

Araştırma Makalesi

Engelli Çocuğu Olan Annelerde Öz-Şefkat, Sosyal Destek ve Psikolojik Dayanıklılığın Öznel İyi Oluşla İlişkisiFatma Gülben TEKİNARSLAN¹ , Emine Sevinç SEVİ TOK^{*2} ¹ Polyak Eynez Madencilik, Sağlık Birimi, İzmir, Türkiye² İzmir Katip Çelebi Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, İzmir, Türkiye**Makale Bilgisi****Anahtar kelimeler:**engelli annesi,
öz-şefkat,
sosyal destek,
psikolojik dayanıklılık,
öznel iyi oluş**Öz**

Bu araştırmada engelli çocuğa sahip annelerde öz-şefkat, sosyal destek, psikolojik dayanıklılık ve öznel iyi oluş değişkenleri arasındaki olası ilişkiler irdelenmiş, tüm diğer değişkenlerin öznel iyi oluş seviyesini ne derece yordadığı sorgulanmıştır. Ardından yol analizi aracılığıyla bir model denemesi yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini zihinsel engelli çocuğa sahip ve araştırmaya gönüllü katılmayı kabul eden 70 anneden oluşmuştur. Veri toplama araçları olarak Demografik Bilgi Formu, Öz-Şefkat Ölçeği- Kısa Form, Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Öznel İyi Oluş Ölçeği kullanılmış, veriler yüz yüze görüşmeler vasıtasıyla toplanmıştır. Yapılan analizler sonucunda tüm değişkenler arasında yüksek seviyede anlamlı korelasyon katsayılarına ulaşılmıştır. Engelli çocuğa sahip annelerin öz-şefkat, psikolojik dayanıklılık ve sosyal destek toplam puanlarının birlikte oluşturduğu regresyon modelinin, öznel iyi oluş toplam puanının varyansının %79'unu açıkladığı saptanmıştır. Son olarak yüksek uyum indeksleri gösteren yol analizi modelinde, öz-şefkat ve sosyal destek düzeyinin psikolojik dayanıklılık toplam puanı üzerinden öznel iyi oluşu yordadığı gözlenmiştir.

Abstract**Keywords:**mothers with
disabled children,
self-compassion,
social support,
psychological
resilience,
subjective well-being

In this study, the possible relationships between the variables of self-compassion, social support, psychological resilience and subjective well-being of mothers with disabled children were examined, and it was investigated to what extent all other variables predict subjective well-being. Then, a model trial was conducted through path analysis. The sample of the study consisted of 70 mothers who had a mentally disabled child and agreed to participate voluntarily in the study. The Demographic Information Form, The Short Form of the Self-Compassion Scale, The Resilience Scale for Adults, The Multidimensional Scale of Perceived Social Support, and The Subjective Well-Being Scale were used as data collection tools, and all scales were administered to the participants face to face. As a result of the analyzes, significant correlation coefficients were obtained between all variables. The proposed regression model, including the total scores of self-compassion, psychological resilience, and social support of mothers with disabled children, explained 79% of the variance of the total subjective well-being scores. Finally, in the path analysis model showing high adjustment indices, it was observed that the level of self-compassion and social support predicted subjective well-being over the total psychological resilience scores.

*Sorumlu Yazar, İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Balatçık Kampüsü, Merkez Ofis 2 Binası, Sosyal ve Beşeri Bilimler Fakültesi, Çiğli/İzmir.

e-posta: eminesevinc.tok@ikcu.edu.tr

DOI: 10.31682/ayna.1145256

Gönderim Tarihi (Received): 18.07.2022; Kabul Tarihi (Accepted): 26.12.2022

ISSN: 2148-4376

Giriş

Dünya Sağlık Örgütü engelliliği, “Bir eksiklik veya sakatlık sonucunda kişiden ya da bir bütün olarak vücuttan beklenen davranışlar, yetenekler ve görevler olarak ifade edilen normal aktivitelerin yerine getirilmesindeki eksiklik veya sınırlılık.” olarak tanımlamaktadır (World Health Organization [WHO], 1980). Engellilik kavramı, kişinin sağlık koşulları ile sahip olduğu çevresel ve kişisel faktörler arasındaki ilişkiyi etkileyen olumsuz yönleri ele alan şemsiye bir kavram olarak kabul edilmektedir (WHO, 2011). Türkiye’de ise 5378 sayılı (2005) Engelliler Kanununun 3. maddesinde engelli tanımı “Fiziksel, zihinsel, ruhsal ve duyuşsal yetilerinde çeşitli düzeyde kayıplarından dolayı topluma diğer bireyler ile birlikte eşit koşullarda tam ve etkin katılımını kısıtlayan tutum ve çevre koşullarından etkilenen birey” olarak geçmektedir (Engelliler Hakkında Kanun, 2005). Genel olarak engellilik türleri zihinsel engel, işitme engelli, görme engelli, dil ve konuşma engelli ile ortopedik engel olarak sınıflandırılmakla beraber engellilik araştırmalarında kronik (süreğen) hastalıkların da engel türleri arasında alt başlık olarak incelendiği belirtilmektedir (Yavuz, 2016).

Dünyada bir milyardan fazla insanın (2010 dünya nüfus tahminlerine göre yaklaşık %15’i) bir tür engellilik ile yaşadığı tahmin edilmektedir (WHO, 2011). Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü’nün 2002 yılında “Türkiye Engelliler Araştırması” adıyla yürüttükleri çalışmada engelli olan nüfusun toplam nüfus içindeki oranı %12.29 olarak duyurulmuştur (T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, 2002). Bu oranın %7.09’unu erkekler, %5.20’sini ise kadınlar oluşturmakla birlikte bu verilere göre Türkiye’de yaklaşık 8.5 milyon kişi yaşamını engelli olarak sürdürmektedir. Türkiye İstatistik Kurumu 2011 Nüfus ve Konut Araştırması verilerine göre ise Türkiye’de en az bir vücut fonksiyonunda bozukluk olanların sayısının genel nüfusa oranı yaklaşık %6.6’dır (Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK], 2011). Aile, Çalışma ve Sosyal Politikalar Bakanlığı tarafından 2020’de yayınlanan veriler de benzerlik göstermiş, Türkiye’de engelli bireylerin toplam nüfusa oranının %6.9 olduğu bildirilmiştir (Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, 2020).

Aileye yeni bir çocuğun katılması ebeveynler için büyük bir sevinç ve heyecan kaynağı olup aynı zamanda ailede getireceği yenilikler sebebiyle stres yaratan bir durumken doğacak çocuğun engelli olması var olan stresi belirgin seviyede arttırmaktadır (Durualp ve diğerleri, 2015; Kahrıman ve Bayat, 2008). Aileler doğacak çocuğun sağlıklı olmasını beklerken engelli bir çocuğa sahip olmayla beraber ebeveynlerin gelecek için olan planlarını ve tüm beklentilerini yeniden yapılandırması gerekmekte, yeni roller ve sorumluluklar üstlenilmektedir. Tüm bu öngörülemeyen değişimler ebeveynler için uzun süre devam edebilecek üzüntü, kaygı ve stres kaynağına dönüşebilmektedir (Yıldırım Sarı, 2007).

Ebeveynler, kabullenmesi ve alışması çok güç olan bu durumla baş etmeye çalışmakta, sağlıktan eğitime pek çok alana ilişkin yeni yükümlülükleri göğüslemekte, oluşan olumsuz duygu ve bilişleriyle mücadele etmekte, aynı zamanda da evlilikleri ve sosyal hayatlarına ilişkin yerine getirmeleri gereken rolleri gerçekleştirilmede sorun yaşayabilmektedirler (Akçakın ve Erden, 2001). Suçluluk hissi, hüznün, kızgınlık, nefret ve utanç gibi karışık, yeri geldiğinde iç içe geçen hisler ebeveynler tarafından sıklıkla rapor edilmektedir. Ek olarak engelli bir çocuğa sahip olmak yalnızca duygusal ya da bilişsel açıdan ebeveynleri etkilememekte, ailenin yapısal ve işlevsel açıdan büyük değişiklikler yaşamasına sebep olmaktadır (Duyan, 2003). Engelli çocuğun içinde bulunduğu koşullara dair yeterli bilgi sahibi olmamaları, durumu çevrelerindeki kişilere ve kendi ailelerine anlatmada güçlük yaşamaları, çevrenin beklentileri ve ötekileştirmeleri ile mücadele etmeleri, çocuklarına uygun bir okul bulma çabaları, daha fazla enerjiye, paraya ve zamana gereksinim duymaları ailedeki stres ve gerginliğin başlıca kaynaklarıdır (Aktürk, 2012; Aral ve Gürsoy, 2007; İçöz, 2001; Kavak, 2007; Küçüker, 1993). Ailenin stresini arttıran faktörlerden biri de bakım yüküdür. Engelli olan çocukların bir bölümü tuvalete gitme, kıyafetlerini giyme, yemeğini yeme, yürüme gibi öz bakım becerilerini tek başlarına yürütememekte, bunun yanı sıra engelleriyle doğrudan ya da dolaylı ilişkili pek çok sağlık sorunu yaşamaktadırlar. Bu bakım verme yükü de aile üyelerini gerek fiziksel gerek psikolojik gerekse de sosyal olarak olumsuz etkilemekte, ailenin genel işlevsellik düzeyi bozulmaktadır (Duyan, 2007).

Çocukların sağlıklı bir gelişim süreci geçirmeleri için her safhada çoğunlukla temel bakım verenleri olan annelerine ihtiyaçları vardır. Engelli çocuğa sahip olan ailelerde anne ve babanın farklı roller üstlenmesi, çoğunlukla geleneksel toplumsal cinsiyet rollerinden kaynaklı olmaktadır. Genellikle Türk ailelerde anne engelli çocuğun bakımından sorumluyken baba ihtiyaçlara ilişkin maddi süreçleri yönetmektedir. Bu nedenle engelli çocuğa sahip olmanın getirdiği etkiler anneler üzerinde daha fazla gözlenmektedir (Artan ve diğerleri, 2001). Anneler gebelikten itibaren hem biyolojik hem duygusal hem bilişsel hem de toplumsal açılardan annelik rollerine hazırlanmakta, bu yeni role adapte olmaya çalışmaktadır. Bu süreçte her anne çocuğunun sağlıklı bir şekilde dünyaya gelmesi ve hayatına her açıdan sağlıklı şekilde kimseye muhtaç olmadan geçirmesini ummaktadır. Dolayısıyla çocukta bir engellilik durumu söz konusu olduğunda kadın anneliğin getirdiği sorumlulukların ve duygu yoğunluğunun yanı sıra pek çok alanda ek sorumluluk ve rollerin hayat boyu onu beklediğini düşünmektedir. Özel hayatı, iş hayatı, arkadaş çevresi, çocuğa ilişkin beklentileri, maddi konular gibi pek çok farklı yaşam alanında değişimlerin olması olasıdır. Kadınlar engelli çocukları olduğu için iş bulmakta zorluk çekebilme, çocuklarına bakım verebilecek bakıcı bulamamaları sebebiyle yarı zamanlı çalışmak zorunda kalabilmekte ve yine aynı nedenlerden sosyal güvencesi olmayan,

düşük ücretlerin verildiği iş yerlerini tercih etmek ya da beceri düzeyleriyle orantılı olmayan düşük statülü pozisyonları kabul etmek zorunda kalabilmektedirler (Duru ve Duyan, 2017; Folbre ve Bittman, 2004; Porterfield, 2002; Shearn ve Todd, 2000; Sucuoğlu, 2009). Bütün bu problemler yüzünden engelli çocuğa sahip annelerin ekonomik olarak sıkıntı yaşamaları sıklıkla karşılaşılan bir tablodur.

Çocukların annenin başarısı veya başarısızlığı olarak görüldüğü bazı aile yapılarında, sağlıksız bir çocuğun başarısız çocuk olarak değerlendirilmesinden dolayı anne, çevresinden suçlamalarla karşı karşıya kalabilmekte ve bazen de küçük görülmektedir (Batık, 2012). Bu sebeple engelli çocuğu olan anneler kendilerini yetersiz olarak görebilmekte ve depresif davranışlar sergileyebilmektedir (Softa Kaçan, 2013). Sorumlulukların büyük bir çoğunluğunu üzerlerine aldıkları için de stres seviyesi artmakta, yoğun olumsuz duygular ve yorgunluk belirtileri deneyimlemekte, bazen de bu psikolojik yük ruhsal problemleri beraberinde getirmektedir (Işıkhan, 2005). Ek olarak engelli çocuğa sahip olmanın annelerin özellikle sosyal işlevselliikleri üzerinde negatif bir etkisi olduğu, anne ve baba karşılaştırıldığında annenin günlük hayatının babaya göre daha fazla etkilendiği görülmüştür (Lefebvre ve diğerleri, 2003). Engelli çocuğu olan annelerin en sık bildirdiği sorunlar arasında az uyumak, bütün dikkatini çocuğuna verme zorunluluğu, daima çocuğun yanında bulunma, boş zaman geçirememek, arkadaş çevresiyle ilişkilerin azalması, istirahat imkanının olmaması, uzmanlarla sık sık görüşmek zorunda kalmak ve fiziksel açıdan güçsüz olmak sayılmaktadır (Buluş ve Ersoy, 2019; Yüksel, 2021). Ailedeki bu yeni durum evlilikleri de olumsuz etkileyebilmekte, kimi ailelerde ebeveynler psikolojik süreçte yer alan kabul etme aşamasına gelemeyip ayrılıklar yaşanabilmektedir (Üstün, 2018).

şimdiye kadar anlatılan ve engelli çocuğa sahip annelerin karşılaşabilecekleri olası zorluklar, sorumluluklar ve stres faktörleri düşünüldüğünde bu kişilerin öznel iyi oluğu seviyelerinin de tüm bu süreçlerden olumsuz etkilenebileceği düşünölmektedir. Öznel iyi oluğu, tüm yaşam deneyimlerini, duygusal yaşantıları, algılanan yaşam doyumunu ve mutluluğu içeren öznel bir kavramdır (Shulman ve Werner, 2013). İyi oluğu kavramına ilişkin yapılan araştırmalarda olumlu duygulanım, iyilik hali, psikolojik iyi oluğu, yaşam kalitesi, öznel iyi oluğu gibi çeşitli kavramlar yer almaktadır. Bu kavramların ifade ettikleri anlamlar birbirleriyle tamamen aynı olmamakla birlikte oldukça ilişkilidirler çünkü bu kavramlar kişinin mutluluğunu ve olumlu işlevselliğini sağlayan olaylarla ilgilidir (Güner ve Çetinkaya Bozkurt, 2018). Öznel iyi oluğu kavramı bireyin hayatını bütün yönleriyle değerlendirirken hayatından ne ölçüde memnun ve mutlu olduğunu yansıtmaktadır (Diener, 2000). Eroğlu ve diğerleri (2015), özel gereksinimi olan çocuğa sahip anneler ile normal gelişim gösteren çocuğa sahip anneleri kapsayan bir çalışma yapmışlardır. Bu çalışmada annelerin psikolojik sağlımlıkları,

iyilik halleri ve mutluluk düzeyleri incelenmiştir. Sonuçlarda özel gereksinimli çocuğa sahip olan annelerin mutluluk düzeyleri, iyilik halleri ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin, normal gelişim gösteren çocuğa sahip olan annelerin mutluluk düzeyleri, iyilik halleri ve psikolojik sağlamlık düzeylerinden anlamlı seviyede daha düşük olduğu belirtilmiştir (Eroğlu ve diğerleri, 2015).

Kişilerin hayatları boyunca karşılaştığı stresli durumların ve sarsıcı deneyimlerin ortaya çıkardığı etkileri atlatma süresi değişiklik göstermektedir. Bazı kişiler için karşı karşıya kalınan olumsuz ve stresli yaşam olaylarının etkisinden çıkmak oldukça güç, bazen de imkansız bir hal alabilmektedir. Bazıları içinse bu yaşam olaylarını atlatmak daha az güçlükte olabilmektedir. Kişilerin böyle durumlarda kendilerini toparlayabilme güçleri psikolojik dayanıklılık olarak nitelendirilmektedir (Doğan, 2015). Psikolojik dayanıklılığı yüksek olan bireyler yoğun stres veya hastalık durumlarında günlük rutinlerini devam ettirebilmekte, içinde bulunulan durumu kabullenip bunu gelişim için bir fırsat olarak görebilmektedirler (Bradley ve Klag, 2004). Scorgie ve diğerleri (1998), ilgili alanyazındaki toplam 25 araştırmayı incelemişlerdir. Buna göre aile içinde özel gereksinimi olan çocuğun ihtiyaçlarının karşılanması anne-babanın rollerini değiştirebilmekte, özellikle de annenin diğer tüm rollerini sınırlandırmakta, diğer çocukları, eşi ve ailesiyle olan iletişimi kısıtlanabilmektedir. Dolayısıyla ailenin ortak psikolojik dayanıklılık geliştirebilmesi sekteye uğrayabilmektedir. Psikolojik dayanıklılığı yüksek olan ailelerde psikolojik dayanıklılığı düşük olan ailelere göre daha gelişmiş baş etme stratejileri ve sosyal destek algısı bulunmaktadır (Demirel, 2021).

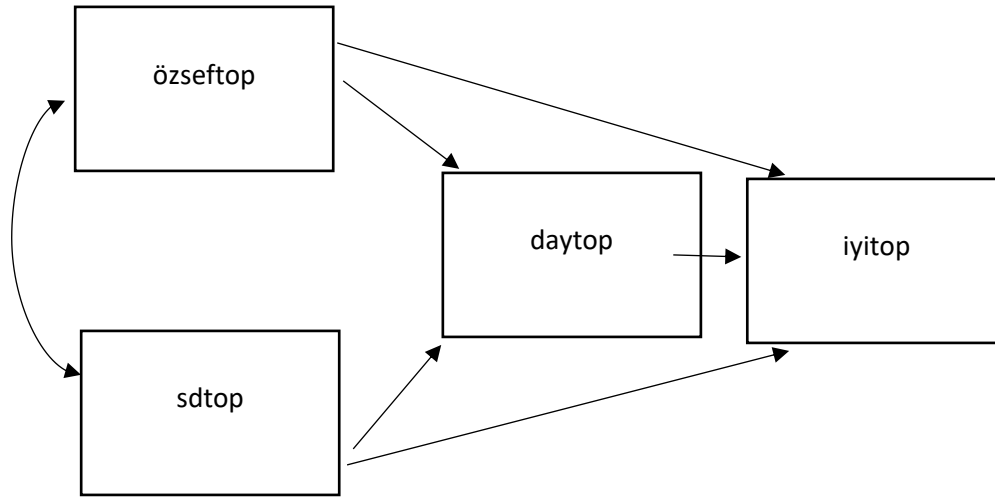
Zengin (2013) özel eğitime muhtaç olan çocuğa sahip anne-babalar ile yaptığı çalışmada psikolojik dayanıklılık düzeyi ve sosyal destek arasındaki ilişkiye dikkat çekmiştir. Sosyal desteğin kişinin yaşadığı problemler karşısında yalnız olmadığını hissederek psikolojik dayanıklılık düzeyini arttırdığı, aynı zamanda kişinin psikolojik dayanıklılık düzeyinin yüksek olmasının da sosyal destek mekanizmalarını aktifleştirmeye olanak sağladığı işaret edilmiştir. İnsan sosyal varlıktır; diğer insanlarla sosyal ilişki kurma ve kurulan bu ilişkiden doyum alma ihtiyacı duymaktadırlar. Üzüntü ya da sevinç herhangi bir duygu yoğunluğu yaşadığında bunu paylaşabileceği, sıkıntılı dönemlerden geçtiğinde ona destek olacak kişileri aramaktadır. Sosyal desteğin psikolojik ve fiziksel sağlığa birçok pozitif etkisi olduğu düşünülmektedir (Süel ve Ünlü, 2020). Bireyin akrabaları, arkadaşları, komşuları, dahil olunan kuruluş ve topluluklar sosyal destek mekanizmalarını oluşturmaktadır (Kerns ve Siklos, 2006). Bu ilişkilerin niteliğine bağlı olarak sosyal destek, bireyin problemlerini çözmesine ve kendisini kabul etmesine yardımcı olmaktadır (Özdevecioğlu, 2004). Coşkun ve Akkaş (2009), engelli çocuğu olan annelerle bir araştırma yürütmüş ve sonucunda annelerin algıladıkları sosyal destek düzeyleri arttıkça kaygı seviyelerinde azalma olduğunu bildirmişlerdir. Anneler sosyal

çevrelerinden, ailelerinden, kurum ya da kuruluşlar tarafından desteklendiklerinde, yalnız olmadıklarını düşünmekte ve yaşamdan aldıkları doyum artmaktadır. Heiman (2002), engelli çocuğa sahip anne-babalar ile ilgili yaptığı bir çalışmada ebeveynlerin tanıya verdikleri tepkilerini, beklentilerini ve gelecekteki endişelerini ele almıştır. Anne-babaların çoğunun, çocuklarına engelli teşhisi konmasına yönelik olarak fiziksel ve psikolojik olarak olumsuz tepkiler sergiledikleri bildirilmiştir. Ancak ebeveynler kendi anne ve babalarından (büyükanne ve büyükbabalardan) ve diğer aile üyelerinden destek alarak yaşam rutinlerini devam ettirmeye çalışmışlardır. Ebeveynlerin büyük bir çoğunluğunun destek grupları, psikolojik hizmetler, sosyal hizmet uzmanları, özel eğitim ve eğitim danışmanları tarafından sağlanan desteklerden faydalanmaları anne-babaların çocuklarının engellilik durumlarını kabul etme süreçlerine katkı sağlamıştır.

Öz-şefkat bireyin şefkatli davranış ve tutumlarını kendine yönlendirmesidir. Neff (2003a), öz-şefkati bireylerin yetersizlik, başarısızlık ve acı duyduğu güç durumlarda kendine karşı kibar ve sevecen olması, olumsuz duygularının bilincinde olarak bunları kabullenmesi ve deneyimlenebilecek her türden zorlayıcı durumların insan olmak ile alakalı olduğunu bilmesi olarak tanımlamaktadır. Öz-şefkat zor yaşantılarla ve acılarla başa çıkmanın sağlıklı yöntemlerinden biri olarak kabul edilmektedir (Neff, 2003a). Öz-şefkatin aktif başa çıkma, kabul etme ve yeniden düzenleme gibi baş etme stratejileri ile olumlu; zihinsel-davranışsal çözülme ya da reddetme gibi baş etme stratejileri ile olumsuz ilişkide olduğu belirtilmektedir (Llyod ve diğerleri, 2019). Alanyazında engelli çocuğa sahip olan ebeveynlerle yürütülen öz-şefkat temelli çalışma bulgularında, öz-şefkat düzeyi arttıkça ebeveynlerin iyimserlik seviyelerinin arttığı (Koyuncu, 2021), öz-şefkatin tükenmişlik ile negatif, öznel iyi oluş ile pozitif ilişki gösterdiği (Duran ve Barlas, 2014), öz-şefkat düzeyi yükseldikçe olumlu başa çıkma stratejilerinin de arttığı bildirilmiştir (Sumiati, 2018).

Sonuç olarak engellilik kavramı, yeti kaybı olan bireylerin olumsuz tutumlar ya da yetersiz sosyal destek gibi bireysel ve çevresel etmenlerle olan etkileşimine vurgu yapmaktadır (WHO, 2015). Dolayısıyla günümüzde engellilik tıbbi model üzerinden açıklanmaktan ziyade sosyal bir olgu olarak kabul edilmektedir (Gedik ve Toker, 2018). Engelliliğe ilişkin bu yaklaşım ilk olarak 1970'li yıllarda Sosyal Engellilik Modeli ile ortaya çıkmıştır (Barnartt ve Altman, 2001). Bu modele göre engelliliğin temel kaynağı bireylerin bedensel eksiklikleri değil, bu bireylere yönelik oluşturulan toplumsal baskılar ve toplumun dışında bırakmaya ilişkin önyargılı düşünce ve davranışlardır (Haegele ve Hodge, 2016). Başka bir deyişle engellilik, toplum tarafından sosyal hayata tam katılımın sistemik biçimde engellendiği, toplumsal olarak inşa edilmiş bariyerlerden kaynaklanmaktadır (Prilleltensky, 2012). Tam bu noktada engelli bireylerin aileleri de bu sosyal baskı ve dışlanma mesajlarına doğrudan maruz kalabilmektedir.

Sonuç olarak Sosyal Engellilik Modeli'nden yola çıkılarak planlanan bu çalışmanın amacı, engelli çocuğa sahip olan annelerde psikolojik dayanıklılık, sosyal destek ve öz-şefkatın öznel iyi oluşları üzerindeki yordayıcı rolünün ortaya çıkarılması ve bu değişkenler üzerinden bir model önerisinin sunulmasıdır. Hipotezlerde engelli çocuğa sahip annelerin öz-şefkat düzeyleri, psikolojik dayanıklılık seviyeleri ve sosyal destek puanları arttıkça öznel iyi oluşlarının da anlamlı şekilde yükseleceği öngörülmektedir. Ayrıca engelli çocuğa sahip annelerin öz-şefkat, psikolojik dayanıklılık ve sosyal destek seviyelerinin birlikte öznel iyi oluş puanlarını istatistiksel açıdan anlamlı seviyede yordayacağı beklenmektedir. Son olarak engelli çocuğa sahip annelerin sosyal destek seviyeleri ile öz-şefkat düzeylerinin hem doğrudan hem de psikolojik dayanıklılık üzerinden dolaylı olarak öznel iyi oluşa bağlandığı bir model sınanacaktır. Önerilen model Şekil 1'de gösterilmiştir.



Şekil 1. Model Önerisi

Yöntem

Katılımcılar

Araştırmanın örneklemini Manisa'nın Soma ilçesinde bulunan Özel Eğitim Uygulama Okulunda eğitim alan çocukların anneleri arasından gelişigüzel seçilen ve araştırmaya gönüllü katılmayı kabul eden 70 zihinsel engelli çocuk annesi oluşturmaktadır. Örneklemin yaş ortalaması 36'dır (25-56 yaş aralığı) ve toplam 63 katılımcı (%90) evlidir. Araştırmaya katılan annelerin eğitim durumları incelendiğinde 26 kişi (%37.1) ilkokul, 14 kişi (%20) ortaokul, 22 kişi (%31.4) lise ve 6 kişi (%8.6) üniversite mezunu olup 2 kişi ise (%2.9) okuryazar olarak

iřaretleme yapmıřtır. Annelerin %44.3'ünün dűřuk sosyoekonomik dűzeylerinin olduđu (haneye giren aylık gelir asgari ücret ve altı) görűlműřtür. Engelli çocukların cinsiyetleri incelendiđinde, 39 (%55.7) erkek ve 31 (%44.9) kız çocuk rapor edilmiřtir. Engelli çocukların zihinsel engel durumlarına bakıldıđında 31 çocuđun (%44.3) orta dűzey zihinsel engelli, 15 çocuđun (%21.4) otizm, 14 çocuđun (%20) ađır dűzey zihinsel engelli, 7 çocuđun (%10) hafif dűzey zihinsel engelli ve 3 çocuđun (%4.3) Down Sendromlu olduđu görűlműřtür.

Veri Toplama Araçları

Çalışmaya katılan annelerin ve çocuklarının demografik bilgileri ile engellilik durumlarına ilişkin çeşitli verilerin elde edilmesi için araştırmacılar tarafından Demografik Bilgi Formu hazırlanmıştır.

Öz-Şefkat Ölçeđi - Kısa Formu. Neff (2003b) tarafından geliştirilmiş bir öz bildirim ölçeği olup toplam 11 maddeden oluşan bu ölçek Türkçeye Yıldırım ve Sarı (2018) tarafından uyarlanmıştır. Ölçek tek faktörlű ve 5'li Likert tipi bir cevaplandırılmaya sahiptir. Ölçekten yüksek puan alınması kişinin öz-şefkat dűzeyinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Ölçeđin iç tutarlılık katsayısı .75 olarak hesaplanmıştır.

Yetiřkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeđi. Friborg ve diğerleri tarafından 2003 yılında geliştirilmiş, Basım ve Çetin (2011) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek ilk etapta yapısal stil, gelecek algısı, kendilik algısı, sosyal yeterlilik, sosyal kaynaklar, aile uyumu olmak üzere altı alt boyuttan oluşmaktaydı. 5'li likert tipinde toplam 33 maddeden oluşan ölçekten alınacak toplam puanın artması bireyin psikolojik dayanıklılık dűzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeđin iç tutarlılık katsayıları; 'Kendilik Algısı' için .80, 'Gelecek Algısı' için .75, 'Sosyal Yeterlilik' için .82, 'Aile Uyumu' için .86, 'Sosyal Kaynaklar' için .84 ve 'Yapısal Stil' için .76 olarak hesaplanmıştır (Basım ve Çetin, 2011).

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği. Zimet ve diğerleri tarafından 1988 yılında geliştirilmiştir. Eker ve Arkar tarafından 1995 yılında Türkçeye uyarlanmış olan ölçek, 2001'de Arkar ve diğerleri tarafından revize edilmiştir. 7'li likert tipinde cevaplanan toplam 12 sorudan oluşan ölçekte arkadaş, aile ve özel bir insan olmak üzere 3 alt ölçek bulunmaktadır. Ölçeğin uygulanmasının sonucunda elde edilen puanın yüksekliği, algılanan sosyal desteğin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı toplam puan için .89 olarak bulunmuştur (Arkar ve diğerleri, 2001).

Öznel İyi Oluř Ölçeđi. 2005 yılında Tuzgöl Dost tarafından geliştirilmiş ve 46 maddeden oluşan bir ölçüm aracıdır. Ölçeđin amacı, bireylerin yaşamları hakkındaki bilişsel değerlendirmeleri ile yaşadıkları olumlu ve olumsuz duyguların sıklığı ve yoğunluğunu belirleyerek öznel iyi oluř dűzeylerini saptamaktır. Öznel iyi oluř ölçeği, yaşam alanlarına

ilişkin kişisel yargılar ile olumlu ve olumsuz duygu ifadelerinden oluşmaktadır. Cevaplama sistemi her ifade için 5'li likert olarak oluşturulmuştur. Ölçekten alınabilecek yüksek puan öznel iyi oluş düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir (Tuzgöl Dost, 2005).

İşlem

Çalışmada veri toplama aşaması başlamadan önce İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sosyal Araştırmalar Etik Kurulu'ndan gerekli izin alınmıştır. Ek olarak Soma Özel Eğitim Uygulama Okulu Müdürlüğünden anket çalışması için yazılı onay belgesi alınmıştır. Anketler engelli çocuğa sahip 70 anneye uygulanmıştır. Katılımcılar uygulama başında bilgilendirilmiş ve katılımcıların bilgilendirilmiş onamları alınmıştır. Ölçekler bireysel ve yüz yüze yapılan görüşmelerde doldurtulmuştur. Çalışmadan elde edilen veriler SPSS 24 ve AMOS analiz programları kullanılarak incelenmiştir.

Bulgular

Araştırmanın amacına uygun olarak öncelikle değişkenler arası ilişkilerin incelenmesi için Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Sonuçları Tablo 1'de sunulmuştur. Yapılan Korelasyon analizi sonucunda araştırmadaki tüm değişkenlerin arasında yüksek seviyede anlamlı korelasyonlar hesaplanmıştır. Araştırmanın hipotezleri ve amacına yönelik korelasyon analizi sonuçları incelendiğinde engelli çocuğu olan annelerin öz-şefkat toplam puanları ($r = .716, p < .001$), psikolojik dayanıklılık toplam puanları ($r = .693, p < .001$) ve sosyal destek toplam puanları ($r = .639, p < .001$) arttıkça öznel iyi oluş seviyeleri de anlamlı derecede yükselmektedir.

Tablo 1.

Korelasyon Analizi Sonuçları

| | özseftop | daytop | sdtop | iyitop |
|----------|----------|--------|--------|--------|
| özseftop | 1 | | | |
| daytop | .718** | 1 | | |
| sdtop | .539** | .778** | 1 | |
| iyitop | .716** | .693** | .639** | 1 |

** $p < .001$, Kısaltmalar: özseftop = Öz-Şefkat Toplam Puan, daytop = Psikolojik Dayanıklılık Toplam Puanı, sdtop = Sosyal Destek Toplam Puanı, iyitop = Öznel İyi Oluş Toplam Puanı

Bağımsız değişkenlerin hepsinin öznel iyi oluş düzeyini ne derece yordadığının sorgulanması için Çoklu Regresyon Analizine başvurulmuştur. Sonuçlar Tablo 2’de sunulmuştur. Analizi sonucunda çıkan regresyon modelinin istatistiksel açıdan anlamlı olduğu bulunmuştur [$F(3,70) = 142.711, p < .001$]. Detaylı incelenecek olursa korelasyon değeri oldukça yüksek çıkmasına rağmen öz-şefkat ve psikolojik dayanıklılıkla birlikte analize sokulduğunda sosyal destek toplam puanının öznel iyi oluşu yordayıcılığının anlamsız döndüğü gözlenmiştir ($p > .05$). Bunun aksine öznel iyi oluş [$t(70) = 3.286, p < .01$] ile psikolojik dayanıklılık [$t(70) = 8.264, p < .001$] toplam puanlarının öznel iyi oluş toplam puan varyansının %79’unu açıklayabildiği saptanmıştır.

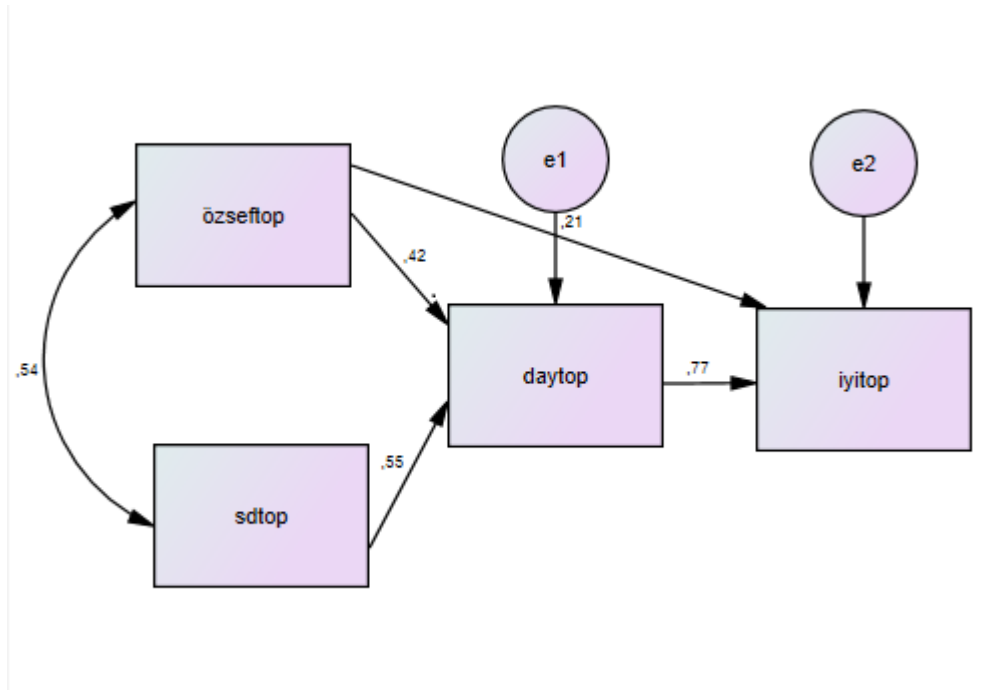
Tablo 2.

Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

| Yordanan Değişken | Yordayan Değişken | β | t | R | R ² | F |
|-------------------|-------------------|---------|---------|------|----------------|-----------|
| iyitop | | | | .868 | .792 | 142.711** |
| | özseftop | .211 | 3.286* | | | |
| | daytop | .712 | 8.264** | | | |
| | sdtop | .072 | 1.006 | | | |

* $p < .01$, ** $p < .001$, Kısaltmalar: özseftop = Öz-Şefkat Toplam Puan, daytop = Psikolojik Dayanıklılık Toplam Puanı, sdtop = Sosyal Destek Toplam Puan, iyitop = Öznel İyi Oluş Toplam Puanı

Son olarak değişkenlerle oluşturulan yol analizi modeli test edilmiştir. Öncelikle araştırma deseninde planlanan Şekil 1’deki model Amos ile analize sokulmuştur ancak istenilir seviyede yüksek uyum indekslerine ulaşamamıştır (CMIN/DF = 28.76; CFI = .89; GFI = .73; NFI = .63; AGFI = .73; RMSEA = 16.62). İkinci adımda analiz programın gösterdiği iyileştirme yapıp sosyal destek toplam puanından öznel iyi oluş toplam puanına giden ok silinmiştir. Oluşan bu yeni model Şekil 2’de sunulmuştur. Sonuç olarak yol analizi sonucunda oldukça yüksek uyum indeksleri olan bir modele ulaşılmıştır (CMIN/DF=1.051; CFI=.989; GFI=.992; NFI=.996; AGFI = .936; RMSEA=.027).



Şekil 2. Yol Analizi Sonucunda Ulaşılan Model

Model incelenecek olursa öz-şefkat toplam puanı ve sosyal destek toplam puanı psikolojik dayanıklılık toplam puanına bağlanmışlar ve anlamlı yordayıcılık göstermişlerdir (sırasıyla, $\beta = .42$; $\beta = .55$). Bu iki değişken aynı zamanda psikolojik dayanıklılık üzerinden öznel iyi oluş toplam puanına da bağlanmışlar ve psikolojik dayanıklılığın öznel iyi oluşu anlamlı seviyede yordadığı gözlenmiştir ($\beta = .77$). Öz-şefkat değişkeni yalnızca psikolojik dayanıklılık üzerinden değil, kendisi de doğrudan öznel iyi oluşa bağlanmış ve anlamlı bir regresyon katsayısına ulaşılmıştır ($\beta = .21$). Modele ilişkin diğer sayısal veriler Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3.

Yol Analizine İlişkin Veriler

| | Estimates | S.E. | C.R. | P |
|---------------------|-----------|------|--------|-----|
| daytop<--özseftop | 1.425 | .251 | 5.676 | *** |
| daytop <-- sdtop | .822 | .111 | 7.430 | *** |
| iyitop <-- özseftop | .977 | .297 | 3.292 | *** |
| iyitop <-- daytop | 1.068 | .088 | 12.164 | *** |

Tartışma

Bu araştırmada engelli çocuğa sahip olan annelerin öz-şefkat, algıladıkları sosyal destek ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin öznel iyi oluşlarıyla ilişkileri incelenmiştir. Analiz sonuçlarında engelli çocuğa sahip annelerin öz-şefkat, sosyal destek ve psikolojik dayanıklılık toplam puanları arttıkça öznel iyi oluş seviyelerinin de yükseldiği tespit edilmiştir. Ek olarak korelasyon katsayılarına bakıldığında güçlü düzeyde ilişkilerin bulunduğu, dolayısıyla hipotezlerin desteklenmesinin yanı sıra bahsi geçen değişkenler arasındaki birlikte artışın oldukça kuvvetli olduğu sonucuna varılmıştır. Regresyon analizi sonuçlarında da bu güçlü ilişki desteklenmiş; öz-şefkat, psikolojik dayanıklılık ve sosyal destek toplam puanlarının öznel iyi oluş puanının toplam varyansının %79'unu açıkladığı görülmüştür. Sosyal bilimler alanındaki bir çalışma için bu oranın oldukça tatmin edici bir seviyeyi temsil ettiği düşünülmektedir.

Yol analizi sonuçları yorumlanacak olursa öz-şefkat ve sosyal destek düzeyleri psikolojik dayanıklılığı etkileyen iki önemli faktör olarak göze çarpmaktadır. Kendisine ilişkin öz-şefkat seviyesi yüksek olan ve çevresinden aldığı sosyal destek düzeyi yeterli olan engelli annelerinin psikolojik dayanıklılık seviyeleri de benzer oranda artış göstermektedir. Dolayısıyla öz-şefkat ve sosyal destek psikolojik dayanıklılığı arttırarak dolaylı yolla annenin öznel iyi oluşunu olumlu yönde etkilemektedir. Öz-şefkat, psikolojik dayanıklılık aracılığıyla olduğu kadar doğrudan da annelerin öznel iyi oluş seviyelerini anlamlı biçimde yordamaktadır; ancak aynı durum sosyal destek değişkeni için geçerli değildir. Sosyal destek düzeyi sadece psikolojik dayanıklılık aracı değişkeni üzerinden öznel iyi oluşu etkilemektedir. Elde edilen tüm bu bulgular, çalışmanın kuramsal açıdan çıkış noktasını temsil eden Sosyal Engellilik Modeli'ni de destekler niteliktedir. Engelli olan birey kadar onun temel bakım vereni ve en yakınındaki kişi olan anneler için de sosyal değişkenlerin öznel iyi oluşları üzerinde ne kadar etkin rol oynadığı gözlenebilmektedir. Sosyal destek seviyesinin artması hem kişinin öz-şefkat düzeyini arttırmakta hem de psikolojik dayanıklılık seviyesini yükselterek annenin öznel iyi oluşuna yüksek seviyede anlamlı katkı sağlamaktadır.

Alanyazında psikolojik dayanıklılık kavramının etkilerinden söz edebilmek için risk faktörünün olması şartı öne sürülmüştür. Kararımak (2006); maruz kalınan felaketler, olumsuz yaşam deneyimleri gibi bireylerin psikolojik olarak sağlıklı bir yaşam sürdürmesini etkileyecek her türlü olayı risk faktörü olarak belirtmiştir. Bu çalışmada kapsamında engelli çocuğa sahip olma durumu anneler için maruz kalınan olumsuz bir durum ve kronik stres sebebi olarak kabul edilmiştir. Dolayısıyla örneklem özelliği olarak engelli çocuğu olan annelerin seçilmesinin ve bu özel gruba ulaşılarak veri toplanmış olmasının çalışmanın güçlü yanını temsil ettiği düşünülmektedir. Ülkemizde engelli çocuğa sahip anneler ve öznel iyi oluş

düzeyle ilgili çalışmalara ulaşmak mümkündür (Aksel, 2018; Duran ve Barlas, 2014; Eroğlu ve diğerleri, 2015; Palancı, 2017). Her ne kadar engelli çocuğa sahip annelerin öznel iyi oluş düzeylerine dair çalışmalar bulunsa da alanyazında öz-şefkat, psikolojik dayanıklılık ve sosyal destek değişkenlerinin bir arada ele alındığı, ek olarak öznel iyi oluş seviyesini açıklayacak model önerisinin sunulduğu bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Dolayısıyla çalışmanın güçlü yanlarından biri de özgün konusu olup çıkan güçlü ilişki ve yordayıcılıkların alanyazına katkı sağlayarak yeni çalışmalara ilham vermesidir.

Çalışmanın güçlü yanları olduğu kadar bazı sınırlılıkları da bulunmaktadır. Öncelikle çalışmaya katılım sağlayan gönüllü annelere gelişigüzel örnekleme yöntemiyle ulaşılmış olup tek bir ilçede veriler toplanmıştır. Dolayısıyla örneklemin evreni temsil etme düzeyi sınırlı olup bundan sonraki diğer araştırmalarda temsil gücü daha yüksek bir popülasyonla çalışılmasının alana fayda sağlayacağı ve böylelikle bulguların daha geçerli olacağı düşünülmektedir. Ek olarak örnekleme oluşturan annelerin yaşları, ekonomik durumları, eğitim seviyeleri gibi demografik özellikleriyle çocukların engel seviyeleri benzer seçilmemiş, dolayısıyla bu açılarından katılımcılar heterojen dağılmışlardır. Katılımcı sayısının az olması ve yalnızca öz-bildirim ölçekleri ile verilerin toplanması diğer bir sınırlılıktır. Çalışma bulguları klinik doğurguları açısından yorumlandığında engelli çocuğa sahip annelerin öznel iyi oluş seviyelerinin artırılması için öncelikle kronik olarak maruz kaldıkları yoğun ve çeşitli stres faktörleriyle iyi şekilde baş edebilmeleri yönünde psikolojik dayanıklılık seviyelerinin artırılmasının kritik önem taşıdığı düşünülmektedir. Çalışmadan elde edilen verilere göre psikolojik dayanıklılığın güçlenmesi için izlenebilecek yollardan ikisi annelerin sosyal destek sistemlerinin genişletilmesi ile öz-şefkat seviyelerinin yükseltilmesidir. Bu noktada engelli bir çocuğa sahip olmanın verdiği acı ve ümitsizlik duyguları ile bakımda üstlenilen roller sebebiyle zaman zaman annenin işlevini bozacak yetersizlik ve başarısızlık duygularıyla uzun vadede etkin şekilde baş etmesini kolaylaştıracak, kısacası annenin kendisine karşı kibar ve sevecen olmasını sağlayacak psikoterapötik uygulamalar önem kazanmaktadır. Olumsuz duygularının bilincinde olarak bunları kabullenmesi ve deneyimlenen bu zorlayıcı durumların insan olmak ile alakalı olduğunu bilmesi için farkındalık temelli, öz-şefkati artırıcı uygulamalar annenin uzun vadede psikolojik dayanıklılığını artırarak uyumuna olumlu katkı sağlayacaktır. Benzer şekilde engelli çocuğu olan annelere psikolojik danışmanlık hizmeti verilirken sosyal destek ağlarının incelenmesinin kritik önemi çalışma bulgularında gösterilmiştir. Var olan sosyal destek ağının değerlendirilmesi ve mümkünse genişletilip olası yeni sosyal destek kaynaklarının araştırılıp kişinin hayatına kazandırılması için teşvik edilmesi, eğer yeterli sosyal destek kaynağı yoksa da buna neden olan olası faktörler değerlendirilerek gerekirse sosyal beceri eğitimi gibi tekniklere başvurulması önemli bir noktadır. Ek olarak alanyazında

psikolojik dayanıklılığı etkileyen diğer etmenlerin araştırılması ve danışmanlık sũreci planlanırken tũm bunların gũz ẽnũnde bulundurulması, bũylelikle annenin ẽnzel iyi oluğunun desteklenmesi hedeflenmelidir. Bireysel mũdahaleler dışında ebeveynlere yẽnelik etkileşim grupları ya da eğitim modũlleri hazırlanmasının, gruptaki ũyeler arasında benzer problemler yaşadıklarını gũrmeleri ve sosyal destek sistemlerini arttırmaları ağısından yararlı olacağı tahmin edilmektedir. Birbiriyle benzer zorlayıcı deneyimler yaşayan engelli çocuğa sahip annelerin bir araya getirildiği grup mũdahale çalışmalarının yũrũtũlmesinin oldukça gũlũ bir sosyal destek ağı oluşturabileceği dũřũnũlmektedir.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:

Tũm yazarlar eşit olarak katkıda bulunmuştur.

ıkar atışması Beyanı:

Yazarlar çıkar atışması bulunmadığını beyan etmiştir.

Finansal Destek Beyanı:

Yazarlar bu çalışma için finansal destek almadığını beyan etmiştir.

Etik Kurul Onayı:

Bu alışma İzmır Katip elebi ˘niversitesi Sosyal Araştırmalar Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır (Belge no: 2100092473).

Kaynakça

- Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı (2020). *Engelli ve yaşlı istatistik bülteni*. <https://www.ailevecalisma.gov.tr/-media/42250/istatistik-bulteni-2020-mart.pdf>
- Akçakın, M. ve Erden, G. (2001). Otizm tanısı konmuş çocukların anne ve babalarındaki ruhsal belirtiler. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 8(1), 2-10.
- Aksel, B. (2018). *0-6 yaş arası çocuğu olan annelerin psikolojik iyi oluşlarının öznel iyi oluş, öğrenilmiş güçlülük ve algılanan sosyal destek açısından yordanması* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Maltepe Üniversitesi.
- Aktürk, Ü. (2012). *Engelli çocuğu olan anne-babaların kaygı düzeyi ve başa çıkma stratejilerinin değerlendirilmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İnönü Üniversitesi.
- Aral, N. ve Gürsoy, F. (2007). *Özel eğitim gerektiren çocuklar ve özel eğitime giriş* (1. Baskı). Morpa Yayınları.
- Arkar, H., Eker, D. ve Yıldız, H. (2001). Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12(1), 17-25.
- Artan, İ., Bayhan, P. ve Baykoç Dönmez, N. (2001). Engelli çocuğu olan ailelerin yaşam döngüsü içinde karşılaştıkları sorunların incelenmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 12(2), 31-43.
- Barnartt, S. N. ve Altman, B. M. (2001). *Exploring theories and expanding methodologies: Where we are, and where we need to go?* (1st ed.). Emerald Group Publishing Limited.
- Basım, H. N. ve Çetin, F. (2011). Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 104-114.
- Batık, M. V. (2012). Psikolojik destek programının zihinsel yetersizliği olan çocukların annelerinin umutsuzluk ve iyimserlik düzeylerine etkisi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31(1), 64-87.
- Bradley, G. ve Klag, S. (2004). The role of hardiness in stress and illness: An exploration of the effect of negative affectivity and gender. *British Journal of Health Psychology*, 9(2), 137-161. <https://doi.org/10.1348/135910704773891014>
- Buluş, S. ve Ersoy, A. F. (2019). Engelli çocuğu olan annelerde tükenmişlik: Nitel bir çalışma. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 23(3), 764-781.
- Coşkun, Y. ve Akkaş, G. (2009). Engelli çocuğu olan annelerin sürekli kaygı düzeyleri ile sosyal destek algıları arasındaki ilişki. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(1), 213-227.
- Demirel, K. (2021). *Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik dayanıklılıklarının, evlilik uyumu ve umutsuzlukları ile ilişkisinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Doğan, T. (2015). Kısa psikolojik sağlamlık ölçeğinin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Duran, S. ve Barlas, G. (2014). Zihinsel engelli bireylerin ebeveynlerinin öznel iyi oluş, öz duyarlık ve tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesi. *Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7(3), 69-79.

- Duru, S. ve Duyan, V. (2017). Engelli çocuğa sahip ailelerde toplumsal cinsiyet rolleri. *Kadem Kadın Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 200-211.
- Durualp, E., Kadan, G. ve Kaytez, N. (2015). Engelli çocuğu olan ailelerin gereksinimlerinin ve stres düzeylerinin incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 197-214.
- Duyan, V. (2003). Aileye yönelik planlı müdahale sürecinin aşamaları. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 14(1), 41-61.
- Duyan, V. (2007). *Gruplarla sosyal hizmet, grup çalışmasının engelli çocuğa sahip annelerin benlik saygısı ve yalnızlık düzeyine etkisi* (1. Baskı). Hacettepe Üniversitesi Yayınları.
- Engelliler Hakkında Kanun (2005). *T.C. Resmi Gazete* (25868, 7 Temmuz 2005).
- Eroğlu, Y., Arıcı Özcan, N. ve Peker, A. (2015). Özel gereksinimli çocuğa sahip anneler ile tipik gelişim gösteren çocuğa sahip annelerin psikolojik sağlamlık, iyilik hali ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi. *Sakarya University Journal of Education*, 5(3), 142-150. <https://doi.org/10.19126/suje.31984>
- Folbre, N. ve Bittman, M. (2004). *Family time: The social organization of care* (1st ed.). Routledge.
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J. H. ve Martinussen, M. (2003). A new rating scale for adult resilience: what are the central protective resources behind healthy adjustment?. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 12(2), 65-76. <https://doi.org/10.1002/mpr.143>
- Gedik, Z. ve Toker, H. (2018). Üniversite öğrencilerinin engelli bireylere yönelik tutumları ve sosyal beğenirlik düzeyleri. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 8(1), 111-116.
- Güner, F. ve Çetinkaya Bozkurt, Ö. (2018). İşgörenlerin öznel iyi olma düzeylerinin farklı sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmesi: Banka çalışanları üzerinde bir araştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Uygulamalı Bilimler Dergisi*, 2(1), 1-21. <https://doi.org/10.31200/makuubd.334570>
- Haegele, J. A. ve Hodge, S. (2016). Disability discourse: Overview and critiques of the medical and social models. *Quest*, 68(2), 193- 206. <https://doi.org/10.1080/00336297.2016.1143849>
- Heiman, T. (2002). Parents of children with disabilities: Resilience, coping and future expectations. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 14(2), 159-171. <https://doi.org/10.1023/A:1015219514621>
- İçöz, A. (2001). *Zihinsel engelli bir çocuğa sahip aile bireylerinin kaygı düzeylerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Işıkhana, V. (2005). Zihinsel engelli çocuğa sahip annelerin psiko-sosyal ve sosyoekonomik sorunları. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 16(2), 35-52.
- Kahriman, İ. ve Bayat, M. (2008). Özürlü çocuğa sahip ebeveynlerin yaşadıkları güçlükler ve algıladıkları sosyal destek düzeyleri. *Öz-Veri Dergisi*, 5(1), 1175-1194.
- Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 129-142.
- Kavak, S. (2007). *Algılanan aile yakınları destek ölçeğinin geliştirilmesi ve 0-8 yaş arası engelli çocuğu olan annelerin yakınlarından aldığı desteği algulamaları* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Kerns, K. ve Siklos, S. (2006). Assessing need for social support in parents of children with autism and down syndrome. *Journal of Autism Development Disorders*, 36(7), 921-933. <https://doi.org/10.1007/s10803-006-0129-7>

- Koyuncu, E. (2021). *Özel gereksinimli çocuğa sahip anne babaların öz-anlayış ve iyimserlik düzeylerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Küçükler, S. (1993). Özürlü çocuk ailelerine yönelik psikolojik danışma hizmetleri. *Özel Eğitim Dergisi*, 1(3), 23-29. https://doi.org/10.1501/Ozlegt_0000000018
- Lefebvre, H., Pelchat, D. ve Perreault, M. (2003). Differences and similarities between mothers' and fathers' experiences of parenting a child with a disability. *Journal of Child Health Care*, 7(4), 231-247. <https://doi.org/10.1177/13674935030074001>
- Llyod, J., Muers, J., Marzack, M. ve Patterson, T. G. (2019). Self-compassion, coping strategies, and caregiver burden in caregivers of people with dementia. *Clinical Gerontologist*, 42(1), 47-59. <https://doi.org/10.1080/07317115.2018.1461162>
- Neff, K. (2003a). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-101. <https://doi.org/10.1080/15298860309032>
- Neff, K. D. (2003b). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223-250. <https://doi.org/10.1080/15298860309027>
- Özdevecioğlu, M. (2004). Sosyal destek ve yaşam tatmininin mesleki stres üzerindeki etkileri: Kayseri'de faaliyet gösteren işletme sahipleri ile bir araştırma. *Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 22(1), 209-233.
- Palancı, M. (2017). Engelli çocuğa sahip anne babaların aile yılmazlığı, öznel iyi oluş ve evlilik uyumlarının psiko-sosyal yeterlikler ile yordanması. *Eğitim ve Bilim*, 43(193), 217-236. <http://dx.doi.org/10.15390/EB.2017.4384>
- Porterfield, S. L. (2002). Work choices of mothers in families with children with disabilities. *Journal of Marriage and the Family*, 64(4), 972–981. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.00972.x>
- Prilleltensky, O. (2012). Eleştirel psikoloji ve engelli çalışmaları: Ana akımı eleştirmek, eleştiriyi eleştirmek (E. Erdener vd., Çev.). İçinde Fox, Prilleltensky ve Austin (Eds.), *Eleştirel Psikoloji* (ss. 329- 349). Ayrıntı Yayınları.
- Scorgie, K., Wilgosh, L. ve McDonald, L. (1998). Stress and coping in families of children with disabilities: An examination of recent literature. *Developmental Disabilities Bulletin*, 26(1), 22-42.
- Shearn, J. ve Todd, S. (2000). Maternal employment and family responsibilities: The perspectives of mothers of children with intellectual disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 13(3), 109–131. <https://doi.org/10.1046/j.1468-3148.2000.00021.x>
- Shulman, C. ve Werner, S. (2013). Subjective well-being among family caregivers of individuals with developmental disabilities: The role of affiliate stigma and psychological moderating variables. *Research in Developmental Disabilities*, 34(11), 4103-4114. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2013.08.029>
- Softa Kaçan, H. (2013). Engelli çocuğa sahip ebeveynlerin depresyon düzeylerinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 21(2), 589-600.
- Sucuoğlu, B. (2009). *Zihin engelliler ve eğitimleri* (1. Baskı). Kök Yayıncılık.
- Sumiati, N. (2018). The influence of self-compassion and coping strategies to subjective well-being of parents with intellectual disabled children. *Atlantis Press, Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 153, 106-110.
- Süel, N. ve Ünlü, H. (2020). Yalnızlık ve algılanan sosyal destek: Beden eğitimi öğretmen adayları üzerine bir araştırma. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(1), 106-123. <https://doi.org/10.17556/erziefd.515096>

- T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı. (2002). *Türkiye özürlüler araştırması, 2002*. <http://www.ozurluveyasli.gov.tr/tr/html/305/Turkiye+Ozurluler+Arastirmasi+2002>
- Tuzgöl Dost, M. (2005). Öznel iyi oluş ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(23), 103-111.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). (2011). *Nüfus ve konut araştırması 2011*. <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=15843>
- Üstün, V. (2018). *Engelli çocuğa sahip ailelerin sosyal sorunlarının değerlendirilmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi.
- WHO [World Health Organization]. (1980). *International classification of impairments, disabilities, and handicaps: A manual of classification relating to the consequences of disease*. Geneva: World Health Organization.
- WHO [World Health Organization]. (2011). *World report on disability*. Malta: World Health Organization.
- WHO [World Health Organization]. (2015). *WHO global disability action plan 2014–2021: Better health for all people with disability*. Geneva, Switzerland: WHO Press.
- Yavuz, F. (2016). *Zihinsel engelli çocuğu olan ailelerin karşılaştıkları sosyal dışlanma sorunsalı üzerine bir araştırma* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi.
- Yıldırım, M. ve Sarı, T. (2018). Öz-şefkat ölçeği kısa formunun Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(4), 2502-2517. <https://doi.org/10.17240/aibuefd.2018.18.41844-452171>
- Yıldırım Sarı, H. (2007). Zihinsel engelli çocuğu olan ailelerde aile yüklemesi. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 11(2), 1-7.
- Yüksel, A. (2021). *Dezavantajlılığın bir adım ötesi: Engelli çocuk sahibi kadınların yaşadıkları güçlüklerin incelenmesi ve sosyal politika önerileri* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Zengin, B. (2013). *Özel eğitime muhtaç çocuğa sahip ebeveynlerin algıladıkları sosyal destek, psikolojik dayanıklılık ve umut düzeyleri* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G. ve Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30-41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2

The Relationship of Self-Compassion, Social Support, and Psychological Resilience with Subjective Well-Being in Mothers with Disabled Children

Summary

The World Health Organization (WHO) has defined disability as “a lack or limitation in the fulfillment of normal activities, behaviors, abilities, or tasks expected from a body or a person as a whole as a result of a handicap or impairment” (WHO, 1980). The concept of disability is accepted as an umbrella term referring to the negative aspects affecting the relationship between the affected person’s health condition and the personal and environmental factors within their lives (WHO, 2011).

The inclusion of a new child to a family is both a source for great joy and excitement and great stress, and the presence of disabilities in a newborn child increases such stress significantly (Durualp et al, 2015; Kahriman & Bayat, 2008). Families expect their newborn to be healthy, and when a disabled child is born, parents have to restructure all of their future plans and expectations, taking on new roles and responsibilities (Yıldırım Sarı, 2007). While trying to cope with this challenging situation, parents often encounter problems to undertake many new responsibilities. For example, they take on many new responsibilities in matters such as health and education, struggle with negative emotiona and cognitions, and try to continue to fulfill the roles required of them in their marriage and social life (Akçakın & Erden, 2001).

Mothers are usually accepted as the main caregiver in every phase of healthy child development. Thus, they are at a greater risk of psychosocial impairments when they have a child with disability (Artan et al., 2001). In such cases, mothers assume lifelong additional responsibilities and roles besides the emotional stress normally brought about by motherhood. They experience significant changes in many different life domains such as personal life, working conditions, social life, expectations regarding the child, and economic issues. Women may have difficulty in finding a job because they have disabled children, or they may have to work part-time because they cannot find a caregiver. Similarly, for the same reasons, they may have to choose low-paying workplaces with no social security, or they may accept low-status positions that are not commensurate with their skill level (Duru & Duyan, 2017; Folbre ve Bittman, 2004; Porterfield, 2002; Shearn ve Todd, 2000; Sucuoğlu, 2009).

Considering the difficulties, responsibilities, and stressors that may be encountered by mothers with disabled children, the subjective well-being of the affected mothers was compromised throughout this long process (Eroğlu et al., 2015). The concept of subjective well-being evaluates the life of an individual as a whole and reflects how happy the individual is with

their life (Diener, 2000). In this study, the possible relationships between the variables of self-compassion, social support, psychological resilience, and subjective well-being of mothers with disabled children were examined, and it was investigated to what extent all other variables predict subjective well-being. Then, a model trial was conducted through path analysis. The sample of the study consisted of 70 mothers who had a mentally disabled child and agreed to participate voluntarily in the study. The Demographic Information Form, The Short Form of the Self-Compassion Scale, The Resilience Scale for Adults, The Multidimensional Scale of Perceived Social Support, and The Subjective Well-Being Scale were used as data collection tools, and data were collected through face-to-face interviews. As a result of the analysis, significant and high correlation coefficients were obtained between all variables. Results indicated that the subjective well-being levels of the mothers with disabled children were significantly and positively associated with self-compassion ($r = .716, p < .001$), psychological resilience ($r = .693, p < .001$), and social support ($r = .639, p < .001$). The proposed regression model including the total scores of self-compassion, psychological resilience and social support of mothers with disabled children explained 79% of the variance of the total subjective well-being scores. Finally, in the path analysis model which had high fit indices, it was observed that the level of self-compassion and social support predicted subjective well-being through the total psychological resilience scores. The variable of self-compassion affected the results not only through psychological resilience but also with a direct effect on subjective well-being, reaching a significant regression coefficient.