilde değerlendirme, mutlu olma, hayatı sevme ve iyi olma yani yaşamdan doyum alma düzeylerini de arttıracadı öngörölmektedir. Kısacası tek ebeveyn annelerin psikolojik sağlamlıkları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkide umut ve affetme sıralı aracılık rolü üstlenmektedir. Araştırma kapsamında ele alınan bu değişkenlerin birbirleriyle olan ilişkisi ait oldukları pozitif psikoloji çerçevesinde de anlaşılır bir durumdur. Öyle ki, Seligman ve Csikszentmihalyi (2000) pozitif psikolojinin amacının patolojik durumları vurgulamaktan ziyade olumluyu görmek, desteklemek ve hatta toplumu bu olumlu yönlerle yeniden inşa etmek olduğunu belirtmiştir. Bu öğretiye uygun şekilde tek ebeveyn annelerin psikolojik sağlamlık düzeylerini yüksek tutarak,

umut ederek ve affederek yaşamlarından doyum aldıkları düşünülmektedir. Böylece toplumun sayıca azımsanmayacak bir kesimi olumlu yönleriyle yeniden inşa olacaktır.

Araştırmanın bazı sınırlılıklarından bahsetmek gerekirse, öz bildirim dayalı ölçeklerin kullanılması, bulguların genellenebilirliği gibi konular dikkat çekmektedir. Araştırmada öz bildirim dayalı ölçekler kullanılmış olup ilerleyen çalışmalarda karma desenli modeller tercih edilerek daha ayrıntılı bulgulara erişilmesi sağlanabilir. Ayrıca çalışmada sadece tek ebeveyn annelerden veri toplanmıştır. Bu nedenle iki ebeveynin de bir arada olduğu ailelerdeki annelerle benzerlik ve farklılık gösterip göstermediğinin karşılaştırmalı olarak ele alınması, bulguların daha kapsamlı değerlendirilmesi bakımından incelenmeye değer görülmektedir. Araştırma 256 tek ebeveyn anne ile yürütülmüştür ve elde edilen bulguları desteklemek üzere daha geniş örneklemelerde tek ebeveyn annelerle ilgili yürütülecek çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Böylece daha geniş katılımlı örneklem gruplarında araştırma bulgularının genellenebilirliği de artırılabilir. Araştırma kapsamında tek ebeveyn annelerin çocuklarına yönelik veya tek ebeveyn olma nedenlerine yönelik veri toplanmamıştır. Ayrıca araştırma kapsamında tek ebeveyn annelerin demografik özelliklerine yönelik (çocuk sayısı, çocukların yaşları vb.) ayrıntılı bilgi edinilememiş olması da diğer bir sınırlılık olarak görülmektedir. İlerleyen çalışmalarda bu verilerin de elde edilerek ilgili değişkenlere yönelik değerlendirmelerin yapılması daha geniş bir perspektiften sonuçların değerlendirilmesine olanak sağlayacaktır. Tek ebeveyn olmanın başlıca zorlu yaşam olayı olarak görülerek bunun yanı sıra diğer zorlayıcı faktörlere yönelik bilgi edinilememesi de bir sınırlılık olarak ele alınabilir. Şöyle ki, eşini kaybetmiş bir annenin özel gereksinimli bir çocuğa sahip olması da hayatını zorlaştırıcı diğer faktörlerdendir ve ilgili değişkenleri etkileyebilir. Gelecekte tek ebeveyn olan anneler üzerinde yürütülecek olan araştırmalarda özel gereksinimli olma durumları, olumsuz aile ilişkileri, zararlı alışkanlıkları ve çocuklarının özel durumları gibi belli başlı zorlayıcı durumlar hakkında bilgi alınması ve incelenmesi önerilmektedir. Ayrıca daha önce çalışılmamış olan psikolojik sağlık, umut, affetme ve yaşam doyum kavramları arasındaki ilişki de tek ebeveyn anneler dışında farklı örneklem gruplarında yeniden araştırılarak bulguların genellenebilirliği artırılabilir. Öyle ki, ilgili değişkenlerin inceleneceği benzer zorlukları yaşayan tek ebeveyn olan babalar bulguların genellenebilirliğine katkı sağlayabilecek en dikkat çekici örneklem gruplarından birini teşkil edebilir. Ayrıca elde edilen veriler kesitsel olduğu için değişkenler arasındaki yönler tam bir kesinlik ifade etmemektedir. Bu nedenle sonraki araştırmalarda boylamsal ve deneysel desenlerin kullanılması önerilmektedir.

Bu sınırlılıkların yanında araştırmanın hem teorik hem de uygulama temelli çalışmalara yönelik doğurgularından da bahsetmek gerekmektedir. Tek ebeveyn annelerin psikolojik sağlamlıkları sırasıyla umut ve affetme düzeylerini etkilemekte ve bu etkileşim yaşam doyumlarına yansımaktadır. Bireylerin yaşamdan doyum almalarının psikolojik iyi oluşları için ne derece önemli olduğu bilinen bir gerçektir. Dolayısıyla tek ebeveyn annelerin yaşamdan doyum almaları sağlıklı ve refah bir hayat yaşamaları için oldukça önemli görülmektedir. Tek ebeveyn annelerin refah içinde yaşamlarının hem toplumun hem de sayıları gittikçe artan bir neslin sağlıklı şekillenmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Öyle ki, bir ebeveynin yaşamından memnuniyetinin çocuğuna olan yansımalarının da olumlu olacağı öngörülmektedir. Tek ebeveynli ailelerle ilgili yürütülen çalışmalar incelendiğinde genellikle bu çalışmaların tek ebeveynli ailenin oluşumunu önleyici nitelikte oldukları söylenebilir. Bu çalışmalar önemli bulunmakla birlikte toplumun önemli bir kesimini oluşturan bu ailelere yönelik çalışmaların artık önleyici olmaktan ziyade koruyucu ve iyileştirici boyutta yürütülmesi gerekmektedir. Tek ebeveynli ailelerdeki ebeveynlerin genellikle anneler olduğu düşünüldüğünde söz konusu bu çalışmaların tek ebeveyn anneleri öncelikle hedef alması anlamlı olacaktır. Bu amaçlarla araştırmadan elde edilen bulgular Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığının yıllar içerisinde yürütmüş olduğu tek ebeveyn annelerle ilgili çalışmalarına yön çizerek destek sağlayabilir. 2018 yılında ilgili Bakanlığın tek ebeveynli ailelere yönelik sunmuş olduğu Aile Eğitimi Programı revize edilerek bu ailelerin çoğunluğunu oluşturan annelere yönelik oluşturulacak özel bölümlerde yaşam doyumlarını arttırmak amacıyla psikolojik sağlık, umut ve affetme eğitimleri eklenebilir. Benzer şekilde tek ebeveyn annelere yönelik yürütülecek bireysel ya da grup temelli psikolojik destek programlarına bu çalışma ile destek olunabilir. Bu çalışmalar ilgili kurumlar ve psikolojik destek veren profesyoneller tarafından da yürütülebilir. Tek ebeveyn annelerin yaşam doyumlarını artırarak psikolojik gelişme sağlayabilmeleri için psikolojik sağlık, umut ve affetme becerilerini geliştirici gerek bireysel gerek grupla psikolojik danışma oturumları planlanabilir. Öyle ki, bekâren evlat edinen, eşinden boşanan ya da eşini kaybeden, çocuğu ile terk edilen annelerin bu zorlu süreçte iyi oluşlarını sağlamak için çeşitli çalışmalar yürütülebilir ve bu çalışmalar psikolojik sağlık, umut ve affetme düzeylerini geliştirici nitelikte olabilir. Sonuç olarak dünya toplumunun değişen yüzünü yansıtan tek ebeveynli ailelerdeki annelerle ilgili çalışmaların alanyazında oldukça sınırlı olduğu görülmektedir. Toplumun en dezavantajlı grupları arasında sayılan bu ailelerle ilgili yürütülecek yeni çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Mevcut araştırma değişkenlerin ilişkilerine yönelik sunduklarının yanı sıra toplumdaki tek ebeveyn annelere dikkat çekerek araştırmacıları yeni çalışmalar için harekete geçirmeyi öngörmektedir.

---

**Etik Kurul İzin Bilgisi:** Bu araştırma, Trabzon Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulunun 01/02/2021 tarihli toplantı ve E-81614018-000-83 sayılı kararı ile alınan izinle yürütülmüştür.

## Kaynakça / References

- Abbasi, P., Mahmoodi, F., Ziapour, A., Dehghan, F., & Parvane, E. (2017). The effectiveness of group hope therapy training on psychological well-being and resilience in divorced women. *Middle East Journal of Family Medicine*, 7(10), 116-121. doi: 10.5742/MEWFM.2017.93149
- Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü [ASAGEM]. (2011). *Tek ebeveynli aileler araştırması*. Ankara: T.C. Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü Yayınları, Yayın No: 148.
- Arıcioğlu, A. (2016). Mediating the effect of gratitude in the relationship between forgiveness and life satisfaction among university students. *International Journal of Higher Education*, 5(2), 275-282. doi: 10.5430/ijhe.v5n2p275
- Arslan, G. (2016). Psychological maltreatment, emotional and behavioral problems in adolescents: The mediating role of resilience and self-esteem. *Child Abuse & Neglect*, 52, 200-209. doi: 10.1016/j.chiabu.2015.09.010
- Arslan, G. (2019). Mediating role of the self-esteem and resilience in the association between social exclusion and life satisfaction among adolescents. *Personality and Individual Differences*, 151, 109514. doi: 10.1016/j.paid.2019.109514
- Asıcı, E. (2019). Çocuk ve ergenlere yönelik affetme müdahaleleri: Sistematiğ gözden geçirme. *Psikoloji Çalışmaları*, 39(2), 429-457. doi: 10.26650/SP2018-0041
- Bajaj, B., & Pande, N. (2016). Mediating role of resilience in the impact of mindfulness on life satisfaction and affect as indices of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 93, 63-67. doi: 10.1016/j.paid.2015.09.005
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Bialowolski, P., & Weziak-Bialowolska, D. (2020). Longitudinal evidence for reciprocal effects between life satisfaction and job satisfaction. *Journal of Happiness Studies, Online*, 1-26. doi: 10.1007/s10902-020-00273-1
- Bugay, A., & Demir, A. (2010). A Turkish version of Heartland Forgiveness Scale. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 1927-1931. doi: 10.1016/j.sbspro.2010.07.390
- Bugay, A. ve Demir, A. (2012). Affetme artırılabilir mi?: Affetmeyi geliştirme grubu. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(37), 96-106.
- Bugay, A., Demir, A., & Delevi, R. (2012). Assessment of reliability and validity of the Turkish version of Heartland Forgiveness Scale. *Psychological Reports*, 111(2), 575-584. doi: 10.2466%2F08.21.PR0.111.5.575-584
- Büyüköztürk, ř., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, ř. ve Demirel, F. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Daryanani, I., Hamilton, J. L., Abramson, L. Y., & Alloy, L. B. (2016). Single mother parenting and adolescent psychopathology. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 44(7), 1411-1423. doi: 10.1007/s10802-016-0128-x
- Demir, S. ve Çelebi, ř. (2017). Tek ebeveynli ailelerin sorunları: Nitel bir araştırma. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(13), 111-128. doi: 10.17828/yalovasosbil.333891
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. doi: 10.1207/s15327752jpa4901\_13
- Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağamlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Dwiwardani, C., Hill, P. C., Bollinger, R. A., Marks, L. E., Steele, J. R., Doolin, H. N., et al. (2014). Virtues develop from a secure base: Attachment and resilience as predictors of humility, gratitude, and forgiveness. *Journal of Psychology and Theology*, 42(1), 83-90. doi: 10.1177%2F009164711404200109
- Eldeleklioğlu, J. (2015). Predictive effects of subjective happiness, forgiveness, and rumination on life satisfaction. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 43(9), 1563-1574. doi: 10.2224/sbp.2015.43.9.1563

- Enright, R. D. (1996). Counseling within the forgiveness triad: On forgiving, receiving forgiveness, and self-forgiveness. *Counseling and Values, 40*(2), 107-126. doi: 10.1002/j.2161-007X.1996.tb00844.x
- Eraslan Capan, B. (2018). Secure attachment and forgiveness: The mediating role of psychological resilience. *Hacettepe University Journal of Education, 33*(2), 280-292. doi: 10.16986/HUJE.2017030459
- Erdamar, G., & Demirel, H. (2016). Job and life satisfaction of teachers and the conflicts they experience at work and at home. *Journal of Education and Training Studies, 4*(6), 164-175. doi: 10.11114/jets.v4i6.1502
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS* (3th ed.). London: Sage Publications.
- Fredrickson, B. L., Tugade, M. M., Waugh, C. E., & Larkin, G. R. (2003). What good are positive emotions in crisis? A prospective study of resilience and emotions following the terrorist attacks on the United States on September 11th, 2001. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(2), 365-376.
- Global Issues. (2016). *320 million children in single-parent families*. Retrieved from <http://www.globalissues.org/news/2016/10/15/22568>
- Gökmen, G. ve Deniz, M. E. (2020). Travma sonrası büyümenin yordayıcıları olarak öz anlayış ve affetme. *Uluslararası Türk Kültür Coğrafyasında Sosyal Bilimler Dergisi, 5*(2), 72-93.
- Hagmaier, T., Abele, A. E., & Goebel, K. (2018). How do career satisfaction and life satisfaction associate? *Journal of Managerial Psychology, 33*(2), 142-160. doi: 10.1108/JMP-09-2017-0326
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2019). *Multivariate Data Analysis* (3rd ed.). United Kingdom: Cengage.
- Hawro, T., Maurer, M., Hawro, M., Kaszuba, A., Cierpiałkowska, L., Królikowska, et al. (2014). In psoriasis, levels of hope and quality of life are linked. *Archives of Dermatological Research, 306*(7), 661-666.
- Heller, D., Watson, D., & Ilies, R. (2006). The dynamic process of life satisfaction. *Journal of Personality, 74*(5), 1421-1450. doi: 10.1111/j.1467-6494.2006.00415.x
- Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B., & Yuen, T. (2011). What is resilience? *The Canadian Journal of Psychiatry, 56*(5), 258-265. doi: 10.1177/2F070674371105600504
- Hunter, A. J., & Chandler, G. E. (1999). Adolescent resilience. *Image Journal of Nursing Scholarship, 31*(3), 243-247.
- Kaba, İ., Erol, M. ve Güç, K. (2018). Yetişkin yaşam doyumunu ölçeğinin geliştirilmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 18*(1), 1-14. doi: 10.18037/ausbd.550232
- Kaleta, K., & Mróz, J. (2018). Forgiveness and life satisfaction across different age groups in adults. *Personality and Individual Differences, 120*, 17-23. doi: 10.1016/j.paid.2017.08.008
- Kaleta, K., & Mróz, J. (2020). The relationship between basic hope and depression: Forgiveness as a mediator. *Psychiatric Quarterly, 91*(3), 877-886. doi: 10.1007/s11126-020-09759-w
- Karaman, M. A., Vela, J. C., & Garcia, C. (2020). Do hope and meaning of life mediate resilience and life satisfaction among Latinx students? *British Journal of Guidance & Counselling, 48*(5), 685-696. doi: 10.1080/03069885.2020.1760206
- Klohnen, E. C. (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of ego-resiliency. *Journal of Personality and Social Psychology, 70*(5), 1067-1079. doi: 10.1037/0022-3514.70.5.1067
- Kobau, R., Seligman, M. E. P., Peterson, C., Diener, E. D., Zack, M. M., Chapman, D., et al. (2011). Mental health promotion in public health: Perspectives and strategies from positive psychology. *American Journal of Public Health, 101*(8). doi: 10.2105/AJPH.2010.300083
- Kong, F., Wang, X., Hu, S., & Liu, J. (2015). Neural correlates of psychological resilience and their relation to life satisfaction in a sample of healthy young adults. *Neuroimage, 123*, 165-172. doi: 10.1016/j.neuroimage.2015.08.020
- Kravchuk, S. (2021). The relationship between psychological resilience and tendency to forgiveness. *Academic Journal of Interdisciplinary Studies, 10*(1), 11-11. doi: 10.36941/ajis-2021-0002
- Li, M. Y., Yang, Y. L., Liu, L., & Wang, L. (2016). Effects of social support, hope, and resilience on quality of life among Chinese bladder cancer patients: A cross-sectional study. *Health and Quality of Life Outcomes, 14*(1), 73. doi: 10.1186/s12955-016-0481-z

- Linley, P. A., Joseph, S., Harrington, S., & Wood, A. M. (2006). Positive psychology: Past, present, and (possible) future. *The Journal of Positive Psychology, 1*(1), 3-16. doi: <https://doi.org/10.1080/17439760500372796>
- Liu, Y., Wang, Z. H., & Li, Z. G. (2012). Affective mediators of the influence of neuroticism and resilience on life satisfaction. *Personality and individual differences, 52*(7), 833-838. doi: 10.1016/j.paid.2012.01.017
- Mahdian, Z., & Ghaffari, M. (2016). The mediating role of psychological resilience, and social support on the relationship between spiritual well-being and hope in cancer patients. *Journal of Fundamentals of Mental Health, 18*(3), 130-138. doi: 10.22038/jfmh.2016.6873
- Maldonado, L. C., & Nieuwenhuis, R. (2015). Family policies and single parent poverty in 18 OECD countries, 1978–2008. *Community, Work & Family, 18*(4), 395-415. doi: 10.1080/13668803.2015.1080661
- Martin, J. J., Byrd, B., Watts, M. L., & Dent, M. (2015). Gritty, hardy, and resilient: predictors of sport engagement and life satisfaction in wheelchair basketball players. *Journal of Clinical Sport Psychology, 9*(4), 345-359. doi: 10.1123/jcsp.2015-0015
- Martínez-Martí, M. L., & Ruch, W. (2017). Character strengths predict resilience over and above positive affect, self-efficacy, optimism, social support, self-esteem, and life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology, 12*(2), 110-119. doi: 10.1080/17439760.2016.1163403
- Muyan-Yılık, M., & Demir, A. (2019). A pathway towards subjective well-being for Turkish University students: The roles of dispositional hope, cognitive flexibility, and coping strategies. *Journal of Happiness Studies, 21*, 1945-1963. doi: 10.1007/s10902-019-00162-2
- Nederlands Jeugd Instituut. (2014, Nisan). *Eenoudergezinnen, Sh. 1*. Utrecht: Nederlands Jeugd Instituut. Retrieved from <https://www.nji.nl/Zoek?q=Eenoudergezinnen>
- Oliver, A., Tomás, J. M., & Montoro-Rodriguez, J. (2017). Dispositional hope and life satisfaction among older adults attending lifelong learning programs. *Archives of Gerontology and Geriatrics, 72*, 80-85. doi: 10.1016/j.archger.2017.05.008
- Özçetin, Y. S. Ü. ve Hiçdurmaz, D. (2017). Kanser deneyiminde travma sonrası büyüme ve psikolojik sağamlık. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 9*(4), 388-397.
- Parsons, S., Kruijt, A. W., & Fox, E. (2016). A cognitive model of psychological resilience. *Journal of Experimental Psychopathology, 7*(3), 296-310. doi: 10.5127%2Fjep.053415
- Perrone-McGovern, K. M., Boo, J. N., & Vannatter, A. (2012). Marital and life satisfaction among gifted adults. *Roeper Review, 34*(1), 46-52. doi: 10.1080/02783193.2012.627552
- Pollmann-Schult, M. (2018). Single motherhood and life satisfaction in comparative perspective: Do institutional and cultural contexts explain the life satisfaction penalty for single mothers? *Journal of Family Issues, 39*(7), 2061-2084. doi: 10.1177%2F0192513X17741178
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods, 40*(3), 879-891. doi: 10.3758/BRM.40.3.879
- Reyes, M. F., Satorres, E., & Meléndez, J. C. (2020). Resilience and socioeconomic status as predictors of life satisfaction and psychological well-being in Colombian older adults. *Journal of Applied Gerontology, 39*(3), 269-276. doi: 10.1177%2F0733464819867554
- Satıcı, S. A. (2016). Psychological vulnerability, resilience, and subjective well-being: The mediating role of hope. *Personality and Individual Differences, 102*, 68-73. doi: 10.1016/j.paid.2016.06.057
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist, 55*, 5-14. doi: 10.1007/978-94-017-9088-8\_1
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Jennifer Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine, 15*, 194-200.
- Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry, 13*, 249-275. doi: 10.1207/S15327965PLI1304\_01
- Soylu, Y. (2018). Boşanmış kadınlarda psikolojik sağamlığı açıklamaya yönelik bir model geliştirme. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 8*(49), 81-100.

- Stavrova, O., & Fetchenhauer, D. (2015). Single parents, unhappy parents? Parenthood, partnership, and the cultural normative context. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 46(1), 134-149. doi: 10.1177%2F0022022114551160
- Tarhan, S. ve Bacanlı, H. (2015). Sürekli Umut Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 1-14.
- Tawnley, K. F., Edmondson, M. E., & Meszaros, P. S. (1991). Self sufficiency for single parent families. An integrated approach. *Journal of Home Economics*, 83(2), 16-19.
- Taylor, Z. E., & Conger, R. D. (2017). Promoting strengths and resilience in single-mother families. *Child Development*, 88(2), 350-358. doi: 10.1111/cdev.12741
- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., et al. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of Personality*, 73(2), 313-360. doi: 10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x
- Tian, H. M., & Wang, P. (2021). The role of perceived social support and depressive symptoms in the relationship between forgiveness and life satisfaction among older people. *Aging & Mental Health*, 25(6), 1042-1048. doi: 10.1080/13607863.2020.1746738
- Toktaş, S. (2019). Examining the Levels of Forgiveness and Psychological Resilience of Teacher Candidates. *Journal of Education and Training Studies*, 7(4), 241-249. doi: 10.11114/jets.v7i4.4122
- Trzebiński, J., & Zięba, M. (2004). Basic hope as a world-view: An outline of a concept. *Polish Psychological Bulletin*, 35, 173-82.
- Tuck, I., & Anderson, L. (2014). Forgiveness, flourishing, and resilience: The influences of expressions of spirituality on mental health recovery. *Issues in Mental Health Nursing*, 35(4), 277-282. doi: 10.3109/01612840.2014.885623
- Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK]. (2020, Nisan). *Evlenme ve Boşanma İstatistikleri, 2019*. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Bosanma-Istatistikleri-2019-33708> adresinden elde edildi.
- Urquiyo, I., Extremera, N., & Villa, A. (2016). Emotional intelligence, life satisfaction, and psychological well-being in graduates: The mediating effect of perceived stress. *Applied Research in Quality of Life*, 11(4), 1241-1252. doi: 10.1007/s11482-015-9432-9
- Van Lancker, W., Ghysels, J., & Cantillon, B. (2015). The impact of child benefits on single mother poverty: Exploring the role of targeting in 15 European countries. *International Journal of Social Welfare*, 24(3), 210-222. doi: 10.1111/ijsw.12140
- Veenhoven, R. (1996). The study of life satisfaction. In W. E. Saris, R. Veenhoven, A. C. Scherpenzeel, & B. Bunting (Eds.), *A comparative study of satisfaction with life in Europe* (pp. 11-48). Hungary: Eötvös University Press.
- Vural Batık, M. (2020). Psikolog ve psikolojik danışmanlarda affetme. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(2), 679-696. doi: 10.26468/trakyasobed.647345
- Werner, S. (2012). Subjective well-being, hope, and needs of individuals with serious mental illness. *Psychiatry Research*, 196(2-3), 214-219. doi: 10.1016/j.psychres.2011.10.012
- Winders, S. J. (2014). From extraordinary invulnerability to ordinary magic: A literature review of resilience. *Journal of European Psychology Students*, 5(1), 3-9. doi: 10.5334/jeps.bk
- World Family Map. (2017, Nisan). *Mapping family change and child well-being outcomes*. Social Trends Institute. Retrieved from <https://www.socialtrendsintstitute.org/publications/family/the-world-family-map-2017-mapping-family-change-and-child-well-being-outcomes>
- Worthington, E. L., & Scherer, M. (2004). Forgiveness is an emotion-focused coping strategy that can reduce health risks and promote health resilience: Theory, review, and hypotheses. *Psychology & Health*, 19(3), 385-405. doi: 10.1080/0887044042000196674
- Worthington, E. L., Griffin, B. J., Toussaint, L. L., Nonterah, C. W., Utsey, S. O., & Garthe, R. C. (2016). Forgiveness as a catalyst for psychological, physical, and spiritual resilience in disasters and crises. *Journal of Psychology and Theology*, 44(2), 152-165. doi: 10.1177%2F009164711604400206
- Yangın, N. ve Camadan, F. (2020). Mükemmeliyetçilik ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide affetmenin aracı rolü. *Yaşadıkça Eğitim*, 34(2), 241-263. doi: 10.33308/26674874.2020342135



- Yıldırım, M. (2019). Mediating role of resilience in the relationships between fear of happiness and affect balance, satisfaction with life, and flourishing. *Europe's Journal of Psychology*, 15(2), 183-198. doi: 10.5964/ejop.v15i2.1640
- Yıldırım, M., & Arslan, G. (2020). Exploring the associations between resilience, dispositional hope, preventive behaviours, subjective well-being, and psychological health among adults during early stage of COVID-19. *Current Psychology*, 1-11. doi: 10.1007/s12144-020-01177-2
- Zheng, W., Huang, Y., & Fu, Y. (2020). Mediating effects of psychological resilience on life satisfaction among older adults: A cross-sectional study in China. *Health & Social Care in the Community*, 28(4), 1323-1332. doi: 10.1111/hsc.12965