

## Özel Gereksinimli Çocuğu Olan Annelerde Bütünlük Duygusu ve Psikolojik İyi Oluş: İyimserliğin Aracı Rolü

### Sense of Coherence and Psychological Well-Being in Mothers with Special Needs Children: The Mediating Role of Optimism

Mehmet Cemal YILDIZ\*, Fulya CENKSEVEN ÖNDER\*\*

**Öz:** Bu araştırmanın amacı, özel gereksinimli çocuğu olan annelerin bütünlük duygusu ve psikolojik iyi oluşları (olumlu duygular, bağlanma, olumlu ilişkiler, anlam ve başarı) arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı etkisini incelemektir. Araştırmaya bedensel engelli (n = 28), Down sendromlu (n = 12), otizmlili (n = 29) ve zihinsel engelli (n = 40) çocuğu olan 109 anne katılmıştır. Araştırmada veri toplama araçları olarak Bireysel Bütünlük Duygusu Ölçeği, Yaşam Yönelimi Testi ve PERMA ölçeği kullanılmıştır. Değişkenler arası ilişkileri incelemek için Pearson Çarpım Momentler Korelasyon analizi ve Preacher ve Hayes'in (2008) önerileri doğrultusunda aracılık analizleri gerçekleştirilmiş, dolaylı etkilerin anlamlılığını incelemek için 5000 bootstrap yapılarak bootstrap katsayısı ve güven aralıkları belirlenmiştir. Araştırma sonuçları, özel gereksinimli çocuğu olan annelerin bütünlük duygusu ve psikolojik iyi oluşları (olumlu duygular, bağlanma, başarı) arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı etkisinin olduğunu göstermektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Özel gereksinimli çocuklar, anneler, bütünlük duygusu, PERMA, iyimserlik.

**Abstract:** The aim of this study is to examine the mediator effect of optimism in the relationship between the sense of coherence and psychological well-being (positive emotions, attachment, positive relationships, meaning and success) of mothers with special needs children. 109 mothers with physically disabled children (N = 28), Down syndrome (n = 12), autism (n = 29) and intellectual disabilities (N = 40) participated in the study. Individual sense of coherence scale, Life Orientation Test and PERMA scale were used as data collection tools in the research. To examine relationships between variables, Pearson product-moment correlation analysis and Preacher and Hayes' (2008) mediation in accordance with the recommendations of analyses conducted to examine the significance of indirect effects and confidence intervals by bootstrap bootstrap 5000 coefficients were determined. Research results show that optimism has a mediator effect in the relationship between the sense of coherence and psychological well-being (positive emotions, attachment, success) of mothers with special needs children.

**Keywords:** Special needs children, mothers, sense of coherence, PERMA, optimism.

#### Giriş

Özel gereksinimli bireylerin karşılaştıkları eğitim, sağlık, erişilebilirlik, dışlanma ile ilgili problemler, onların bakım verenlerini de bir çok açıdan etkilemektedir. Bu problemlerden dolayı özel gereksinimli bir çocuğa sahip olmak, aile sisteminde psikolojik dengeyi sarsmakta, ebeveynlerin stres yükünün artmasına yol açmakta ve bunun sonucunda ebeveynlerde bir takım sosyal ve psikolojik uyum sorunlarını beraberinde getirmektedir (Zulfia ve Allenidekania, 2020). Bakım yükünün büyük kısmının annelerde olması da (Pozo vd., 2014) özellikle annelerin psikolojik açıdan iyi olma hallerini sağlayan kaynaklara odaklanılmasında önemli bir rol oynamaktadır. Özel gereksinimli çocukların ve ailelerinin yaşadığı sorunlar, oldukça büyük bir nüfusu etkilemektedir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) verilerine (2011) göre tüm dünya nüfusunun yaklaşık %15'i herhangi bir engellilik türüne sahiptir. Türkiye'de de bu orana yakın oranda seyretmektedir (Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü, 2016). Bu çocukların ebeveynleri, tipik olarak gelişen çocukların ebeveynlerine göre birçok açıdan dezavantajlı durumdadır (Duran vd., 2014; Hallberg, 2014; Macks ve Reeve, 2007; Mak vd., 2007; Malin B. Olsson vd., 2008). Çünkü hem engelli bireyler hem de onların aileleri, erişilebilirlik problemleri, ekonomik ve

\*Sorumlu yazar, Psikolojik Danışman, Şehit Fatih Soydan Ortaokulu, Mersin-Türkiye, ORCID: 0000-0002-2958-0948, e-posta: m.cemalyildiz@gmail.com

\*\*Prof. Dr., Çukurova Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Adana-Türkiye, ORCID: 0000-0001-9748-626X, e-posta: fulyac@cu.edu.tr

psikolojik sorunlar, anne ve babaların rollerinin ve sorumluluklarının değişim göstermesi, uzman desteğinin yetersizliği, sosyal çevrenin tutumlarından dolayı olumsuz şekilde etkilenmektedirler. Sonuç olarak aileler, bu sorunlarla baş etmekte zorlanmakta ve kaygı, öfke ve hatta depresyon gibi psikolojik sorunlar yaşayabilmektedirler (Çiğerli vd., 2014; Özmen ve Çetinkaya, 2012; Palancı, 2018; Uğuz vd., 2004). İlgili literatür incelendiğinde bu sorunlar ana hatlarıyla sosyal, ekonomik, bilgisizlik ile ilgili ve psikolojik sorunlar başlıkları altında daha detaylı ele alınabilir (Fareo, 2015).

Sosyal problemler açısından bakıldığında; çevreden gelen ayrımcı, dışlayıcı, korku dolu, eleştirel bakışlar, ebeveynleri oldukça rahatsız etmekte, çoğu zaman onların toplumsal ilişkilere girmekten kaçınmalarına ve yalnızlaşmalarına neden olmaktadır (Çayır vd., 2015; Çelik, 2017). Dışlanma, izolasyon ve etiketleme bu aileleri derinden etkilemektedir (Cantero-Garrito vd., 2020; Yüksel ve Tanrıverdi, 2019). Buna karşın sağlıklı bir sosyal destek ise özel gereksinimli çocukların ailelerinin, çocuklarını kabul etme düzeylerini olumlu anlamda etkilemektedir (Çetin, 2018; Lu vd., 2021). Ekonomik problemler açısından bakıldığında; özel gereksinimli olmak, tıbbi hizmetler, rehabilitasyon, psikolojik hizmetler ve eğitim gibi birçok alanda hizmet alınması anlamına gelir. Aileler, devletin sunduğu imkanların yetersiz olması nedeniyle çocuklarının bu ihtiyaçlarını kendileri karşılamak durumunda kalırlar (Oral vd., 2016; Yüksel ve Tanrıverdi, 2019). Oldukça maliyetli olan bu hizmetleri karşılayamamak aileler için bir başka stres kaynağıdır (Fareo, 2015; Kot vd., 2018). Bilgisizlik sorunları açısından bakıldığında; eğitim düzeyleri düşük ya da yüksek birçok ebeveyn, çocuklarının tanısı, eğitimi, engel nedenleri vb. konularda yeterli bilgiye sahip değillerdir (Özmen ve Çetinkaya, 2012; Yüksel ve Tanrıverdi, 2019). Aynı zamanda sosyal çevrenin özel gereksinimlilik ile ilgili bilgisizliği de sorunlar ortaya çıkartmaktadır (Kot vd., 2018). Psikolojik problemler açısından bakıldığında; özel gereksinimli çocukların ebeveynleri genellikle şok, inkâr, üzüntü, öfke, kızgınlık, utanma, depresyon, suçluluk, kaygı, beklenmedik krizler, sosyal çevrenin tutumlarından kaçınma, hayal kırıklığı, kendine güven ve saygı duymada azalma şeklinde bazı duygular ve tepkiler gösterirler (Ataman, 2003; Fareo, 2015; Özmen ve Çetinkaya, 2012; Shenaar-Golan, 2016; Uğuz vd., 2004). Bu duyguları yönetmek ve psikolojik açıdan iyi kalabilmek bazen zor olmakta ve psikolojik rahatsızlıkları beraberinde getirmektedir (Farajzadeh vd., 2020; Hemati Alamdarloo ve Majidi, 2020).

Yukarıda sıralanan tüm sorunlar aile içerisinde anneleri daha fazla etkilemektedir (Bourke-Taylor vd., 2021; Bristol vd., 1988; Demir vd., 2012). Çocuk doğmadan hazırlanılan anne-babalık rolleri bu süreçte tekrar sorgulanmakta ve ebeveynler bir kriz durumunun içerisinde kendilerini bulabilmektedirler (Ataman, 2003). Annenin, çocuğun bakım, eğitim ve onun geleceği ile ilgili sorunların sorumluluğunu büyük oranda üstüne aldığı, babanın ise daha çok ekonomik destek vermekle yetinip, sorunla yüzleşmekten kaçındığı durumlar araştırmalarda sıkça vurgulanmaktadır (Benson, 2010; Boyraz ve Sayger, 2011; Dabrowska, 2008; Dabrowska ve Pisula, 2010; Hickey vd., 2019; Sivrikaya ve Çiftçi Tekinarıslan, 2013). Bu durum, toplumsal cinsiyet rollerinin etkisiyle, çocuğun bakım yükünü dengesiz bir şekilde annelerin üzerine yüklenmesi olarak da değerlendirilebilir (Bristol vd., 1988; Işık ve Akbaşı, 2019; Keller ve Honig, 2004; Yılmaz, 2020).

Otizm, down sendromu, serebral palsi ve zihinsel engellilik gibi nörogelişimsel bozukluklara sahip çocukların, ya çok erken yaşlarda ya da doğumdan itibaren engellerinin farkına varılması, anne-çocuk arasında gelişebilecek duygusal bağlanmayı olumsuz yönde etkileyebilir. Çocuk büyüdükçe karşılıklı gelişmesi beklenen bu duygusal bağ, özel gereksinimli çocuğu olan anneler açısından farklı seyredebilmektedir. Özel gereksinimli bireyin büyüdükçe artan davranışsal problemleri ve bazı gelişimsel gecikmeler karşısında anne psikolojik açıdan tükenmekte, anne tükendikçe de çocukta daha fazla davranışsal problemler ortaya çıkabilmektedir (Aydın ve Açar, 2013; Lu et al., 2021; Öz et al., 2020). Sonuç olarak bu durum, annede depresyon ve kaygı bozuklukları gibi sorunların artmasına yol açabilmektedir (Burke vd., 2017; Kido ve Fujita, 2021; Kózka ve Przybyła-Basista, 2016; Moreira vd., 2015; Öz vd., 2020; Uęuz vd., 2004).

Özel gereksinimli çocuğa sahip olmanın getirdiği karmaşık durumla baş edebilen, durumu olduğu gibi kabullenip gelişime açık olan, her ne kadar olumsuz duygular yaşasa da bu duygularını yönetebilen ebeveynlerin özelliklerinin alan yazında araştırıldığı görülmektedir. Örneğin, Taanila ve arkadaşlarının (2002), fiziksel ya da zihinsel engeli olan çocukların ebeveynlerinin başa çıkma düzeylerini araştırdıkları çalışmada, başa çıkma düzeyi yüksek ebeveynlerin özelliklerini belirlemişlerdir. Bunlar, durumu daha çabuk kabul edebilen, geleceğe yönelik iyimser bir perspektife sahip olan, değişen değerlere ayak uydurabilen (esnek), aile içerisinde iş bölümünü sağlıklı yapan ve sosyal destek kaynaklarından yararlanan ebeveynlerdir (Taanila vd., 2002). Bu alanların büyük bir çoğunluğu yapısal bir başa çıkma kaynağı olarak bütünlük duygusunu akla getirmektedir (Antonovsky, 1979; Gottlieb, 1998; Mak vd., 2007).

Bütünlük duygusu, Antonovsky (1987)'nin, zorlu yaşam olaylarına ve stres kaynaklarına rağmen bireyleri ayakta tutan unsurların neler olduğunu açıkladığı bir kavramdır. Bu kuram “sağlıklılık” (Salutogenic) merkezli olması nedeniyle, stresin yarattığı hastalık süreçlerine değil stresli olaylara rağmen bireylerin dayanıklılığını sağlayan süreçlere odaklanmıştır (Antonovsky, 1979, 1987, 1996; Griffiths vd., 2011; Mittelmark, Saly, Eriksson, Bauer, Pelikan, 2016). Antonovsky (1987), bütünlük duygusunu, onun bileşenleri anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik ve anlamlılık kavramları üzerinden şu şekilde tanımlamıştır:

*“Bir kişinin yaşam sürecince iç ve dış çevreden gelen uyarıcıları, değişken güven duygusuna rağmen yapılandırması, tahmin edebilmesi ve açıklaması (anlaşılabilirlik), bu uyarıcılarla baş etmede talep edilen kaynaklara sahip olabilmesi (yönetilebilirlik), bu taleplerin getirdiği zorlukların kişi için buna değer olmasını içeren (anlamlılık) kişinin dayanıklılığına vurgu yapan evrensel bir yönelimdir” (s. 15).*

Bütünlük duygusu, özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin bu durumun getirdiği sıkıntılarla baş etmesi açısından önemli bir özelliktir. Çünkü, özel gereksinimli bir çocuğa sahip olmak, ebeveyn için eğer anlaşılabilir ve kabul edilemezse, bu durumu yönetecek kaynaklara sahip değilse ve tüm bu uğraşların ebeveyn için bir anlamı yoksa ebeveynde stres seviyesi yükselecek ve psikolojik bozukluklar ortaya çıkabilecektir (Mak vd., 2007; Malin B. Olsson vd., 2008; Siah ve Tan, 2016). Bütünlük duygusu bireylerin yapısal özelliklerine vurgu yaparken (Nilsson vd., 2010a) bireylerin psikolojik olarak iyi olma hallerini daha farklı bir çerçeveden ortaya koyan psikolojik iyi oluş kavramı da özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynler için ele alınabilecek onların psikolojik açıdan sağlıklı olduklarını gösteren bir özelliktir (Ryff ve Keyes, 1995; Seligman, 2011).

Seligman (2002) ilk iyi oluş kuramını otantik mutluluk kavramıyla açıklamış ve iyi oluşu, yaşam doyumunu merkeze alarak açıklamaya çalışmıştır. Otantik mutluluk ona göre olumlu duygular, bağlanma ve anlam kavramları çerçevesinde açıklanmaktadır (Scorsolini-Comin vd., 2013). Seligman (2002) ilk teorisi olan otantik mutluluğa olumlu ilişkiler ve başarı boyutlarını da ekleyerek yeni bir iyi oluş modeli oluşturmuş ve toplam beş boyutun olduğu PERMA modeli ortaya çıkmıştır (Seligman, 2011). Bunlar, olumlu duygular, bağlanma, pozitif ilişkiler, anlam ve başarıdır. Bu modele, her bir boyutun İngilizce baş harfleri ile oluşan PERMA adını vermiştir (Demirci vd., 2017; Scorsolini-Comin vd., 2013; Seligman, 2011).

Seligman'ın (2002) “otantik mutluluk” kuramının da en önemli unsuru olan *olumlu duygular*, kişinin haz duygusunu ne kadar yaşadığı, keyifli, neşeli duyguları ne derece yoğun hissettiği ile açıklanmaktadır. *Bağlanma* boyutunu Seligman (2002; 2011), Csikszentmihalyi'nin (2009) akış kavramı üzerinden açıklamış ve bir işe, bir hobiye ya da herhangi bir aktiviteye kişinin kendinden geçecek seviyede tüm öz bilincini kaptırması, doruk duygular yaşaması olarak nitelmiştir. *Olumlu ilişkiler* geliştirmek ise psikolojik açıdan iyi olma haline önemli bir katkı sunar. Yine Seligman, diğer insanlarla ilişkilerin önemli bir değer olduğunu, mutlu insanların çok azının yalnız insanlar olduğunu vurgular. Bu noktada *anlam boyutu*, Seligman tarafından kendinden daha yüce ya da büyük bir şeyi değer haline getirme, onun bir parçası olma durumu olarak

belirtilmiştir. Bir kişinin yaşamının anlamı olduğunu düşünmesi, o kişi için hayatta kalmayı değerli kılar. Seliman'a göre *başarı*, bir hedefe ulaşmak için harcanan çaba, bazı önemli zorlukları aşmak için gösterilen performans sonucunda elde edilen öznel ya da nesnel başarılar kişilerin kendilerini olumlu değerlendirmesini sağlar.

Yürütölen araştırmalar, özel gereksinimli çocukları olan ebeveynlerin, tipik olarak gelişim gösteren çocukların ebeveynlerine oranla psikolojik iyi oluşlarının daha düşük düzeyde olduğunu ortaya koymaktadır (Baker vd., 2005; Carmody ve Baer, 2008; Cramm ve Nieboer, 2011; Duran vd., 2014; Eraslan-Çapan ve Tümlü, 2018; Hartley vd., 2012; Moreira vd., 2015; Olsson vd., 2008; Sharpley vd., 1997). Özel gereksinimli çocuğu olan ve olmayan hem anneler hem babalarla ilgili yapılan karşılaştırılmalı araştırmalar, annelerin psikolojik iyi oluş açısından daha fazla risk taşıdığını göstermektedir (Benson, 2010; Boyraz ve Sayger, 2011; Hallberg, 2014; Hauser-Cram vd., 2001; Smith vd., 2008). Bu risklerden en az etkilenerek iyi oluşu yükseltecek koruyucu faktörler arasında iyimsizlik önemli bir rol oynamaktadır (Akçeşme, 2017; Avşaröğlu ve Okutan, 2018; Ekas vd., 2010b; Scheier ve Carver, 1987).

İyimsizlik, pozitif psikoloji içerisinde önemli bir kavram olmakla birlikte bireylerin mutluluk ve iyilik hallerine olumlu katkı sağlayan bir yapı teşkil etmektedir (Carr, 2016; Carver ve Scheier, 1998). Geleceğe dönük olumlu beklentiler olarak tanımlanan iyimsizlik, bu beklentilerin genelleştirilmiş bir şekilde kişide var olması durumunu işaret etmektedir (Carver ve Scheier, 1998; Scheier vd., 2004). Hemati Alamdarloo ve Majidi'nin (2020) yaptıkları araştırmada otizmli çocuğu olan annelerin umutsuzluk düzeyi diğer nörogelişimsel bozukluklara göre daha yüksek çıkmış, genel olarak ise otizm, özel öğrenme güçlüğu ve zihinsel engelli çocukların annelerinin umutsuzluk düzeyleri tipik gelişen çocukların annelerine göre yüksek çıkmıştır. Bu bakımdan iyimsizlik, özel gereksinimli çocuğu olan ailelerin yaşadığı umutsuzluğu bir nebze olsun tersine çevirebilecek önemli bir özellik olarak ele alınabilir. İyimsizlik ebeveynlerin stresle baş etmelerine, yaşadıkları durumu yeniden bilişsel olarak yapılandırılmalarına, kaçınmak yerine sorunla yüzleşmelerine, psiko-sosyal uyumun daha kolay gerçekleşmesine ve problem odaklı başa çıkma tarzını kullanılmalarına katkı sunduğu görölmektedir (Baker vd., 2005; Daulay vd., 2018; Slattery, McMahon, ve Gallagher, 2017; Ekas, Lickenbrock, ve Whitman, 2010).

Özetle, özel gereksinimli çocuğu olan ailelerde, annelerin psikolojik iyi oluşlarının diğer aile üyelerine göre düşük olması, daha fazla stres yaşamaları (Baker vd., 2002; Dabrowska ve Pisula, 2010; Hallberg, 2014; Lučić, 2020; Margalit vd., 1992), annelerdeki psikolojik açıdan koruyucu ve güçlendirici faktörlerin araştırılmasını daha gerekli kılmaktadır. Stres ve olumsuz yaşam olaylarıyla baş etme sürecinde, bütünlük duygusu (Antonovsky, 1979), bireyin olumlu duygular, ilişkiler, başarı duygusu ve anlamlı yaşammasının bir göstergesi olarak psikolojik iyi oluş (Seligman, 2011) ve yaşama ilişkin genel beklentilerin pozitif yönde olmasını sağlayan iyimsizlik (Scheier ve Carver, 1987) kavramları bu çalışmada özel gereksinimli çocuğu olan anneler açısından ele alınmıştır. Alan yazında özel gereksinimli çocukların annelerinin bütünlük duygusu, iyimsizlik ve psikolojik iyi oluş değişkenlerinin bir arada çalışıldığı herhangi bir araştırmaya ulaşılamamıştır. Bu açıdan özgün bir çalışma olarak değerlendirilebilir. Dolayısıyla bu araştırma özel eğitim, sosyal hizmet, psikolojik danışma gibi alan çalışanlarına önemli katkılar sunabilir.

Bu araştırmanın amacı, özel eğitim ve uygulama okullarında, özel eğitim sınıflarında eğitim gören, özel gereksinimli (otizm, down sendromu, zihinsel yetersizlik, serebral palsi) çocukların annelerinde, bütünlük duygusu, psikolojik iyi oluş ve iyimsizlik değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelemek, bütünlük duygusu ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide iyimsizliğin aracı rolünü belirlemektir. Bu amaçla aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Özel gereksinimli çocukların annelerinin bütünlük duygusu, iyimsizlik ve psikolojik iyi oluşları (olumlu duygular, bağlanma, olumlu ilişkiler, anlam, başarı) arasında ilişki var mıdır?

2. Özel gereksinimli çocukların annelerinin bütünlük duygusu ve psikolojik iyi oluşları (olumlu duygular, bağlanma, olumlu ilişkiler, anlam ve başarı) arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolü var mıdır?

### **Yöntem**

Bu araştırmada araştırmanın amaçları doğrultusunda ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bu model, psikolojik iyi oluş, bütünlük duygusu ve iyimserlik arasındaki ilişkileri bulmamızı ve açıklamamızı, değişkenlerden biri ya da birden fazlasının değeri değiştiğinde, diğerinin alabileceği değerleri tahmin etmemizi sağlayacaktır (Arney, 1990). Bu araştırmada bağımlı değişken psikolojik iyi oluş, bağımsız değişkenler ise bütünlük duygusu ve iyimserliktir

### **Çalışma grubu**

Araştırmanın çalışma grubu, Mersin ilindeki iki merkez ilçede yer alan iki özel eğitim uygulama okulu, bir özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi, üç farklı özel eğitim sınıfında öğrenim gören özel gereksinimli çocukların anneleri (n=109) oluşturmaktadır. Araştırmada uygun örneklem yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntemle çalışma grubu, öğrenim çağında özel gereksinime sahip, Serabral Palsili (n=28), Down sendromlu (n=12), otizmlili (n=29) ve zihinsel engelli (n=40), yaşları 6 ile 20 yaş arasında değişen çocukların annelerinden oluşmuştur. Annelerin %16'sı 20-35 yaş, %49,5'i 36-45 yaş aralığında ve %33,9'u 46 yaş üstündedir. Yine annelerin %48,6'sı ilköğretim, %30,3'ü lise ve %21,1'i üniversite mezunudur. Çocukların 46'sı hafif (%42,2), 32'i orta (%29,4) ve 31'i ağır düzeyde (%28,4) engelle sahiplerdir.

### **Veri toplama araçları**

Araştırmaya katılan annelerin psikolojik iyi oluşlarını ölçmek amacıyla PERMA ölçeği, iyimserlik düzeylerini ölçmek amacıyla Yaşam Yönelimi Testi, Bütünlük Duygularını ölçmek amacıyla Bireysel Bütünlük Duygusu Ölçeği kullanılmıştır. Ayrıca katılımcıların sosyo-demografik özelliklerini tanıtmak için kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

### **Kişisel bilgi formu**

Özel gereksinimli aileler ile ilgili alan yazına uygun bir biçimde hazırlanan kişisel bilgi formunda, çocukların tıbbi tanıları, annelerin öğrenim durumu, annelerin ve özel gereksinimli çocukların yaşları ve çocukların engelliliğinin derecesi konusunda bilgi alınmak üzere sorular yer almaktadır.

### **Bireysel Bütünlük Duygusu Ölçeği**

Antonovsky (1987) tarafından geliştirilen ölçek, 1 ile 7 arasında değişen toplam 13 maddeden oluşan bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Ölçek Scherler ve Lajunen (1997) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Scherler ve Lajunen'in yaptıkları kültürlerarası çalışmada Scherler (1997) 152 Türk üniversite öğrencisi üzerinde ölçeğin doğrulayıcı faktör analitik çalışmasında ölçeğin üç faktörlü bir yapıya (anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik, anlamlılık) sahip olduğunu rapor etmektedir. Ölçeğin güvenilirlik çalışmalarında ise ölçeğin iç tutarlık katsayılarının anlaşılabilirlik için 0,57, yönetilebilirlik için 0,54, anlamlılık için 0,62 ve tüm ölçek için 0,69 olarak hesaplanmıştır. Çeçen (2008)'in yaptığı çalışmada ise her bir alt ölçek için iç tutarlılık katsayılarının anlaşılabilirlik için 0,60, yönetilebilirlik için 0,57 ve anlamlılık için 0,67 olduğu görülmüştür. Tüm ölçek için tutarlılık katsayısı ise 0,80 olarak hesaplanmıştır. Ölçekte hem toplam puan hem de alt ölçek puanları alınabilmektedir. Ölçekten alınacak yüksek puanlar bireyin bütünlük duygusu algısının yüksek olduğuna işaret etmektedir (Çeçen, 2008). Bu çalışmada Cronbach alfa iç tutarlılık kat sayısı 0,72 olarak hesaplanmıştır.

### **Yaşam Yönelimi Testi**

Yaşam Yönelimi Testi Scheier ve Carver (1987) tarafından geliştirilmiş ve Aydın ve Tezer (1991) tarafından Türkçe 'ye uyarlanmıştır. Test, 12 maddeden oluşmakta ve her maddenin puanlaması 0 ile 4 arasında değişmektedir. Katılımcılara iyimser ve kötümser ifadeler sunulmakta ve kendilerine en uygun seçeneği işaretlemeleri istenmektedir. Ölçekte 4 madde olumlu, 4 madde

olumsuz ve 4 madde de nötr olarak değerlendirilmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0 en yüksek puan ise 32'dir. Ölçekten alınan yüksek puan iyimszerliğe, düşük puan ise kötümserliğe sahip olunduğunu göstermektedir. Ölçeğin güvenilirliği test tekrar test yöntemi ile incelenmiş, 97 üniversite öğrencisine dört hafta ara ile iki defa uygulanmış ve güvenilirlik katsayısı 0,77 ( $p < 0,001$ ) olarak hesaplanmıştır. Geçerlik çalışmasında Beck Depresyon Ölçeği ölçüt alınarak iki ölçek puanları arasındaki korelasyon incelenmiştir. Elli ve 97 kişiden oluşan iki farklı üniversite öğrencisi grubuna her iki ölçek uygulanmış ve gruplar için korelasyon katsayıları sırasıyla -0,56 ( $p < 0,001$ ) ve - 0,45 ( $p < 0,001$ ) olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada Cronbach alfa iç tutarlılık kat sayısı 0,71 olarak hesaplanmıştır.

### **Perma ölçeği**

Araştırmada katılımcıların psikolojik iyi oluşları Martin Seligman'ın (2011) beş boyutlu PERMA modeline göre ölçülmüştür. Butler ve Kern (2016) tarafından iyi oluş düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilen PERMA ölçeği Demirci ve diğerleri (2017) 256 üniversite öğrencisiyle yaptıkları çalışmayla Türkçe 'ye uyarlanmıştır. Ölçek PERMA modeline uygun olarak 15 madde ve beş alt boyutu ölçen ve her alt boyutu ölçmek için üç maddeden oluşmaktadır. Bu 15 maddeye sekiz madde daha eklenerek "sağlıklı olma hissi", "yalnızlık" ve "olumsuz duygular" da ölçülmek istenmiştir. PERMA ölçeğinde ters kodlanan 4 madde (7, 12, 14, 20) bulunmaktadır (Butler ve Kern, 2016). Ölçeğin yapı geçerliğini test etmek için yapılan DFA analizi yapının doğrulandığını göstermektedir [ $\chi^2(78, N = 253) = 1910,79, p < 0,001$ ; CFI = 0,97; SRMR = 0,052; NNFI = 0,96; NFI = 0,95; RMSEA = 0,076 (%90 G.A. 0,063 - 0,090); AIC = 2750,79; ECVI = 10,09.]. Ölçeğin toplam puanı için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0,91'dir. Ayrıca üç hafta arayla test-tekrar test güvenilirliği yapılmış ve PERMA toplam puanı için 0,83 olarak tespit edilmiştir (Demirci vd., 2017). PERMA ölçeği toplam puanının bu çalışma için hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0,88'dir.

### **İşlem**

Araştırmacılar, verileri toplamadan önce Çukurova Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'nun 30.09.2020 tarih ve 13 sayılı kararı sonrasında Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nden gerekli yasal izinleri almışlardır. Özel eğitim okulları, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezleri ve özel eğitim sınıflarında çalışan özel eğitim öğretmenleri ve psikolojik danışman/ rehber öğretmenler aracılığıyla 160 veri seti annelere ulaştırılmıştır. Veri setleri, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde eğitim alan çocukların annelerinden bekleme salonunda, özel eğitim okulları ve özel eğitim sınıflarında okuyan öğrencilerin annelerinden ise öğretmenleri tarafından zarf içerisinde, öğrenciler aracılığıyla iletilmiştir. Ölçekleri evde doldurmak zorunda olan annelere telefonla, diğer annelere yüz yüze olmak üzere tüm annelere gönüllülük ve gizlilik konularında bilgi verilmiştir. Bu veri setlerinden sadece 109 tanesi tamamlanmış bir şekilde araştırmacıya ulaşmıştır.

### **Verilerin analizi**

Araştırmada, verilerin analizinden önce, uygulamada boş bırakılan, aynı maddeye birden çok yanıt verilen veya kişisel bilgi formunda eksikler bulunan 13 ölçek veri setinden çıkartılmış, katılımcılardan toplanan veriler bilgisayar ortamında girilmiştir. Daha sonra veri temizleme ve düzenleme işlemleri yapılmış, frekans analizi ile boş, kayıp ve yanlış girilmiş veriler saptanmış ve 38 ölçek veri setinden çıkarılmıştır. Veri setinde uç değerler olup olmadığı incelenmiş, uç değerlere sahip veri olmadığı görülmüştür. Analizler yapılmadan önce verilerin normal ve doğrusal bir dağılım gösterip göstermediği test edilmiş, verilerin normal, doğrusal bir dağılım gösterdiği, çoklu eşdoğrusallık sorunu olmadığı belirlenmiştir. Verilerin analizinde öncelikle bütün değişkenlere ilişkin betimsel istatistikler hesaplanmıştır. Değişkenler arası ilişkileri incelemek için Pearson Çarpım Momentler Korelasyon analizi kullanılmıştır. Hayes (2018) önerileri doğrultusunda aracılık analizleri gerçekleştirilmiş, dolaylı etkilerin anlamlılığını incelemek için bootstrapping prosedürü ve Sobel test kullanılmıştır. Bu araştırmada 5000 bootstrap yapılarak bootstrap katsayısı ve güven aralıkları belirlenmiştir.

### Bulgular

Araştırmanın bulguları araştırma soruları doğrultusunda iki bölüme ayrılarak verilmiştir. İlk bölümde betimsel istatistikler ve değişkenler arasındaki ilişkiler verilmiş ikinci bölümde ise aracılık analizlerinden elde edilen bulgular verilmiştir.

#### *Betimsel İstatistikler ve Korelasyon Analizi Sonuçları*

Araştırmada değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek üzere Pearson Çarpım Momentler Korelasyon analizi yapılmıştır. Ayrıca değişkenlere ilişkin betimsel istatistikler hesaplanmıştır. Buna ilişkin analiz sonuçları Tablo 1’de yer almaktadır.

Tablo 1.

*Psikolojik İyi Oluş, Bütünlük Duygusu ve İyimserlik Arasındaki İlişkiler ve Betimsel İstatistikler*

|                       | 1      | 2      | 3      | 4      | 5      | 6      | 7      | 8 | M      | SS    |
|-----------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---|--------|-------|
| 1.Psikolojik İyi Oluş | -      |        |        |        |        |        |        |   | 113,74 | 25,88 |
| 2.Olumlu Duygular     | 0,91** | -      |        |        |        |        |        |   | 20,63  | 6,02  |
| 3.Bağlanma            | 0,82** | 0,72** | -      |        |        |        |        |   | 22,33  | 4,99  |
| 4.Olumlu İlişkiler    | 0,82** | 0,75** | 0,53** | -      |        |        |        |   | 20,49  | 5,76  |
| 5. Anlam              | 0,89** | 0,78** | 0,66** | 0,69** | -      |        |        |   | 21,10  | 5,87  |
| 6.Başarı              | 0,82** | 0,64** | 0,66** | 0,55** | 0,69** | -      |        |   | 21,65  | 5,55  |
| 7.Bütünlük Duygusu    | 0,61** | 0,63** | 0,43** | 0,48** | 0,59** | 0,42** | -      |   | 57,67  | 11,49 |
| 8.İyimserlik          | 0,42** | 0,42** | 0,41** | 0,21*  | 0,36** | 0,39** | 0,37** | - | 19,80  | 4,67  |

\*p<,05, \*\*p<,001.

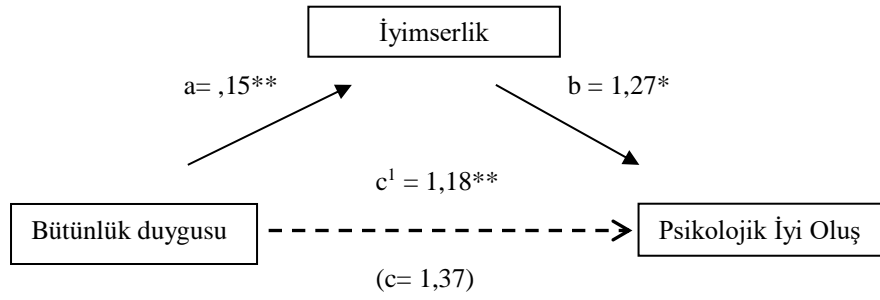
Araştırmada değişkenlerin çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiş ve bu açıdan araştırmada ele alınan tüm değişkenlerin normallik sayıltılarını karşıladığı saptanmıştır. Tablo 1’de de görülebileceği gibi, psikolojik iyi oluş, olumlu duygular, bağlanma, olumlu ilişkiler, anlam ve başarı ile bütünlük duygusu (sırasıyla  $r=0,61$ ,  $r=0,63$ ,  $r=,43$ ,  $r=0,48$ ,  $r=0,59$  ve  $r=0,42$ ,  $p<0,001$ ) arasında pozitif yönde, iyimserlik ile ise (sırasıyla  $r=0,42$ ,  $r=0,42$ ,  $r=0,41$ ,  $r=0,21$  ve  $r=0,39$ ,  $p<0,05$ ) yine pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Ayrıca bütünlük duygusu ile iyimserlik arasında pozitif yönde ( $r=0,37$ ,  $p<0,001$ ) anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir.

#### *Aracılık Analizi Sonuçları*

Bütünlük duygusu ve psikolojik iyi oluş ve boyutları (olumlu duygular, bağlanma, olumlu ilişkiler, anlam ve başarılar) ile aracı değişken olarak ele alınan iyimserlik arasındaki ilişkiler Process Macro kullanılarak incelenmiştir. Hayes (2018) standardize edilmemiş değerlerin sunulmasını önermektedir. Dolayısıyla raporlanan a, b, c ve  $c^1$  katsayıları/ etki büyüklükleri standardize edilmemiş değerleri göstermektedir. Dolaylı etkilerin değerlendirilmesinde bootstrapping ve Sobel testi kullanılmıştır.

#### *Bütünlük Duygusu ile Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide İyimserliğin Aracı Rolü*

Bütünlük duygusu ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolüne ilişkin bulgular Şekil 1’de görüldüğü gibidir.



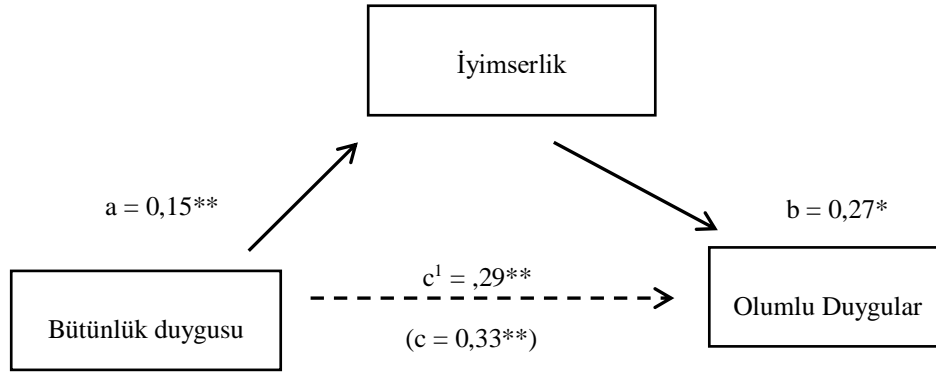
Not: \*p<0,01; \*\*p<0,001.

Şekil 1. Bütünlük duygusu ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolü.

Şekil 1’de görüldüğü gibi bütünlük duygusu iyimserliği anlamlı düzeyde pozitif olarak yordamaktadır ( $B_{Sh} = 0,15,04$ ,  $t = 4,17$ ,  $p < 0,001$ ). İyimserlik psikolojik iyi oluşu pozitif yönde anlamlı olarak yordamaktadır ( $B_{Sh} = 1,27,17$ ,  $t = 2,84$ ,  $p < 0,01$ ). Bütünlük duygusunun psikolojik iyi oluş üzerindeki doğrudan etkisi  $B_{Sh} = 1,37,45$ ,  $t = 7,90$ ,  $p < 0,001$  olarak belirlenmiştir. Bütünlük duygusunun dolaylı etkisi ise  $ab = 0,19$ ’dur. Aracı değişken eşitliğe girildikten sonra bütünlük duygusunun psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisi düşmüştür (1,37’den 1,18’e). Bootstrapping (Bootstrap katsayısı = 0,19,  $Sh = 0,09$ , %95 GA = 0,05, 0,39) ve Sobel test ( $z = 2,30$ ,  $p < 0,05$ ) sonuçları bütünlük duygusu ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolü olduğunu göstermektedir. Hayes’e (2013) göre dolaylı etkinin anlamlı olup olduğuna karar vermek için güven aralığının alt ve üst sınırının sıfırı kapsamaması gerekmektedir.

#### **Bütünlük Duygusu ile Olumlu Duygular Arasındaki İlişkide İyimserliğin Aracı Rolü**

Bütünlük duygusu ile psikolojik iyi oluşun “olumlu duygular” boyutu arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolüne ilişkin bulgular Şekil 2’de görüldüğü gibidir.



Not: \*p < 0,01; \*\*p < 0,001.

Şekil 2. Bütünlük duygusu ile olumlu duygular arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolü.

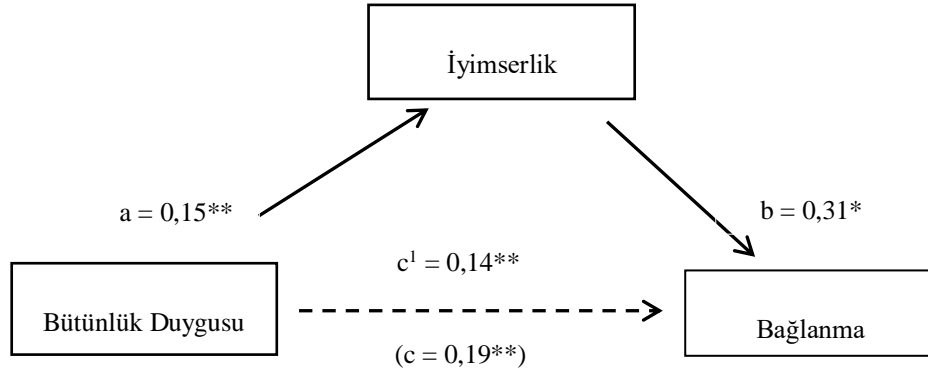
Analiz sonuçlarına göre, bütünlük duygusu iyimserliği anlamlı düzeyde pozitif olarak yordamaktadır ( $B_{Sh} = 0,15,04$ ,  $t = 4,17$ ,  $p < 0,001$ ). İyimserlik olumlu duyguları pozitif yönde anlamlı olarak yordamaktadır ( $B_{Sh} = 0,27,10$ ,  $t = 2,66$ ,  $p < 0,01$ ). Şekil 2’de de görüldüğü gibi, bütünlük duygusunun olumlu duygular üzerindeki doğrudan etkisi  $B_{Sh} = 0,33,04$ ,  $t = 8,48$ ,  $p < 0,001$  olarak belirlenmiştir. Bütünlük duygusunun dolaylı etkisi ise  $ab = 0,04$ ’tür. Aracı değişken eşitliğe girildikten sonra bütünlük duygusunun olumlu duygular üzerindeki etkisi düşmüştür (0,33’den 0,29’a). Bootstrapping (Bootstrap katsayısı = 0,04,  $Sh = 0,02$ , %95 GA = 0,01, 0,08) ve Sobel test



sonuçları ( $z = 2,20$ ,  $p < 0,05$ ) iyimserliğin bütünlük duygusu ile olumlu duygular arasındaki ilişkide aracı role sahip olduğunu göstermektedir.

### ***Bütünlük Duygusu ile Bağlanma Arasındaki İlişkide İyimserliğin Aracı Rolü***

Bütünlük duygusu ile psikolojik iyi oluşun “bağlanma” boyutu arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolüne ilişkin bulgular Şekil 3’de yer almaktadır.



Not: \* $p < 0,01$ ; \*\* $p < 0,001$ .

Şekil 3. Bütünlük duygusu ile bağlanma arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolü.

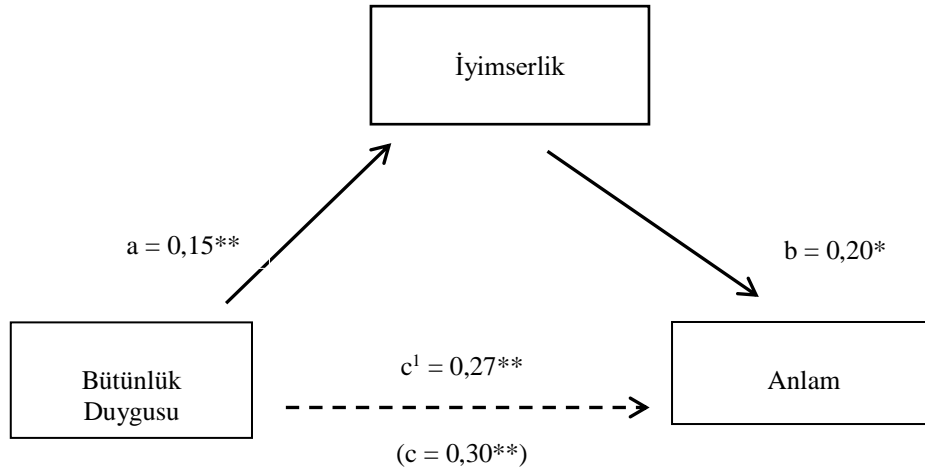
Elde edilen sonuçlara göre, bütünlük duygusu iyimserliği ( $B_{Sh} = 0,15,04$ ,  $t = 4,17$ ,  $p < 0,001$ ), iyimserlik de bağlanmayı pozitif yönde anlamlı olarak yordamaktadır ( $B_{Sh} = 0,31,10$ ,  $t = 3,23$ ,  $p < 0,01$ ). Şekil 3’de de görüldüğü gibi, bütünlük duygusunun bağlanma üzerindeki doğrudan etkisi  $B_{Sh} = 0,19,04$ ,  $t = 4,90$ ,  $p < 0,001$  olarak belirlenmiştir. Bütünlük duygusunun dolaylı etkisi ise  $ab = 0,05$ ’dir. Aracı değişken eşitliğe girildikten sonra bütünlük duygusunun bağlanma üzerindeki etkisi düşmüştür (0,19’dan 0,14’e). Bootstrapping (Bootstrap katsayısı = 0,05,  $Sh = 0,02$ , %95 GA = 0,02, 0,09) ve Sobel test sonuçları ( $z = 2,59$ ,  $p < 0,05$ ) iyimserliğin bütünlük duygusu ile bağlanma arasındaki ilişkide aracı role sahip olduğunu göstermektedir.

### ***Bütünlük Duygusu ile Olumlu İlişkiler Arasındaki İlişkide İyimserliğin Aracı Rolü***

Bütünlük duygusu ile psikolojik iyi oluşun “olumlu ilişkiler” boyutu arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolü bulunmamaktadır. Bütünlük duygusunun olumlu ilişkiler üzerindeki doğrudan etkisi  $B_{Sh} = 0,24,04$ ,  $t = 5,70$ ,  $p < 0,001$  olarak belirlenmiştir. Ancak bütünlük duygusu ve iyimserliğin birlikte eşitliğe alındığı ikinci aşamada iyimserliğin olumlu ilişkiler üzerinde anlamlı etkisinin olmadığı ( $B_{Sh} = 0,04,11$ ,  $t = 0,39$ ,  $p > 0,05$ ), bütünlük duygusunun ise olumlu ilişkiler üzerinde anlamlı etkisi olduğu ( $B_{Sh} = 0,23,05$ ,  $t = 5,12$ ,  $p < 0,001$ ) görülmüştür. İyimserliğin olumlu ilişkilerin anlamlı yordayıcısı olmaması dolayısıyla aracılık durumundan söz edilemez. Bu nedenle aracılık analizi yapılmamıştır.

### ***Bütünlük Duygusu ile Anlam Arasındaki İlişkide İyimserliğin Aracı Rolü***

Bütünlük duygusu ile psikolojik iyi oluşun “anlam” boyutu arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolüne ilişkin bulgular Şekil 4’de yer almaktadır.



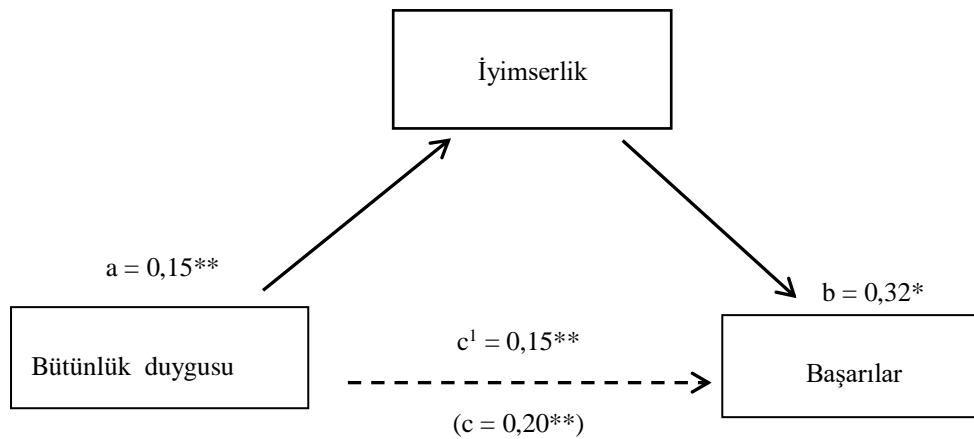
Not: \*p=0,05; \*\*p< 0,001.

Şekil 4. Bütünlük duygusu ile anlam arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolü.

Elde edilen sonuçlara göre, bütünlük duygusu iyimserliği ( $B_{Sh} = 0,15_{,04}$ ,  $t = 4,17$ ,  $p < 0,001$ ), iyimserlik de anlamı pozitif yönde anlamlı olarak yordamaktadır ( $B_{Sh} = 0,20_{,10}$ ,  $t = 1,94$ ,  $p = 0,05$ ). Şekil 5’de de görüldüğü gibi, bütünlük duygusunun anlam üzerindeki doğrudan etkisi  $B_{Sh} = 0,30_{,04}$ ,  $t = 7,54$ ,  $p < 0,001$  olarak belirlenmiştir. Bütünlük duygusunun dolaylı etkisi ise  $ab = 0,03$ ’dür. Aracı değişken eşitliğe girildikten sonra bütünlük duygusunun anlam üzerindeki etkisi düşmüştür (0,30’dan 0,27’ye). Bootstrapping sonuçlarının (Bootstrap katsayısı= 0,03,  $Sh_0 = 0,02$ , %95 GA = 0,00, 0,07) anlamlı olduğu görülmektedir. Ancak Sobel test sonuçları ( $z = 1,72$ ,  $p > 0,05$ ) ve VAF değerinin %20’den az olması aracılık etkisinin oluşmadığını göstermektedir. Bu nedenle iyimserlik bütünlük duygusu ile anlam arasındaki ilişkide aracı role sahip değildir.

#### ***Bütünlük Duygusu ile Başarılar Arasındaki İlişkide İyimserliğin Aracı Rolü***

Bütünlük duygusu ile psikolojik iyi oluşun “başarılar” boyutu arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolüne ilişkin bulgular Şekil 5’de görüldüğü gibidir.



Not: \*p<0,01; \*\*p<0,001.

Şekil 5. Bütünlük duygusu ile başarılar arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolü.

Şekil 5’de görüldüğü gibi, bütünlük duygusu iyimserliği ( $B_{Sh} = 0,15,_{04}$ ,  $t = 4,17$ ,  $p < 0,001$ ), iyimserlik ise başarıları pozitif yönde anlamlı olarak yordamaktadır ( $B_{Sh} = 0,32,_{11}$ ,  $t = 2,94$ ,  $p < 0,01$ ). Bütünlük duygusunun başarılar üzerindeki doğrudan etkisi  $B_{Sh} = 0,20,_{04}$ ,  $t = 4,78$ ,  $p < 0,001$  olarak belirlenmiştir. Bütünlük duygusunun dolaylı etkisi ise  $ab = 0,05$ ’dir. Aracı değişken eşitliğe girildikten sonra bütünlük duygusunun başarılar üzerindeki etkisi düşmüştür (0,20’den 0,15’e). Bootstrapping (Bootstrap katsayısı = 0,05,  $Sh = 0,02$ , %95 GA = 0,01, 0,10) ve Sobel test sonuçları ( $z = 2,36$ ,  $p < 0,05$ ) iyimserliğin bütünlük duygusu ile başarılar arasındaki ilişkide aracı role sahip olduğunu göstermektedir.

### **Tartışma, Sonuç ve Öneriler**

Araştırma bulguları iki bölüme ayrılarak tartışılmış ve yorumlanmıştır. Birinci bölümde bütünlük duygusu, iyimserlik ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkilere ait bulgular tartışılmış, ikinci bölümde ise bütünlük duygusu ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide iyimserliğin aracılık rolüne ilişkin bulgular tartışılmıştır

#### **Bütünlük duygusu, iyimserlik ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiler**

Bu araştırmada özel gereksinimli çocukların annelerinin bütünlük duygusu ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolü incelenmiş ve bulgular, bütünlük duygusu ile psikolojik iyi oluş arasında iyimserliğin aracı rolü olduğunu ortaya koymuştur. Araştırmanın ilişkisel analiz sonuçları, özel gereksinimli çocukların annelerinin bütünlük duygusu ile onların psikolojik iyi oluşları arasında olumlu ve pozitif yönde bir ilişki olduğunu göstermiştir. Bir başka ifadeyle, bu bulgu başlarına gelen olayları tahmin edebilen, bu olayları aktif bir şekilde yönetebilen ve anlamlı kılabilen yani bütünlük duygusu yüksek olan annelerin, psikolojik iyi oluşlarının da yüksek olduğunu göstermektedir. Elde edilen bu sonuç alan yazında sıklıkla belirtilen bütünlük duygusunun özel gereksinimli bireylerin ebeveynlerin iyi oluşlarına olumlu yönde katkı sağladığı ve psikopatolojik semptomları azalttığı bilgisiyle örtüşmektedir (Mak vd., 2007; Margalit vd., 1992; Pallant ve Lae, 2002). Benzer şekilde Olsson, Larsmant ve Hwangt (2008), zihinsel engeli ve davranışsal problemi olan çocukların ebeveynleri ile zihinsel engeli olmayan ve davranışsal problemi olan çocukların ebeveynlerini karşılaştırmış, bütünlük duygusunun zihinsel engeli olan çocukların ebeveynlerinde psikolojik iyi oluşu daha fazla olumlu etkilediğini bulmuşlardır. Benzer olarak Kózka ve Przybyła-Basista (2016), down sendromlu çocukların anne ve babalarında algılanan stres düzeyi azaldıkça psikolojik iyi oluşun arttığını bulmuşlardır. Bu bulgular araştırma sonuçlarıyla da tutarlıdır.

Özel gereksinimli annelerin bütünlük duygusu ile psikolojik iyi oluşun alt boyutları olan, olumlu duygular, bağlanma, olumlu ilişkiler, anlam ve başarı ile de pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğunu göstermiştir. Bütünlük duygusunun yüksek olması psikolojik iyi oluşu sağlayan olumlu duyguların daha fazla yaşanmasını desteklemektedir (Pallant ve Lae, 2002a). Ayrıca, bütünlük duygusunun davranışsal baş etme olarak da geçen yönetilebilirlik ögesi özel gereksinimli annelerin yaptığı işe anlam katma yönelimini arttırmakta (Hames vd., 2005; Weissbecker vd., 2002) ve bu annelerin tutarlı ve dengeli bir şekilde stres yaratan olaylarla baş ederlerken sosyal ilişkilerini de geliştirmelerine katkı sağlamaktadır (Gottlieb, 1998; Oelofsen ve Richardson, 2006). Böylece bütünlük duygusu annelerin hem başarı duygusunu daha fazla yaşamalarını hem de anlamlı yaşamaya olan inançlarının artmasını sağlar (Einav vd., 2012; Hauser-Cram vd., 2001).

Araştırmanın ilişkisel analizler sonucunda özel gereksinimli annelerin iyimserlik düzeyleri ile psikolojik iyi oluşları arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğuna ulaşılmıştır. Araştırmalar iyimser bireylerin stresle daha iyi baş ettiklerini, sorunlarla daha cesaretli bir şekilde yüzleştiklerini ortaya koymaktadır (Kashdan vd., 2002; Scheier ve Carver, 1987; Slattery vd., 2017). Özel gereksinimli çocuğa sahip iyimser anneler durumlarını daha iyi hale getirmek için aktif ve yapıcı adımlar atarlarken kötümser anneler savunma mekanizmalarını daha sık kullanmakta ve sorunla yüzleşmektense kaçınma davranışlarını daha sık tekrar etmektedirler (Scheier ve Carver, 1987; Damgard vd., 2016). Bretherton ve McLean’in (2014) yaptıkları

çalışmada zihinsel engele sahip çocukların ebeveynlerinde ve Baker ve arkadaşlarının (2005) yaptığı çalışmada gelişimsel gecikmesi olan çocukların annelerinde, iyimsenliğin psikolojik iyi oluşu olumlu yönde etkilediği ortaya çıkmıştır. Bu bulgular araştırma sonuçlarıyla tutarlılık göstermektedir.

Araştırmanın ilişkisel analizlerden elde edilen diğer bulgu ise bütünlük duygusu ve iyimsenlik arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu yönündedir. Bütünlük duygusunda yer alan, zorlu durumlar karşısında bireyin davranış motivasyonu ve yönetilebilirlik öğeleri, iyimsenliğe etki eden bir yapıya işaret etmektedir (Antonovsky, 1979). Ayrıca, bütünlük duygusu bilişsel, davranışsal ve duygusal kaynakları yüksek olan kişileri işaret ederken, aynı zamanda bu kaynaklar aracılığıyla iyimsenliklerinin de artmasına katkı sağlamaktadır (Krok, 2015). Bu çalışmanın bulgularına benzer şekilde Feldt ve diğerleri (2006) yaptıkları çalışmada bütünlük duygusunun iyimsenlikle pozitif yönde ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Özel gereksinimli çocuğu olan annelerin bütünlük duygusu ve iyimsenlik düzeyleri arasındaki ilişkiye ilişkin direk bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak bütünlük duygusu önemli bir stresle baş etme kaynağı olarak alan yazında belirtilmiştir. Buna dayanarak hali hazırdaki araştırma sonuçları, Damgard vd. (2016)'nin serabral palsili çocukların anne ve babalarında algılanan stres düzeyi arttıkça iyimsenliğin azaldığı bulgusu ile benzerlik gösterdiği söylenebilir.

### **Bütünlük duygusu ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide iyimsenliğin aracı rolü**

Bu çalışmada, aracılık analiz sonuçları, özel gereksinimli çocukların annelerinin bütünlük duygusu ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide, iyimsenliğin aracı rolü olduğunu göstermiştir. Bu çalışma kapsamında özel gereksinimli çocukların bireylerin annelerinde iyimsenliğin bütünlük duygusu ve iyi oluş arasında aracı olduğuna yönelik doğrudan çalışmaya ulaşılammıştır. Ancak, iyimsenliğin bu iki değişken arasındaki aracılık rolü (Benson, 2010) bütünlük duygusunun motivasyonel unsuru olan anlamlılık ile iyimsenliğin Carver ve Scheier'in (2014) da belirttiği gibi motivasyonel-bilişsel yapı arasındaki kuramsal benzerlikle açıklanabilir. Ayrıca iyimsenlik de bütünlük duygusu gibi istikrarlı bir yapı olarak değerlendirilmiştir (Carver ve Scheier, 2014). Bu açıdan bireyler, tek bir durumla ilgili olumlu beklentilere bel bağlamakla sınırlı kalmayarak, genelleştirilmiş bir biçimde yaşama iyimsen bakabilmektedirler. Krok (2020)'un ergenlerle yaptığı çalışmada da iyimsenliğin, iyi oluşla bütünlük duygusu arasında aracı rolü olduğu ortaya çıkmıştır. Bu çalışmada da bütünlük duygusunu oluşturan genelleştirilmiş direnç kaynaklarından sosyal destek ve tutarlı bir aile ortamı iyi oluşa olumlu katkı sağlamakla birlikte (Sagy ve Antonovsky, 2000), bu olumlu ilişkinin bir kısmının iyimsenlik aracılığıyla psikolojik iyi oluşa etki ettiği ortaya çıkmıştır. Benzer şekilde, Ekas, Lickenbrock, ve Whitman (2010) yaptıkları çalışmada da otizmlili çocukların annelerinde, çoklu sosyal destek kaynaklarından aile desteğinin, iyimsenliği olumlu yönde etkilediğini ve bunun da annelerin iyi oluşlarına olumlu yönde katkıda bulunduğunu belirlemişlerdir.

Bu çalışmada aracılık analizleri psikolojik iyi oluşun alt boyutlarına göre değerlendirildiğinde, ilk bulgu annelerin bütünlük duygusu ile olumlu duyguları arasında iyimsenliğin aracı rolünün anlamlı ve pozitif yönde olduğudur. Özel gereksinimli annelerin bütünlük duygusu onların iyimsen olmasına bu da onların olumlu duygular yaşamasına etki etmektedir. Bu bulgu Gorsy ve Panwar'in (2016) iyimsenliğin olumlu duyguları ortaya çıkaran önemli bir etken olduğu ve Scheier ve diğerlerinin (2004) yaşama iyimsen bakmanın daha fazla olumlu duygular yaşamasına yol açtığı bulgularıyla örtüşmektedir. Benzer bulgular özel gereksinimli çocukların anneleriyle yürütülen çalışmalarda da görülmektedir. Örneğin, Baker, Blacher, ve Olsson (2005) ise yaptıkları çalışmada, yüksek iyimsenlik bildiren özel gereksinimli çocuğu olan annelerinin, çocuklarının davranış sorunları artsa bile iyimsenliğin önemli ölçüde onlarda daha az depresyona yol açtığını bulmuşlardır. Slattery, McMahon ve Gallagher (2017), gelişimsel yetersizliği olan çocukların ebeveynlerin iyimsenlik düzeylerinin olumlu yeniden değerlendirmeyi etkilediğini ortaya koymuşlardır. Bu olumlu yeniden değerlendirme, bilişsel davranışçı terapi kuramı ile ifade

edilecek olursak (Beck, 2019; Corey, 2008), negatif şemaların yerine gerçekçi şemalar oluşturulması anlamına gelmekte ve duyguların yönetilmesini kolaylaştırmaktadır.

Psikolojik iyi oluşun alt boyutlarına ilişkin aracılık analizlerinden elde edilen ikinci bulgu ise annelerin bütünlük duygusu ile bağlanma arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolü olduğudur. Bütünlük duygusu yüksek olan annelerin iyimserlik düzeyi artmakta ve bunun sonucu olarak bağlanma düzeyleri de artmaktadır. Akış halinde (Csikszentmihalyi, 2009), yaptığı uğraşa bağlanan bireyler, olumsuz ve stres verici düşüncelerin sürekli zihinlerinde dolaşmasına (ruminasyon) ara verirler (Grossman vd., 2004; Malinowski ve Lim, 2015). Bu, zihinsel rahatlama, stresin yarattığı zararların azaltılmasını, daha az tükenmiş hissetmelerini sağlamaktadır (Atalay, 2018; Devrim Çatak ve Ögel, 2010; Sadziak vd., 2019; Zeng ve Gu, 2017). Avaroğlu ve Okutan (2018), zihin engelli çocuğu olan ailelerin iyimserlik düzeylerinin yaşam doyumlarını arttırdığını bulmuşlardır. Bu araştırma da gösteriyor ki bütünlük duygusunun etkisiyle yaşama olumlu bir bakış, bireylerin farklı yeteneklerini, ilgilerini ve yaşam doyumunu almalarını sağlayan yeterliliklerini geliştirmektedir.

Psikolojik iyi oluşun alt boyutlarına ilişkin aracılık analizlerinden elde edilen üçüncü bulgu; özel gereksinimli çocukların annelerinin bütünlük duygusu ile olumlu ilişkiler arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolünün olmadığıdır. Bütünlük duygusu her ne kadar direk olarak olumlu ilişkileri etkilese de iyimserlik yoluyla olumlu ilişkilere herhangi bir etkide bulunmamıştır. Bütünlük duygusu ve iyimserlik ayrı yapılar olarak olumlu ilişkileri etkilemektedir. Bizim bulgumuzun aksine alan yazında iyimserliğin romantik ilişkilerden, arkadaşlık ilişkilerine kadar olumlu yönde etkisine dair bir çok araştırma mevcuttur (Assad vd., 2007; Dougall vd., 2001; Srivastava vd., 2006; Trunzo ve Pinto, 2003; Wimberly vd., 2008). Bu çalışmada ortaya çıkan ve alan yazınla uyuşmayan bu bulgu, özel gereksinimli çocukların annelerine özgü çalışmalarla açıklanabilir (Jones vd., 2014; Margalit vd., 1992; Pelchat vd., 2009). Özel gereksinimli çocuğu olan anneler çocuklarının bakımı, eğitimi ve tedavisi konuları ile aşırı derecede meşgul olmaktadır. Bu durum onların kendi içlerine dönük, aile yaşantısını merkeze alan bir sosyal sınırlılığa götürmekte her ne kadar iyimser olurlarsa olsunlar çevreleriyle kurdukları sosyal ilişkilerin gelişmemesine neden olmaktadır (Baker vd., 2002; Özmen ve Çetinkaya, 2012). Benzer şekilde Geers ve diğerleri (1998) iyimserlik, kötümserlik ve arkadaşlık arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalarında, iyimserliğin sosyal ilişkilerde kadınlardan çok erkekler arasındaki arkadaşlık ilişkilerine daha fazla etki ettiğini bulmuşlardır. Bu araştırma sonuçları ve yürütülen çalışmanın bulguları olumlu ilişkilerin, özel gereksinimli çocuğa sahip olmanın getirdiği koşullara göre değerlendirilmesi gerektiğini ortaya koymuştur.

Psikolojik iyi oluşun alt boyutlarına ilişkin aracılık analizlerinden elde edilen dördüncü bulgu; özel gereksinimli çocukların annelerinin bütünlük duygusu ile anlam arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolünün olmadığıdır. Bütünlük duygusunun anlamlılık boyutu ile psikolojik iyi oluşun anlam boyutları birbirlerine benzer ve yakın boyutlar olduğu için iyimserliğin aracılık açısından bir etkisinin bulunmaması beklenebilir. Bu bulgu iyimserliğin aracı etkisi işleme girmeden bütünlük duygusunun anlam boyutuna doğrudan etki ettiğini ortaya çıkarmaktadır (Hayes, 2018).

Psikolojik iyi oluşun alt boyutlarına ilişkin analizlerden elde edilen beşinci ve son bulgu; özel gereksinimli çocukların annelerinin bütünlük duygusu ile başarılar arasındaki ilişkide iyimserliğin aracı rolünün olduğudur. Bütünlük duygusu yüksek olan annelerin iyimserlik düzeyleri artmakta ve bu artış onların başarı duygusunu daha fazla hissetmelerine yol açmaktadır. Bu sonuç öz belirlemecilik kuramı (Ryan ve Deci, 2000) içerisindeki yetkinlik ihtiyacı ile açıklanabilir. Yetkinlik ihtiyacı, öğrenmeye yönelik deneyimlerle kişinin ilerlemesi ve ustalık kazanması olarak tanımlanmıştır (Hefferon ve Boniwell, 2018, p. 84). Bir çok çalışma, iyimserliğin bireylerin kendilerini başarılı ve yetkin hissetmelerinde olumlu bir etki gösterdiğini ve koruyucu etkisi olduğunu ortaya koymuştur (Feldman ve Kubota, 2015; Görgens-Ekermans

ve Steyn, 2016; Hajek ve König, 2019; Liu vd., 2018). Özel gereksinimli çocuğu olan bir anne çocuğunun hem eğitiminde hem de yaşam içerisinde kat ettiği ilerlemeleri görmesi, iyimser bir bakış açısıyla yaşadığı güçlüklerden çok, baş edebildiği durumlara odaklanması, onların psikolojik açıdan iyi kalabilmelerini sağlamaktadır.

Bütünlük duygusu ve iyimserlik bireylerde orta yaşlara kadar gelişebilmekte daha sonra gelişmesi yavaşlamaktadır (Carver ve Scheier, 2014; Idan vd., 2016). Ancak yine de eş desteği, sosyal destek, ekonomik refah, eğitim düzeyi, çeşitli profesyonel psikolojik yardımlar bireyin bu dönemden sonra da hem iyimserlik hem de bütünlük duygusunu geliştirebilir (Antonovsky, 1996; Einav vd., 2012; Geckova vd., 2010). Bu çalışmanın sonuçlarından yola çıkarak, özel eğitim, sosyal hizmet, psikolojik danışma gibi alan çalışanlarının, özel gereksinimli çocukların annelerine yönelik yapılacak psikolojik destek çalışmalarında bütünlük duygusunun ve iyimserliğin geliştirilmesine yönelik uygulama ve teknikler geliştirmesi önerilmektedir. Bu tekniklerin ve stratejilerin, grupla psikolojik danışma, bilgilendirme çalışmaları, psiko-eğitim çalışmaları aracılığıyla ebeveynlere ulaşması, bu ebeveynlerin psikolojik iyi oluşlarına önemli katkılar sunacaktır. Ayrıca annelerinin çocuklarının tanı almasından bugüne kadar geçen sürede psikolojik iyi oluş açısından nelerin değiştiği, hangi faktörlerin rol oynadığı, boylamsal çalışmalar yapılarak değerlendirilebilir.

Bu araştırmada, bütünlük duygusu ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide iyimserlik dışında etki eden diğer faktörlerin yer almaması, araştırmanın sınırlılığıdır. Bir başka sınırlılık ise çalışma grubu olarak belirlenen annelerin özel gereksinimli çocuklarının, sadece örgün eğitime devam eden serabral palsili, zihinsel engelli, otizmlı ve down sendromlu çocuklardan oluşmasıdır.

#### **Etik Kurul Onay Bilgileri (The Ethical Committee Approval)**

Bu çalışma, Çukurova Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'nun 30.09.2020 tarih ve 13 sayılı kararı ile araştırma ve yayın etiğine uygun olarak gerçekleştirilmiştir.

#### **Çıkar Çatışması (Conflict of Interest)**

Yazarlar, bu çalışma kapsamında herhangi bir çıkar çatışmasının olmadığını beyan etmişlerdir.

#### **Finansal Destek (Financial Support)**

Yazarlar, bu çalışma için herhangi bir finansal destek almadıklarını beyan etmişlerdir.

#### **Kaynaklar**

- Akçeşme, F. (2017). *Özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerin iyimserlik düzeyleri ve stresle başa çıkma stillerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>'nden erişilmiştir (Tez No: 481283).
- Antonovsky, A. (1979). *Health, stress, and coping*. Jossey-Bass.
- Antonovsky, A. (1987). *Unraveling the mystery of health : how people manage stress and stay well*. Jossey-Bass.
- Antonovsky, A. (1996). The salutogenic model as a theory to guide health promotion 1. *Health Promotion International*, 11(1), 11-18. <https://doi.org/10.1093/heapro/11.1.11>
- Arney, W. R. (1990). *Understanding statistics in the social sciences*. W.H. Freeman.
- Assad, K. K., Donnellan, M. B., & Conger, R. D. (2007). Optimism: An enduring resource for romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93(2), 285-297. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.93.2.285>
- Atalay, Z. (2018). *Mindfulness şimdi ve burada*. İnkilap Yayınevi.
- Ataman, A. (2003). *Özel gereksinimli çocuklar ve özel eğitime giriş*. Gündüz Eğitim ve Yayıncılık.
- Avşaroğlu, S., & Okutan, H. (2018). The effects of mentally handicapped children on families: A

- conceptual review. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(1), 59-76.
- Aydın, G. ve Tezer, E. (1991). İyimserlik, sağlık sorunları ve akademik başarı ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7(24), 2-9.
- Aydun, A. ve Açar, K. (2013). Normal ve zihin engelli ergenlerin empati becerileri ile annelerinin empati becerileri. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(2), 301-314. doi: 10.17860/EFD.45210
- Azariah, R. (1992). The role of optimism and sense of coherence in predicting recovery following surgery. *Psychology & Health*, 7(4), 301-310. doi: 10.1080/08870449208403159
- Baker, B. L., Blacher, J., Crnic, K. A. & Edelbrock, C. (2002). Behavior problems and parenting stress in families of three-year-old children with and without developmental delays. *American Journal on Mental Retardation*, 107(6), 433-444.
- Baker, B. L., Blacher, J., & Olsson, M. B. (2005). Preschool children with and without developmental delay: Behaviour problems, parents' optimism and well-being. *Journal of Intellectual Disability Research*, 49(8), 575-590.
- Beck, A. T. (2019). A 60-year evolution of cognitive theory and therapy. *Perspectives on Psychological Science*, 14(1), 16-20. doi : 10.1177/1745691618804187
- Benson, P. R. (2010). Coping, distress, and well-being in mothers of children with autism. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 4(2), 217-228. doi: 10.1016/j.rasd.2009.09.008
- Bourke-Taylor, H. M., Lee, D. C. A., Tirlea, L., Joyce, K., Morgan, P., & Haines, T. P. (2021). Interventions to improve the mental health of mothers of children with a disability: Systematic review, meta-analysis and description of interventions. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 51(10), 3690-3706.
- Boyras, G. ve Sayger, T. V. (2011). Psychological well-being among fathers of children with and without disabilities: The role of family cohesion, adaptability, and paternal self-efficacy. *American Journal of Men's Health*, 5(4), 286-296.
- Bretherton, S. J., & McLean, L. A. (2014). Mediating effects of perceived control in the relationship between optimism and adjustment in parents of children with disabilities. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 26(3), 357-369. doi: 10.1007/s10882-014-9371-7
- Bristol, M. M., Gallagher, J. J., & Schopler, E. (1988). Mothers and fathers of young developmentally disabled and nondisabled boys: Adaptation and spousal support. *Developmental Psychology*, 24(3), 441-51. doi: 10.1037/0012-1649.24.3.441
- Burke, M. M., Chan, N., & Neece, C. L. (2017). Parent perspectives of applying mindfulness-based stress reduction strategies to special education. *Intellectual and Developmental Disabilities*, 55(3), 167-180. doi: 10.1352/1934-9556-55.3.167
- Butler, J., ve Kern, M. L. (2016). The PERMA-Profil: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 6(3), 1-48. doi: 10.5502/ijw.v6i3.526
- Byrne, E. A., & Cunningham, C. C. (1985). The effects of mentally handicapped children on families: A conceptual review. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 26(6), 847-864. doi: 10.1111/j.1469-7610.1985.tb00602.x
- Cantero-Garrito, P. A., Moruno-Miralles, P., & Flores-Martos, J. A. (2020). Mothers who take care of children with disabilities in rural areas of a Spanish region. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(8), 2920. doi: 10.3390/IJERPH17082920
- Carmody, J., & Baer, R. A. (2008). Relationships between mindfulness practice and levels of mindfulness, medical and psychological symptoms and well-being in a mindfulness-based stress reduction program. *Journal of Behavioral Medicine*, 31(1), 23-33.
- Carr, A. (2016). *Pozitif Psikoloji* (1.Basım). Kaknüs Yayınları.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. Cambridge University Press. doi: 10.1017/cbo9781139174794
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2014). Dispositional optimism. *Trends in Cognitive Sciences*, 18(6), 293-299. doi: 10.1016/j.tics.2014.02.003
- Chanderkant, G., & Panwar, N. (2016). Optimism as a correlate of happiness among working women. *International Journal of Indian Psychology*, 3(2), 20-29. doi:10.25215/0302.174

- Çiğerli, Ö., Topsever, P., Alvr, T. ve Görpeliöğlu, S. (2014). Engelli çocuğu olan anne-babaların tanı anından itibaren ebeveynlik deneyimleri: Farklılığı kabullenmek. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 8(3), 86-92. doi: 10.5455/tjfmpe.159761
- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları*. Mentis Yayıncılık.
- Cramm, J. M., & Nieboer, A. P. (2011). Psychological well-being of caregivers of children with intellectual disabilities: Using parental stress as a mediating factor. *Journal of Intellectual Disabilities*, 15(2), 101-113. doi: 10.1177/1744629511410922
- Csikszentmihalyi, M. (2009). *Flow*. HarperCollins.
- Çam, M. O. ve Demirkol, H. (2019). Travma sonrası büyümenin bir yordayıcısı olarak bütünlük duygusu. *Psikiyatride Guncel Yaklaşımlar*, 11(2), 167-177. doi: 10.18863/pgy.393111
- Çayır, K., Soran, M., ve Ergün, M. (2015). *Engellilik ve ayrımcılık eğitimciler için temel metinler ve örnek dersler*. Karekök Eğitim Basım Yayım.
- Çeçen, A. R. (2008). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordamada bireysel bütünlük (tutarlılık) duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 4(1), 19-30.
- Çelik, R. (2017). Adalet, kapsayıcılık ve eğitimde hakkaniyetli fırsat eşitliği. *Fe Dergi*, 9(2), 17-29. doi: 10.1501/Fe0001\_0000000185
- Çetin, K. (2018). Engelli çocuklara sahip ailelerin çocuklarını kabul-reddi ile sosyal destek ilişkisinin çeşitli değişkenlerce yordanması. *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 9(2), 137-154.
- Dabrowska, A., & Pisula, E. (2010). Parenting stress and coping styles in mothers and fathers of pre-school children with autism and Down syndrome. *Journal of Intellectual Disability Research*, 54(3), 266-280. doi: 10.1111/j.1365-2788.2010.01258.x
- Dabrowska, A. (2008). Sense of coherence and coping with stress in fathers of children with developmental disabilities. *Polish Psychological Bulletin*, 39(1), 29-34.
- Damgård, R., Sørensen, K., Vestrheim, I. E., Lerdal, B., Skranes, J., & Rohde, G. (2016). Optimism and sense of coherence in mothers and fathers of children with cerebral palsy participating in an intensified habilitation programme. *Scandinavian Journal of Disability Research*, 18(3), 245-255. doi: 10.1080/15017419.2015.1064025
- Daulay, N., Ramdhani, N. & Hadjam, N. (2018). Sense of Competence as Mediator on Parenting Stress. *The Open Psychology Journal*. 11. 198-209.
- Demir, G., Özcan, A. ve Kızırlırmak, A. (2012). Zihinsel engelli çocuğa sahip annelerin depresyon düzeylerinin belirlenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 13(4), 53-58.
- Demirci, İ., Ekşi, H., Dinçer, D. ve Kardaş, S. (2017). Five-dimensional model of well-being: The validity and reliability of Turkish version of PERMA-Profil. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 5(1), 60-77.
- Devrim Çatak, P. ve Ögel, K. (2010). Farkındalık temelli terapiler ve terapötik süreçler. *Klinik Psikiyatri* 13, 85-91.
- Dougall, A. L., Hyman, K. B., Hayward, M. C., McFeeley, S., & Baum, A. (2001). Optimism and traumatic stress: The importance of social support and coping. *Journal of Applied Social Psychology*, 31(2), 223-245. doi: 10.1111/j.1559-1816.2001.tb00195.x
- Duran, S. ve Barlas, G. (2015). Zihinsel engelli bireylerin ebeveynlerinin öznel iyi oluş, öz duyarlılık ve tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesi. *Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7(3), 69-79.
- Dünya Sağlık Örgütü, (2011). *Dünya engellilik raporu*. www.who.int adresinden erişilmiştir.
- Einav, M., Levi, U., & Margalit, M. (2012). Mothers' coping and hope in early intervention. *European Journal of Special Needs Education*, 27(3), 265-279.
- Ekas, N. V., Lickenbrock, D. M., & Whitman, T. L. (2010a). Optimism, social support, and well-being in mothers of children with autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 40(10), 1274-1284. doi: 10.1007/s10803-010-0986-y
- Ekas, N. V., Lickenbrock, D. M., & Whitman, T. L. (2010b). Optimism, social support, and well-being in mothers of children with autism spectrum disorder. *Journal of Autism and*



- Developmental Disorders*, 40(10), 1274-1284. doi: 10.1007/s10803-010-0986-y
- Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü (2016). *İstatistik Bülteni*. <http://www.iskur.gov.tr/kurumsalbilgi/istatistikler.aspx> adresinden erişilmiştir.
- Eraslan-Çapan, B. ve Tümlü, C. (2018). Engelli çocuğa sahip ebeveynlerin duygusal sağrlık ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin incelenmesi. *Kalem Uluslararası Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(2/15), 493-518. doi: 10.23863/kalem.2019.112
- Farajzadeh, A., Maroufizadeh, S., & Amini, M. (2020). Factors associated with quality of life among mothers of children with cerebral palsy. *International Journal of Nursing Practice*, 26(3), e12811. doi: 10.1111/IJN.12811
- Fareo, D. O. (2015). Counselling intervention and support programmes for families of children with special educational needs. *Journal of Education and Practice*, 6(10), 103-109.
- Feldman, D. B., & Kubota, M. (2015). Hope, self-efficacy, optimism, and academic achievement: Distinguishing constructs and levels of specificity in predicting college grade-point average. *Learning and Individual Differences*, 37, 210-216. doi: 10.1016/j.lindif.2014.11.022
- Feldt, T., Mäkikangas, A., & Aunola, K. (2006). Sense of coherence and optimism: A more positive approach to health. In L. Pulkkinen, J. Kaprio, & R. J. Rose (Eds.), *Socioemotional development and health from adolescence to adulthood* (pp. 286-305). Cambridge University Press. doi: 10.1017/CBO9780511499784.020
- Geers, A. L., Reilley, S. P., & Dember, W. N. (1998). Optimism, pessimism, and friendship. *Current Psychology*, 17(1), 3-19. doi: 10.1007/s12144-998-1017-4
- Görgens-Ekermans, G., & Steyn, R. (2016). Optimism, self-efficacy and meaningfulness: a structural model of subjective well-being at work. *Management Dynamics*, 25(4), 34.
- Gottlieb, A. (1998). Single Mothers of children with disabilities. In H. I. McCubin, E. Thompson, A. I. Thompson, ve J. E. Fromer (Eds.), *Stress, Coping and Health in Families, Sense of Coherence and Resilience* (pp. 189-203). Sage Publications.
- Griffiths, C. A., Ryan, P., & Foster, J. H. (2011). Thematic analysis of Antonovsky's sense of coherence theory. *Scandinavian Journal of Psychology*, 52(2), 168-173.
- Grossman, P., Niemann, L., Schmidt, S., & Walach, H. (2004). Mindfulness-based stress reduction and health benefits: A meta-analysis. *Journal of Psychosomatic Research*, 57(1), 35-43. doi: 10.1016/S0022-3999(03)00573-7
- Hajek, A., & König, H. H. (2019). The role of optimism, self-esteem, and self-efficacy in moderating the relation between health comparisons and subjective well-being: Results of a nationally representative longitudinal study among older adults. *British Journal of Health Psychology*, 24(3), 547-570. doi: 10.1111/bjhp.12367
- Hallberg, U. (2014). Differences in health and well-being of parents of children with disabilities. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, 9(1), 1.
- Hames, A., McCaffrey, M., & McCaffrey, B. (2005). *Special brothers and sisters : Stories and tips for siblings of children with a disability or serious illness*. Jessica Kingsley Publishers.
- Hartley, S. L., Seltzer, M. M., Head, L., & Abbeduto, L. (2012). Psychological well-being in fathers of adolescents and young adults with down syndrome, fragile x syndrome, and autism. *Family Relations*, 61(2), 327-342. doi: 10.1111/j.1741-3729.2011.00693.x
- Hauser-Cram, P., Warfield, M. E., Shonkoff, J. P., Krauss, M. W., Sayer, A., & Upshur, C. C. (2001). Children with disabilities: a longitudinal study of child development and parent well-being. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 66(3), 115-26.
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford Press.
- Hefferon, K., & Boniwell, I. (2018). *Pozitif psikoloji kuram, araştırma ve uygulamalar*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Heiman, T. (2004). Examination of the salutogenic model, support resources, coping style, and stressors among israeli university students. *Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 138(6), 505-520. doi: 10.3200/JRLP.138.6.505-520
- Hemati Alamdarloo, G., & Majidi, F. (2020). Feelings of hopelessness in mothers of children with neurodevelopmental disorders. *International Journal of Developmental Disabilities*, 1-

10. doi: 10.1080/20473869.2020.1736886
- Hickey, E. J., Hartley, S. L., & Papp, L. (2019). Psychological well-being and parent-child relationship quality in relation to child autism: An actor-partner modeling approach. *Family Process, 59*(2), 636-650. doi: 10.1111/famp.12432
- Idan, O., Braun-Lewensohn, O., Lindström, B., & Margalit, M. (2016). The application of salutogenesis in cities and towns. In M. B. Mittelmark, S. Sagy, M. Eriksson, G. F. Bauer, J. M. Pelikan, B. Lindström, & G. A. Espnes (Eds.), *The handbook of salutogenesis* (pp. 171-179). doi: 10.1007/978-3-319-04600-6\_18
- Işık, A. ve Akbaş, E. (2019). Özel gereksinimli çocuklara sahip olan ailelerin evlilik yaşamına toplumsal cinsiyet odaklı yaklaşım. *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi, 8*(2), 2147-5237.
- Jones, L., Hastings, R. P., Totsika, V., Keane, L., & Rhule, N. (2014). Child behavior problems and parental well-being in families of children with autism: The mediating role of mindfulness and acceptance. *American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities, 119*(2), 171-185. doi: 10.1352/1944-7558-119.2.171
- Kandel, I., & Merrick, J. (2007). The child with a disability: Parental acceptance, management and coping. *The Scientific World Journal, 7*, 1799-1809. doi: 10.1100/tsw.2007.265
- Kashdan, T. B., Pelham, W. E., Lang, A. R., Hoza, B., Jacob, R. G., Jennings, J. R., Blumenthal, J. D., & Gnagy, E. M. (2002). Hope and optimism as human strengths in parents of children with externalizing disorders: Stress is in the eye of the beholder. *Journal of Social and Clinical Psychology, 21*(4), 441-468. doi: 10.1521/jscp.21.4.441.22597
- Keller, D., & Honig, A. S. (2004). Maternal and paternal stress in families with school-aged children with disabilities. *American Journal of Orthopsychiatry, 74*(3), 337-348. doi: 10.1037/0002-9432.74.3.337
- Kido, K., & Fujita, K. (2021). Correlation between child behavior and depression in mother with autism spectrum disorders child. *Journal of Maternal and Child Health, 6*(4), 475-485.
- Kot, M., Sönmez, S. ve Eratay, E. (2018). Özel gereksinimli bireylere sahip ailelerin yaşadıkları zorluklar. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi, 37*, 85-96.
- Kózka, A., & Przybyła-Basista, H. (2016). The relationships between perceived stress and psychological well-being among mothers and fathers of children with down syndrome. *New Educational Review, 44*(2), 285-294. doi: 10.15804/TNER.2016.44.2
- Krok, D. (2015). The mediating role of optimism in the relations between sense of coherence, subjective and psychological well-being among late adolescents. *Personality and Individual Differences, 85*, 134-139. doi: 10.1016/j.paid.2015.05.006
- Krok, D. (2020). Sense of coherence and psychological well-being among coronary heart disease patients: a moderated mediation model of affect and meaning in life. *Current Psychology, 1*-9. doi: 10.1007/s12144-020-00982-z
- Liu, C., Cheng, Y., Hsu, A. S. C., Chen, C., Liu, J., & Yu, G. (2018). Optimism and self-efficacy mediate the association between shyness and subjective well-being among Chinese working adults. *Plos One, 13*(4), e0194559. doi: 10.1371/journal.pone.0194559
- Lu, M., Chen, J., He, W., Pang, F., & Zou, Y. (2021). Association between perceived social support of parents and emotional/behavioral problems in children with ASD: A chain mediation model. *Research in Developmental Disabilities, 113*, 103933. doi: 10.1016/J.RIDD.2021.103933
- Lučić, L. (2020). Parents of children with developmental difficulties and parents of typically developed children: What happens in a year? *Behavioral Sciences, 10*(1), 1-10.
- Macks, R. J., & Reeve, R. E. (2007). The adjustment of non-disabled siblings of children with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders, 37*(6), 1060-1067.
- Madarasova Geckova, A., Tavel, P., Van Dijk, J. P., Abel, T., & Reijneveld, S. A. (2010). Factors associated with educational aspirations among adolescents: Cues to counteract socioeconomic differences? *BMC Public Health, 10*(1). 154-163. doi: 10.1186/1471-2458-10-154
- Mak, W. W. S., Ho, A. H. Y., & Law, R. W. (2007). Sense of coherence, parenting attitudes and stress among mothers of children with autism in Hong Kong. *Journal of Applied Research*

- in Intellectual Disabilities*, 20(2), 157-167. doi: 10.1111/j.1468-3148.2006.00315.x
- Malinowski, P., & Lim, H. J. (2015). Mindfulness at work: Positive affect, hope, and optimism mediate the relationship between dispositional mindfulness, work engagement, and well-being. *Mindfulness*, 6(6), 1250-1262. doi: 10.1007/s12671-015-0388-5
- Margalit, M., Raviv, A., ve Ankonina, D. B. (1992). Coping and coherence among parents with disabled children. *Journal of Clinical Child Psychology*, 21(3), 202-209.
- Moreira, H., Gouveia, M. J., Carona, C., Silva, N., & Canavarro, M. C. (2015). Maternal attachment and children's quality of life: The mediating role of self-compassion and parenting stress. *Journal of Child and Family Studies*, 24(8), 2332-2344. doi: 10.1007/s10826-014-0036-z
- Nilsson, K. W., Leppert, J., Simonsson, B., & Starrin, B. (2010). Sense of coherence and psychological well-being: Improvement with age. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 64(4), 347-352. doi: 10.1136/jech.2008.081174
- Oelofsen, N., & Richardson, P. (2006). Sense of coherence and parenting stress in mothers and fathers of preschool children with developmental disability. *Journal of Intellectual and Developmental Disability*, 31(1), 1-12. doi: 10.1080/13668250500349367
- Olsson, M. B., & Hwang, C. P. (2002). Sense of coherence in parents of children with different developmental disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research*, 46(7), 548-559. doi: 10.1046/j.1365-2788.2002.00414.x
- Olsson, Malin B., Larsman, P., & Hwang, P. C. (2008). Relationships among risk, sense of coherence, and well-being in parents of children with and without intellectual disabilities. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities*, 5(4), 227-236.
- Oral, A., Aydın, R., Ketenci, A., Akyüz, G., Sindel, D., & Yalman, A. (2016). Dünya Engellilik Raporu: Türkiye'de engellilik ile ilgili konuların analizi ve fiziksel tıp ve rehabilitasyon tıp uzmanlığının katkıları. *J Phys Med Rehab*, 1(62), 83-97. doi: 10.5606/tftrd.2016.219
- Öz, B., Yüksel, T., & Nasiroğlu, S. (2020). Depression-anxiety symptoms and stigma perception in mothers of children with autism spectrum disorder. *Archives of Neuropsychiatry*, 57(1), 50. doi: 10.29399/NPA.23655
- Özmen, D. ve Çetinkaya, A. (2012). Engelli çocuğa sahip ailelerin yaşadığı sorunlar. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 28(3), 35-49.
- Palancı, M. (2018). 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. doi: 10.15390/EB.2017.4384
- Pallant, J. F., & Lae, L. (2002). Sense of coherence, well-being, coping and personality factors: Further evaluation of the sense of coherence scale. *Personality and Individual Differences*, 33(1), 39-48. doi: 10.1016/S0191-8869(01)00134-9
- Pelchat, D., Levert, M. J., & Bourgeois-Guérin, V. (2009). How do mothers and fathers who have a child with a disability describe their adaptation/transformation process? *Journal of Child Health Care*, 13(3), 239-259. doi: 10.1177/1367493509336684
- Pozo, P., Sarriá, E., & Brioso, A. (2014). Family quality of life and psychological well-being in parents of children with autism spectrum disorders: A double ABCX model. *Journal of Intellectual Disability Research*, 58(5), 442-458. doi: 10.1111/jir.12042
- 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
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 65-78. doi: 10.1037/110003-066X.55.1.68
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Sadziak, A., Wilinski, W., & Wiczorek, M. (2019). Parental burnout as a health determinant in mothers raising disabled children. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 11(3), 77-89. doi: 10.29359/bjhp.11.3.08

- Sagy, S., & Antonovsky, H. (2000). The development of the sense of coherence: a retrospective study of early life experiences in the family. *International Journal of Aging ve Human Development*, 51(2), 155-166. doi: 10.2190/765L-K6NV-JK52-UFKT
- Scheier, M. E., & Carver, C. S. (1987). Dispositional optimism and physical well-being: The influence of generalized outcome expectancies on health. *Journal of Personality*, 55(2), 169-210. doi: 10.1111/j.1467-6494.1987.tb00434.x
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (2004). Optimism, pessimism, and psychological well-being. In E. C. Chang (Ed.), *Optimism & pessimism: Implications for theory, research, and practice* (pp. 189-216). American Psychological Association.
- Scherler, R., & Lajunen, T. (1997). A comparison of Finnish and Turkish university students on the short form of the sense of coherence scale. *Fifth Congress of European Psychology*, 6-11.
- Scorsolini-Comin, F., Fontaine, A. M. G. V., Koller, S. H., & dos Santos, M. A. (2013). From authentic happiness to well-being: The flourishing of positive psychology. *Psicologia: Reflexao e Critica*, 26(4), 663-670. doi: 10.1590/S0102-79722013000400006
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness : Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Free Press.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish : a new understanding of happiness and well-being--and how to achieve them*. Nicholas Brealey Pub.
- Sharpley, C. F., Bitsika, V., & Efremidis, B. (1997). Influence of gender, parental health, and perceived expertise of assistance upon stress, anxiety, and depression among parents of children with autism. *Journal of Intellectual and Developmental Disability*, 22(1), 19-28. doi: 10.1080/13668259700033261
- Shenaar-Golan, V. (2016). The subjective well-being of parents of children with developmental disabilities: The role of hope as predictor and fosterer of well-being. *Journal of Social Work in Disability and Rehabilitation*, 15(2), 77-95. doi: 10.1080/1536710X.2016.1162119
- Siah, P. C., & Tan, S. H. (2016). Relationships between sense of coherence, coping strategies and quality of life of parents of children with autism in Malaysia: A case study among chinese parents. *Disability, CBR and Inclusive Development*, 27(1), 78-91.
- Sivrikaya, T. ve Çiftçi Tekinarslan, İ. (2013). Zihinsel yetersizliğı olan çocuğa sahip annelerde stres, sosyal destek ve aile yükü. *Ankara Üniversitesi Egitim Bilimleri Fakültesi Özel Egitim Dergisi*, 14(2), 17-29. doi: 10.1501/ozlegt\_0000000182
- Slattery, E., McMahon, J., & Gallagher, S. (2017). Optimism and benefit finding in parents of children with developmental disabilities: The role of positive reappraisal and social support. *Research in Developmental Disabilities*, 65, 12-22. doi: 10.1016/j.ridd.2017.04.006
- Smith, L. E., Seltzer, M. M., Tager-Flusberg, H., Greenberg, J. S., & Carter, A. S. (2008). A comparative analysis of well-being and coping among mothers of toddlers and mothers of adolescents with ASD. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 38(5), 876-889. doi: 10.1007/s10803-007-0461-6
- Srivastava, S., McGonigal, K. M., Richards, J. M., Butler, E. A., & Gross, J. J. (2006). Optimism in close relationships: How seeing things in a positive light makes them so. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(1), 143-153. doi: 10.1037/0022-3514.91.1.143
- Taanila, A., Syrjälä, L., Kokkonen, J., & Järvelin, M. R. (2002). Coping of parents with physically and/or intellectually disabled children. *Child: Care, Health and Development*, 28(1), 73-86. doi: 10.1046/j.1365-2214.2002.00244.x
- Trunzo, J. J., & Pinto, B. M. (2003). Social support as a mediator of optimism and distress in breast cancer survivors. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 71(4), 805-811. doi: 10.1037/0022-006X.71.4.805
- Uğuz, Ş., Toros, F., İnanç, B. Y. ve Çolakakadoğlu, O. (2004). *Zihinsel ve / veya bedensel engelli çocukların annelerinin anksiyete , depresyon ve stres düzeylerinin belirlenmesi*. Klinik Psikiyatri, 7, 42-47.

- Weissbecker, I., Salmon, P., Studts, J. L., Floyd, A. R., Dedert, E. A., & Septon, S. E. (2002). Mindfulness-based stress reduction and sense of coherence among women with fibromyalgia. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 9(4), 297-307. doi: 10.1023/A:1020786917988
- Wimberly, S. R., Carver, C. S., & Antoni, M. H. (2008). Effects of optimism, interpersonal relationships, and distress on psychosexual well-being among women with early stage breast cancer. *Psychology & Health*, 23(1), 57-72. doi: 10.1080/14768320701204211
- Zeng, W., & Gu, M. (2017). Relationship between mindfulness and positive affect of chinese older adults: Optimism as mediator. *Social Behavior and Personality*, 45(1), 155-162. doi: 10.2224/sbp.5606
- Zulfia, R., & Allenidekania, A. (2020). Mother's experience in caring for children with special needs: A literature review. *IJDS:Indonesian Journal Of Disability Studies*, 7(1), 8-18. doi: 10.21776/UB.IJDS.2019.007.01.2

### Extended Abstract

#### Introduction

As in the world in Turkey, the proportions of individuals with special needs are increasing day by day and therefore the psychological problems that arise in their parents are increasing day by day. In addition to the problems experienced by children with special needs, their parents also experience various social, economic and psychological problems. The problems experienced by children with special needs and their families affect a very large population. According to world health organization (WHO) data (2011), approximately 15% of the world's population has any type of disability. In Turkey, this rate is close to this rate.

Recognizing the disabilities of children with neurodevelopmental disorders such as autism, down syndrome, cerebral palsy and intellectual disability, either at a very early age or from birth, may adversely affect the emotional attachment that may develop between mother and child. In the face of increasing behavioral problems and some developmental delays as the individual with special needs gets older, the mother is psychologically exhausted, and as the mother is exhausted, more behavioral problems may occur in the child (Aydın & Açar, 2013; Lu et al., 2021; Öz et al., 2020). As a result, this may lead to an increase in problems such as depression and anxiety disorders in the mother (Burke et al., 2017; Kido & Fujita, 2021; Kózka & Przybyła-Basista, 2016; Moreira et al., 2015; Öz et al., 2020).

It is seen that the characteristics of parents who can cope with the complex situation brought about by having a child with special needs, are open to development by accepting the situation as it is, and manage these emotions even though they experience negative emotions, have been researched in the literature. For example, in the study of Taanila et al. (2002) investigating the coping levels of parents of children with physical or mental disabilities, they determined the characteristics of parents with high coping levels. These are parents who can accept the situation more quickly, have an optimistic perspective for the future, keep up with changing values (flexible), make a healthy division of labor within the family, and benefit from social support resources (Taanila et al., 2002). The vast majority of these areas suggest a sense of coherence as a structural coping resource (Antonovsky, 1979; Gottlieb, 1998; Mak et al., 2007).

A sense of coherence is an important feature for parents with special needs to cope with the difficulties that this situation brings. Because, if having a child with special needs is incomprehensible and unacceptable to the parent, if he does not have the resources to manage this situation, and all these efforts do not mean anything to the parent, the level of stress in the parent

will increase and psychological disorders may occur (Mak et al., 2007; Malin B. Olsson et al., 2008; Siah & Tan, 2016).

In addition to a sense of coherence, optimism is also a protective factor for parents of children with special needs. Optimism, defined as positive expectations for the future, points to the generalized existence of these expectations in the person (Carver & Scheier, 1998; Scheier et al., 2004). In the study of Hemati Alamdarloo and Majidi (2020), the hopelessness level of mothers with children with autism was higher than those of other neurodevelopmental disorders, and in general, the hopelessness levels of mothers of children with autism, special learning disabilities and intellectual disabilities were higher than mothers of typically developing children. In this respect, optimism can be considered as an important feature that can somewhat reverse the hopelessness experienced by families with children with special needs.

Seligman (2002) created a new model of well-being by adding positive relationships and success dimensions to his first theory, authentic happiness, and the PERMA model with a total of five dimensions emerged (Seligman, 2011). These are the ones that are going to positive emotions, attachment, positive relationships, meaning and success. This model is called PERMA, which is formed by the English initials of each dimension (Demirci et al., 2017; Scorsolini-Comin et al., 2013; Seligman, 2011).

The purpose of this study and practice in schools who are educated in special education classrooms special education special needs (autism, Down syndrome, intellectual disabilities, cerebral palsy the mother of your children, in a sense of coherence, psychological well-being variables and to examine the relationship between optimism, coherence and a sense of psychological well-being is to determine the relationship between the role of a mediating for optimism. For this purpose, answers to the following questions were sought:

1. Is there a relationship between the sense of coherence, optimism and psychological well-being (positive emotions, attachment, positive relationships, meaning, accomplishment) of mothers of children with special needs?
2. Does optimism play and mediating role in the relationship between the sense of coherence and psychological well-being (positive emotions, attachment, positive relationships, meaning and accomplishment) of mothers of children with special needs?

## **Method**

In this study, the relational screening model was used for the purposes of the research. 109 mothers with physically disabled children (N = 28), Down syndrome (N = 12), autism (N = 29) and intellectual disabilities (N = 40) participated in the study. Demographic information form, Individual sense of coherence scale, Life Orientation Test and PERMA scale were used as data collection tools in the research. 160 data sets were delivered to mothers through special education teachers and psychological counselors/ guidance teachers working in special education schools, special education and rehabilitation centers and special education classes. Only 109 of these data sets reached the researcher in a fully filled form. To examine relationships between variables, Pearson product-moment correlation analysis and Preacher and Hayes' (2008) mediation in accordance with the recommendations of analyses conducted to examine the significance of indirect effects and confidence intervals bootstrap 5000 coefficients were determined.

## **Results and Discussion**

Relational analysis results of the study showed a positive and positive relationship between the sense of coherence of the mothers of children with special needs and their psychological well-being. In other words, this finding shows that mothers who can predict events that happen to them, actively manage these events and make them meaningful, that is, have a high sense of coherence, also have a high psychological well-being. This result coincides with the knowledge that the sense of coherence often stated in the field article positively contributes to the well-being of parents of

individuals with special needs and reduces psychopathological symptoms (Mak et al., 2007; Margalit et al., 1992; Pallant & Lae, 2002).

It has shown that mothers with special needs have positive emotions, attachment, positive relationships, meaning and success, which are the lower dimensions of psychological well-being with a sense of coherence. A high sense of coherence supports a greater experience of positive emotions that provide psychological well-being (Pallant & Lae, 2002). In addition, the manageability element of the sense of coherence, also referred to as behavioral coping, increases the orientation of mothers with special needs to add meaning to their work (Hames et al., 2005; Weissbecker et al., 2002) and this contributes to the development of mothers' social relationships while coping with stressful events in a consistent and balanced way (Gottlieb, 1998; Oelofsen & Richardson, 2006).

In this study, the results of mediation analysis showed that optimism plays an intermediary role in the relationship between the sense of coherence and psychological well-being of mothers of children with special needs. As part of this study, it was not possible to directly study that optimism is an intermediary between a sense of coherence and well-being in the mothers of individuals with special needs. However, the role of optimism as a mediator between these two variables (Benson, 2010) can be explained by the theoretical similarity between significance, the motivational element of the sense of coherence, and the motivational-cognitive structure of optimism, as Carver and Scheier (2014) noted. In addition, optimism has been evaluated as a stable structure, as has a sense of coherence (Carver & Scheier, 2014). From this point of view, individuals are not limited to relying on positive expectations about a single situation, but can look optimistically at life in a generalized form.

From this point of view, individuals are not limited to relying on positive expectations about a single situation, but can look optimistically at life in a generalized form. Krok's (2020) study of adolescents also showed that optimism plays an intermediary role between well-being and a sense of coherence. In this study, it was found that while social support and a consistent family environment from generalized sources of resistance, which constitute a sense of coherence, contribute positively to well-being (Sagy & Antonovsky, 2000), some of this positive relationship affects psychological well-being through optimism.

A sense of coherence and optimism can develop in individuals until middle age, and then their development slows down (Carver & Scheier, 2014; Idan et al., 2016). However, spousal support, social support, economic well-being, education level, and various professional psychological help can improve the individual's sense of both optimism and integrity after this period (Antonovsky, 1996; Einav et al., 2012; Geckova et al., 2010). Based on the results of this study, it is recommended that field workers such as special education, social work, and psychological counseling develop practices and techniques to improve the sense of integrity and optimism in psychological support studies to be carried out for mothers of children with special needs. The delivery of these techniques and strategies to the parents through group counseling, information studies, and psycho-educational studies will make significant contributions to the psychological well-being of these parents. In addition, what has changed in terms of psychological well-being, which factors play a role, can be evaluated by conducting longitudinal studies.

The limitation of this study is that there are no other factors other than optimism in the relationship between sense of coherence and psychological well-being. Another limitation is that the special needs children of the mothers who were determined as the study group consisted of children with cerebral palsy, intellectual disability, autism and Down syndrome, who only attended formal education.