



Özel Gereksinimli Çocuğu Olan Ebeveynlerde Tükenmişlik: Aile Stresi, Aile Yaşam Doymu ve Aile İşlevselliğinin Rolü

Burnout in Parents of Children with Special Needs: The Role of Family Stress, Family Life Satisfaction and Family Functionality

Gökhan GÜLER ^{ID}, Uzman Psikolojik Danışman, gkhn_176_glr@hotmail.com

Ahmet BEDEL ^{ID}, Doç. Dr., Maltepe Üniversitesi, ahmetbedel@maltepe.edu.tr

Süleyman ÇELİK ^{ID}, Dr., Özel Besmer Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi, drsuleymancelik@hotmail.com

Güler, G., Bedel, A. ve Çelik, S. (2022). Özel Gereksinimli Çocuğu Olan Ebeveynlerde Tükenmişlik: Aile Stresi, Aile Yaşam Doymu ve Aile İşlevselliğinin Rolü. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 13(1), 274-292.

Geliş tarihi: 05.12.2021

Kabul tarihi: 05.03.2022

Yayımlanma tarihi: 28.06.2022

Öz. Araştırmanın amacı özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerde tükenmişlik, ailelerin stres düzeyleri, yaşam doymu, işlevselliği, cinsiyet ve yaş değişkenleri arasındaki ilişkileri incelemek; ayrıca, cinsiyet ve yaş değişkenleri, ailelerin stres düzeyi, yaşam doymu ve işlevselliğinin tükenmişlik puanı üzerindeki yordama düzeyini saptamaktır. Bu amaçla, Bursa'da bir özel eğitim ve rehabilitasyon merkezine devam eden özel gereksinimli çocuğu olan 184 ebeveyne "Maslach Tükenmişlik Ölçeği", "Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği", "Aile Yaşam Doymu Ölçeği" ve "Aile İşlevselliği Ölçeği" uygulanmıştır. Araştırmanın istatistiksel analizleri için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi ve Çoklu Hiyerarşik Regresyon Analizi teknikleri kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre tükenmişlik ile ebeveynlerin stres düzeyi, yaşam doymu ve işlevselliği arasında anlamlı ilişkilerin olduğu; ebeveynlerin tükenmişlik düzeyleri ile ebeveynlerin cinsiyetleri ve yaşları arasında anlamlı ilişkilerin olmadığı belirlenmiştir. Tükenmişlik puanının anlamlı düzeyde yordayıcılarının sırasıyla ebeveynlerin stres düzeyi, yaşam doymu ve işlevselliği olduğu saptanmıştır. Oluşturulan modelde, yordayan değişkenlerin tükenmişlik puanına ilişkin toplam varyansın yaklaşık olarak %52'sini açıkladığı görülmüştür. Buna göre, özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerde ortaya çıkabilecek tükenmişliğe yönelik yapılması planlanan rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinde yer alan aile eğitimindeki risk ve koruyucu faktör olarak belirlenen aracı değişkenlerin önemine vurgu yapılarak tartışılmış ve bu konuda yapılacak sonraki araştırmalar için önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynler, Tükenmişlik, Aile stresi, Aile yaşam doymu, Aile işlevselliği.

Abstract. The aim of this study is to examine the relationships between burnout, family stress, family life satisfaction, family functionality, gender variable and age variable in parents of children with special needs, and also to determine the predictive level of gender variable, age variable, family stress, family life satisfaction and family functionality on the burnout score. For this purpose, "Maslach Burnout Scale", "The Questionnaire on Resource and Stress-F", "Family Life Satisfaction Scale" and "Systemic Family Functionality Scale" were applied to 184 parents of children with special needs in a special education and rehabilitation center in Bursa. Pearson Product Moment Correlation Analysis and Multiple Hierarchical Regression Analysis techniques were used for the statistical analyses of the study. According to the findings of the study, there are significant relationships between burnout and family stress, family life satisfaction and family functionality. The results also showed that there was no significant relationship between burnout and gender and age variables. Significant predictors



of burnout score were determined to be variables of family stress, family life satisfaction and family functionality, respectively. In the created model, it was seen that the predictor variables explained approximately 52% of the total variance regarding the burnout score. Accordingly, it was discussed by emphasizing the importance of concomitant variables determined as risk and protective factors in the guidance and psychological counseling services planned for the burnout that may occur in parents of children with special needs, and suggestions were made for studies.

Keywords: Parents of children with special needs, Burnout, Family stress, Family life satisfaction, Family functionality.



Extended Abstract

Introduction. Depending on the responsibility to the child with special needs, parents may experience long-term stress. Parents may develop burnout especially in the process of adjusting to disability due to the long-term nature of stress. When the literature examined, it was noted that a limited number of studies have been conducted on the burnout of parents with children with special needs, and that the concept of burnout has been considered as an outcome variable. Therefore, it is needed to reveal the predictive power of family stress (risk variable), family life satisfaction and family functionality (protective variables), which are thought to be effective on burnout that may develop in parents with children with special needs.

Method. The aim of the study is to examine the relationships between burnout, family stress, family life satisfaction, family functionality, gender variable and age variable and to determine the predictive level of gender variable, age variable, family stress, family life satisfaction and family functionality on the burnout score. For this purpose, 184 parents (mothers, fathers and other primary caregivers) with children with special needs attending a special education and rehabilitation center in Bursa in the 2020-2021 academic year were administered the Maslach Burnout Scale, The Questionnaire on Resource and Stress-F, Family Life Satisfaction Scale and Systemic Family Functionality Scale. The research was designed on the basis of the survey model, in accordance with the general survey model, which is the sub-dimension of the survey model. Pearson Product-Moment Correlation Analysis and Multiple Hierarchical Regression Analysis techniques were used for the statistical analysis of the research. In the study, “ $p < .05$ ” was taken into account for the level of significance. When the demographic characteristics of the research group were examined, 109 (59.2%) of the participants were mothers, 66 (35.9%) were fathers and 9 (4.9%) were other primary caregivers. The mean age of the participants was 40.66 and the standard deviation was 7.04. 3 (1.6%) of the participants were literate with no schooling, 50 (27.2%) primary school, 23 (12.5%) secondary school, 53 (28.8%) high school, 16 (8.7%) associate, 33 (17.9%) undergraduate, and 6 (3.3%) were graduate degree holders. Of the participants, 172 (93.5%) were married, 9 (4.9%) were divorced, and 3 (1.6%) were single. 83 (45.1%) of the participants stated that they were employed in a job, 93 (50.5%) were unemployed in a job, and 8 (4.3%) were retired. When asked about their monthly average income, 8 (4.3%) of the participants stated that they had an income level below the minimum wage, 55 (29.9%) at the minimum wage and 121 (65.8%) above the minimum wage. When the diagnoses of the children with special needs of the participants were examined, 26 (14.1%) had intellectual disability, 65 (35.3%) pervasive developmental disorder, 28 (15.2%) language and speech disorder, 15 (8.2%) hearing impaired, 33 (17.9%) children with specific learning difficulties and 17 (9.2%) children with multiple diagnoses. The mean age of the children with special needs of the participants was 10.14 and the standard deviation was 5.15.

Results. According to the results of Pearson Product-Moment Correlation Analysis regarding the variables used in the study, it was observed that there was a moderately positive relationship between burnout and family stress ($r = .651$, $p < .05$, $p = .000$). There was a moderate negative correlation between burnout and family life satisfaction ($r = -.362$, $p < .05$, $p = .000$). There was a moderate negative correlation between burnout and family functionality ($r = -.409$, $p < .05$, $p = .000$). There was no significant relationship between burnout and the gender variable ($r = -.055$, $p > .05$, $p = .462$). There was no significant relationship between burnout and the age variable ($r = -.081$, $p > .05$, $p = .273$). According to the results of Multiple Hierarchical Regression Analysis, it is seen that the gender variable and age variable that entered the analysis in Step 1 together do not show a significant relationship with the burnout score ($R = .088$, $R^2 = .008$, $\Delta R^2 = .008$). In step 1, gender variable ($\beta = -.035$, $p < .05$, $p = .650$) and age variable ($\beta = -.072$, $p < .05$, $p = .353$), were not significant predictors of burnout score. As seen in the analysis in Step 2, the family stress score shows a high level of



significant correlation with the burnout score ($R=.656$, $R^2=.430$, $\Delta R^2=.422$). In step 2, family stress score is a significant predictor of burnout score ($\beta=.651$, $p<.05$, $p=.000$). As seen in the analysis in Step 3, the family life satisfaction score shows a high level of significant correlation with the burnout score ($R=.670$, $R^2=.449$, $\Delta R^2=.019$). In step 3, family life satisfaction score is a significant predictor of burnout score ($\beta=-.147$, $p<.05$, $p=.015$). As seen in the analysis in Step 4, the family functionality score shows a high level of significant correlation with the burnout score ($R=.721$, $R^2=.520$, $\Delta R^2=.071$). In step 4, family functionality score is a significant predictor of burnout score ($\beta=-.293$, $p<.05$, $p=.000$). These findings show that the independent (predictive) variables explain approximately 52% of the total variance in the burnout score.

Discussion and Conclusion. According to the results of the study, it was observed that there were significant relationships between burnout levels of parents of children with special needs and family stress, family life satisfaction and family functionality. On the other hand, the importance of family stress, family life satisfaction and family functionality on the burnout scores of parents of children with special needs emerges. It can be said that the long-term family stress experienced by parents with special needs children due to disability may increase the probability of experiencing burnout, therefore, family stress can be considered as a risk factor for burnout. In studies to be conducted with parents with children with special needs, the effects of variables (family quality of life, family resilience, family support, spousal support, family competence) that are thought to be protective against burnout can be examined. Taking into account the protective variable, the effect of which was revealed in this study, a psychological counseling group program can be created to reduce the effect of burnout in parents with children with special needs, and its effect can be tested by applying it in the field.



Giriş

Aile kavramı, Türk Dil Kurumu Sözlükleri'nde “*Evlilik ve kan bağına dayanan, karı, koca, çocuklar, kardeşler arasındaki ilişkilerin oluşturduğu toplum içindeki en küçük birlik*” olarak ifade edilmektedir (Türk Dil Kurumu, 2021). Bir sistem olarak aile çevredeki (dış dünyadaki) değişimlere uyum sağlarken, aynı zamanda kendi sisteminin işleyişini de devam ettirmektedir (Nazlı, 2014). Bu açıdan değerlendirildiğinde aile, aile üyelerinin işlevlerinin, görevlerinin etkin şekilde gerçekleştirmesinde ve buldukları toplum içinde uygun kişiler olarak yetişmelerinde katkıda bulunan ilk çevre olmaktadır. Aile, üyelerine karar verme, yaratıcılığını kullanabilme, sosyal rollerini gerçekleştirebilme, sorumluluk taşıyabilme ve sorumluluklarını kabullenebilme, karar verme, sevmeye ve sevilme gibi önemli nitelikleri kazandırır (Dil ve Bulantekin, 2011). Sürekli etkileşim halinde olan aile, diğer sistemler gibi doğal dengesini korumaya ve sürdürmeye çalışır. Ancak bazen bu sistemin kendi içinden, bazen de çevreden kaynaklı olabilecek bazı faktörler dengesini bozabilmektedir (Bitter ve Corey, 2001). Örneğin, sistemin içinde çocuğun dünyaya gelmesiyle, çocukta ciddi bir sağlık problemi veya bir engel durumuyla karşılaşılması halinde, bu durum sistemde ciddi kriz durumları yaratabilir (Fortier ve Wanlass, 1984; Floyd ve Zmich, 1991).

Aile sistemi, dünyaya gelen çocuğun özel gereksinimine ihtiyacı olduğunu öğrendiğinde sarsılabilmektedir (Dereli ve Okur, 2008). Aileler çocuklarının özel gereksinimli olduğunu öğrenmesiyle birlikte üzüntü, suçluluk, inkar, yönlendirilmeye açık ve bağımlı hale gelme, yetersizlik gibi tepkiler gösterebilir (Küçük, 2006). Özel gereksinimli bir çocuk söz konusu olduğunda bakım yükü ağırlaşmakta (Kazak, 1987; Kazak ve Marvin, 1984), buna bağlı olarak ebeveynlerin özel gereksinimli çocuğa sahip olmaları stres düzeylerini arttırmaktadır (Bilal ve Dağ, 2005; Sarı, 2007; Uğuz, Toros, İnanç ve Çolakkadıoğlu, 2004). Özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin (özellikle annelerin) yaşadıkları depresyon, stres, çocuğun bakımında aşırı sorumluluk duygusunun etkisiyle, ilerleyen süreçlerde tükenmişlik belirtilerini göstermeleri olasıdır (Temel, 2015). Örneğin çocukların bakımlarını üstlenen ebeveynlerle ilgili olarak, ebeveynlerde yaşanan aşırı strese bağlı olarak tükenmişliğin ortaya çıkabileceği yapılan çalışmalarda ortaya konmuştur (Akman, 2006; Ardıç ve Olçay, 2021; Elçi, 2004; Gérain ve Zech, 2018; Güler ve Çapri, 2020; Nergiz ve Uluç, 2018; Sorkkila ve Aunola, 2020; Varghese ve Venkatesan, 2013).

Tükenmişlik kavramı, çaresizlik ve ümitsizlik duygularını yaşama, olumsuz benlik kavramının gelişimi, bedensel tükenme durumu, kronik yorgunluk, işyerinde ve günlük yaşamda insanlara yönelik olumsuz davranış ve tutumlarla kendini ortaya çıkaran duygusal, bilişsel, bedensel ve ruhsal tükenme durumunu ifade eder (Maslach, Schaufeli ve Leiter, 2001). Tükenmişliğin tanımı, ilk olarak çalışan bireyler için yapılmıştır. İlerleyen süreçte strese maruz kalmanın uzun süreli doğasına bağlı olarak ortaya çıkan tükenmişlik durumunun sadece iş süreciyle ilişkili olmayacağı, diğer taraftan ebeveynlik sürecinin de (Norberg, 2007; Shearn ve Todd, 1997; Weiss, 2002) tükenmişlikle ilişkili olabileceği ortaya çıkarılmıştır. Tükenmişliğin önemli nedenlerinden birisi beklentilerin gerçeklikten uzaklaşması, gerçek dışı olması, gerçek ile beklentiler arasındaki uyumsuzluğun yüksek olmasıdır ve sonucunda tükenmişlik ortaya çıkmaktadır (Tümekaya, 1996). Ebeveynlerin beklenmedik bir şekilde özel gereksinimli çocuğa sahip olmalarıyla birlikte sorumluluklar artmakta ve bu durum ebeveynlerde fiziksel, zihinsel ve duygusal tükenmeyi beraberinde getirmektedir (Aydoğan ve Kızıldağ, 2017).

Özel gereksinimli çocuğun dünyaya gelmesiyle ailelerde çeşitli gereksinimler oluşmaktadır. Bu gereksinimler, ailenin beklenmedik şekilde karşılaştığı durumla baş etmesini sağlamaya dönük psikolojik desteğe yönelik, ailenin gerekli hizmetlere yönlendirilmesine yönelik ve ailenin çocuğu ile ilgili eğitimine yöneliktir. Bunlar ailenin işlevselliğine ve aile kalitesine katkı sağlarken, ebeveynlerin stres yaşamalarını engeller (Özdemir, 2010). Stres, “*organizmanın bedensel ve ruhsal sınırlarının*



tehdit edilmesi ve zorlanması ile ortaya çıkan bir durumdur” (Baltaş ve Baltaş, 2013). Ailenin beklentileri ve gerçekteki olgular karşılaştırıldığında aradaki fark ne kadar açılırsa ailenin yaşayabileceği stres de o düzeyde artar. Ailenin tutumunun katılması, esneklikten uzaklaşmasına, problemler karşısında tepkilerinin sertleşmesine neden olur ve buna bağlı olarak ailenin yaşadığı stres düzeyi artar (Ardıç, 2010). Ailenin yaşadığı stresi etkileyen bir diğer durumda ailenin gereksinimleridir. Ailenin gereksinimlerinin karşılanması, ailenin yaşayacağı stresin düzeyini azaltan durum olarak karşımıza çıkar (Akçamete ve Kargın, 1996). Stres faktörü aile içerisinde mevcut ilişkileri değiştirmekte, dönüştürmektedir. Ebeveynlerin duygusal problemler yaşamalarına sebep olmakta, iletişimi zayıflatmakta, yakın çevre ile çatışmaları arttırmaktadır. Bu yüzden ailenin, çocuğun yetersizliğine uyum sürecinde ortaya çıkan stres faktörlerinin kontrol altında tutulması önemli olmakla birlikte (Ardıç, 2010), bu kontrol uzun süreli stresin ortaya çıkarabileceği tükenmişlik yaşama durumunu da azaltabilir. Alanyazın incelendiğinde ebeveynlerin stres düzeyleri ile tükenmişlik düzeyleri arasında pozitif yönde ilişkilerin olduğu (Akman, 2006; Duygun ve Sezgin, 2003; Elçi, 2004; Ertürk, 2018; Güler ve Çapri, 2020; Karacasu, 2019; Kawamoto, Furutani ve Alimardani, 2018; Lebert-Charron, Dorard, Boujut ve Wendland, 2018; Meeussen ve Van Laar, 2018; Nergiz ve Uluç, 2018; Roskam, Raes ve Mikolajczak, 2017; Sairanen, Lappalainen ve Hiltunen, 2018; Sánchez-Rodríguez, Orsini, Laflaquière, Callahan ve Séjourné, 2019; Tunç ve Özkardaş, 2020; Van Bakel, Van Engen ve Peters, 2018), aynı zamanda stresin, tükenmişliğin anlamlı yordayıcısı olduğu belirlenmiştir (Akman, 2006; Elçi, 2004; Güler ve Çapri, 2020; Lebert-Charron ve diğerleri, 2018; Meeussen ve Van Laar, 2018; Nergiz ve Uluç, 2018; Sairanen ve diğerleri, 2018).

Tükenmişliğin aksine, bir sistem olan aile kendisini devam ettirirken üyelerinin mutlu olmaları, yaşamlarına değer ve anlam katabilmeleri açısından önemli bir görevi de yerine getirmektedir. Aile üyeleri bu sistemin içerisinde benliklerini oluştururken, diğer taraftan sistem içerisinde algıladıkları doyumlar hayatlarını şekillendirebilmektedir (Dağlı ve Baysal, 2016). Sistem içerisinde üyelerin algıladıkları doyum düzeyleri arttıkça, buna bağlı olarak olumlu, yapıcı duygu durumlarını daha fazla yaşayacaklardır (Seligman, 2007). Yaşam doyumu, bireyin beklentileri ve istekleriyle elinde olanlar arasındaki kıyasın sonucunda elde edilen sonuç veya durumdur (Haybron, 2004). Aile yaşam doyumu, aile içerisinde hakim olan duygusal atmosferin varlığı ve içeriği olarak ifade edilebilir (Çalışkan, Toker ve Özbay, 2017). Alanyazın incelendiğinde özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumu düzeylerinin düşük olduğu söylenebilir (Cho ve Kahng, 2015; Çam, 2021; Genç, 2015; İnce ve Tüfekçi, 2015; Meyers ve Marcenko, 1989; Pruchno ve Patrick, 1999; Yavuz, 2016). Diğer taraftan özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin yaşam doyumu düzeyleri arttıkça tükenmişlik düzeylerinin azalacağı (Aktan, Orakcı ve Durnalı, 2020; Nergiz ve Uluç, 2018) ve tükenmişlik düzeylerinin yaşam doyumları üzerinde etkili olduğu ortaya çıkarılmıştır (Aktan ve diğerleri, 2020).

Ailenin önemli özelliklerinden birisi de aile işlevlerini düzenli biçimde yerine getirmesidir. Ailenin işlevleri, ekonomik ihtiyaçları yerine getirmek, statü sağlamak, din eğitimi vermek, boş zaman faaliyetlerini yerine getirmek, çocukların eğitimini planlamak, aile içerisinde üyelerin birbirini korumasını sağlamak ve karşılıklı sevgi ortamı oluşturmak olarak sıralanabilir (Cavkaytar, 2010). Aile işlevselliği iletişim, problem çözme, roller, gereken ilgiyi gösterme, duygusal tepki verme, davranış kontrolü ve genel işlevleri kapsayan ve bunlara göre sağlıklı ve sağlıklı olmayan ailelerin belirlenmesini sağlayan bir kavramdır (Epstein, Baldwin ve Bishop, 1983). Aile işlevselliği kavramı, aile içindeki iletişimlerinin nasıl gerçekleştirildiği, aile ortamında yer alan çocuğun neyle karşılaştığı, ailedeki bireylerin rollerinin dağılımı gibi olguları ifade etmektedir (Usta, Özbay ve Toker, 2020). Buna bağlı olarak aile işlevlerinin sağlıklı şekilde yerine getirilmesi ve aile işlevselliğinin sürdürülmesi, özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin yaşayabilecekleri uzun süreli stres ve sonucunda ortaya çıkabilecek tükenmişlik karşısında koruyucu bir rol üstlenebilir.



Çeşitli dönemlerde aile içinde yaşanan krizler, çatışmalar veya stres, tükenmişlik, depresyon gibi psikolojik sağlığı bozabilen durumlar karşısında ailelerde psikolojik destek hizmetlerine ve sosyal destek hizmetlerine ihtiyaç duyulmaktadır. Psikolojik destek hizmetlerinden yararlanabilen ailelerin bu olumsuzlukları üstesinden daha kolay geldikleri görülmektedir (Özdemir, 2010). Ailelere sunulacak psikolojik destek hizmetleri için risk faktörlerini belirlemek ve koruyucu değişkenlerin niceliksel sonuçlarını belirlemek gerekmektedir. Bundan dolayı bu çalışma özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerde ortaya çıkabilecek tükenmişlik üzerinde etkili olabileceği düşünülen değişkenlerin (aile stresi, aile yaşam doyumu, aile işlevselliği) tahmin etme güçlerinin ortaya çıkarılması açısından önem taşımaktadır. Aynı zamanda bu çalışmanın, özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerde tükenmişlik ile başa çıkmada hazırlanacak psiko-eğitim programlarında etkili olabileceği düşünülen aracı değişkenlere dair önemli olabilecek bilgiler sunacağı düşünülmektedir. Bu çalışmanın amacı özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin tükenmişlik, stres, yaşam doyumu ve aile işlevsellikleri arasındaki ilişkileri belirlemektir. Bu amacı gerçekleştirmek için aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin tükenmişlik düzeyleri, stres düzeyleri, yaşam doyumu düzeyleri, aile işlevselliği düzeyleri, cinsiyet değişkeni ve yaş değişkeni arasında anlamlı düzeyde ilişkiler var mıdır?
2. Özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin cinsiyet değişkeni, yaş değişkeni, stres düzeyleri, yaşam doyumu düzeyleri ve aile işlevselliği düzeyleri tükenmişliği ne düzeyde yordamaktadır?

Yöntem

Çalışmanın amacı doğrultusunda, bu araştırmanın bağımlı değişkeni tükenmişlik ve bağımsız değişkenleri aile stresi, aile yaşam doyumu ve aile işlevselliğidir. Değişkenler arasındaki ilişkinin belirlenmesi için genel tarama modelinin içerisinde yer alan ilişki tarama modeli temel alınmıştır. İlişki tarama modelleri iki ya da daha çok sayıda değişkenin arasındaki birlikte değişimin varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir (Karasar, 2020).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma evrenini 2020-2021 eğitim öğretim yılı içerisinde Bursa ilinin bir ilçesindeki özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerine devam eden özel gereksinimli çocukların ebeveynleri oluşturmaktadır. Araştırmanın çalışma grubunu 2020-2021 eğitim öğretim yılı içerisinde, Bursa ilinin bir ilçesindeki bir özel eğitim ve rehabilitasyon merkezine devam eden özel gereksinimli çocuğu olan 184 ebeveyn oluşturmaktadır. Çalışma grubuna oluşturan katılımcılar oransız eleman örnekleme yöntemine göre oluşturulmuştur. Oransız eleman örnekleme, evrendeki tüm elemanların birbirine eşit seçilme şansına sahip oldukları örnekleme türüdür ve evrendeki eleman çeşitlerinden her birinden örnekleme girenlerin sayısı tamamen şansa bırakılmıştır (Karasar, 2020). Katılımcıların yaş ortalaması 40.66 ve standart sapması 7.04'tür. Katılımcıların özel gereksinimli çocuklarının yaş ortalaması 10.14 ve standart sapması 5.15'tir. Katılımcıların diğer demografik bilgileri Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1.

Katılımcıların demografik bilgileri

	N	%	
Bakım Veren	Anne	109	59.2
	Baba	66	35.9
	Diğer Birincil Bakım Veren	9	4.9



Cinsiyet	Erkek	66	35.9
	Kadın	118	64.1
Eğitim Durumu	Okuryazar	3	1.6
	İlkokul	50	27.2
	Ortaokul	23	12.5
	Ortaöğretim	53	28.8
	Ön Lisans	16	8.7
	Lisans	33	17.9
	Yüksek Lisans	6	3.3
Medeni Durum	Evli	172	93.5
	Bekar	3	1.6
	Boşanmış	9	4.9
Çalışma Durumu	Çalışıyor	83	45.1
	Çalışmıyor	93	50.5
	Emekli	8	4.3
Aylık Ortalama Gelir	Asgari Ücretin Altında	8	4.3
	Asgari Ücret	55	29.9
	Asgari Ücretin Üstünde	121	65.8
Çocuğun Aldığı Tanı	Zihinsel Engelli	26	14.1
	Yaygın Gelişimsel Bozukluk	65	35.3
	Dil ve Konuşma Bozukluğu	28	15.2
	İşitme Engelli	15	8.2
	Özgül Öğrenme Güçlüğü	33	17.9
	Birden çok tanı almış	17	9.2

Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu: Araştırma kapsamında katılımcılardan gerekli demografik bilgilerin alınması için araştırmacılar tarafından Demografik Bilgi Formu oluşturulmuştur. Bu form içerisinde, katılımcıların bakım veren olarak kim olduğu, cinsiyeti, yaşı, mezuniyet durumu, medeni durumu, çalışma durumu, aylık ortalama gelir durumları, özel gereksinimli çocuğun tanısı, özel gereksinimli çocuğun yaşı bilgileri alınmıştır.

Maslach Tükenmişlik Ölçeği (Maslach, Jackson ve Leiter, 1997): Zihinsel engelli tanısı almış ve normal gelişim gösteren çocukların annelerinden oluşan bir örnekleme Maslach Tükenmişlik Ölçeği'nin (MBI) üç boyutu incelenmiştir. Araştırma 118 zihinsel engelli çocuğun ebeveyni ve 121 normal çocuğun ebeveyni üzerinde gerçekleştirilmiştir (Duygun ve Sezgin, 2003). Ölçek toplam 22 maddeden oluşmaktadır ve 5'li likert tipine göre (0: Hiçbir zaman – 1: Çok nadir – 2: Bazen – 3: Çoğu zaman – 4: Her zaman) maddelendirilmiştir. Ölçek seçenekleri 0 ile 4 arasında puanlanmaktadır. Ölçekteki sekiz madde olumlu ifadelerden oluştuğu için ters maddeler olarak puanlanmaktadır. Örneğin ters maddelerden biri: "Çocuğumun ne hissettiğini hemen anlarım." (4. madde) ve ters olmayan maddelerden biri: "Çocuğumdan soğuduğumu hissediyorum." (1. madde) şeklindedir. Ölçek iki alt boyutta toplanmıştır. Bunlar: duygusal tükenme ve kişisel başarıdır. Ölçekten alt boyutlara ilişkin puanlar ile toplam puan elde edilmektedir. Ölçekten alınacak puan arttıkça ebeveynlerin tükenmişlik



düzeylerinin de arttığını göstermektedir. Bu çalışma örnekleminde Maslach Tükenmişlik Ölçeği'nin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .84 olarak hesaplanmıştır.

Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği (Friedrich, Greenberg ve Crnic, 1983): Dilimize Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği olarak çevrilen Questionnaire on Resource and Stres-F (QRS-F), özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerdeki stresi ölçmek üzere geliştirilmiştir. Ölçek zihinsel engelli, işitme engelli, çoklu engeli bulunan ve normal çocukların ebeveynlerinden oluşan toplam 622 anne ve baba üzerinde uyarlanmıştır. Faktör analizi sonucunda özgün ölçektekenden farklı üç faktör saptanmıştır: işlev yetersizliği, karamsarlık, anababa ve aile sorunları. Aracın güvenilirliği KR-20, Cronbach alfa ve iki yarım güvenilirlik teknikleri ile hesaplanmıştır (Kaner, 2002). Ölçek toplam 52 maddeden oluşmaktadır ve 2'li likert tipine göre (1: Doğru – 0: Yanlış) maddelendirilmiştir. Ölçekteki on dokuz madde olumlu ifadelerden oluştuğu için ters maddeler olarak puanlanmaktadır. *Örneğin* ters maddelerden biri: "Ailemiz önemli konularda ortak karar alır." (3. madde) ve ters olmayan maddelerden biri: "_____, yaşlılarıyla iletişim kuramaz." (1. madde) şeklindedir. Ölçek 3 alt boyutta toplanmıştır. Bunlar: işlev yetersizliği, karamsarlık ve anababa ve aile sorunlarıdır. Ölçekten alt boyutlara ilişkin puanlar ile toplam puan elde edilmektedir. Ölçekten alınacak puan arttıkça ebeveynlerin aile stresi düzeylerinin de arttığını göstermektedir. Bu çalışma örnekleminde Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği'nin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .91 olarak hesaplanmıştır.

Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (Çalışkan ve diğerleri, 2017): Kişilerin aileleriyle bir arada olduklarında deneyimledikleri doyumunu belirlemeye yönelik ölçek geliştirilmiştir. Ölçek geliştirme çalışmaları 354 çocuk (%70.7) ve 147 (%29.3) evli birey üzerinden yapılmıştır. Bireylerin 281'i (%55.5) kadın ve 223'ü (%44.1) erkektir. Yaş ortalamaları 27.05'tir (Çalışkan ve diğerleri, 2017). Ölçek toplam 23 maddeden oluşmaktadır ve 7'li likert tipine göre (1: Tamamen – 2: Oldukça – 3: Biraz – 4: Kararsızım – 5: Biraz – 6: Oldukça – 7: Tamamen) maddelendirilmiştir. Ölçek maddeleri, aile içerisinde deneyimlenen yaşam doyumuna dair karşıt (zıt) sıfatların iki ayrı uçta (sağ ve sol ucunda) yer almasından oluşmaktadır. Maddelerin puanlanması yapılırken, olumsuz ifadeden olumlu ifadeye doğru artan bir değerle temsil edilmektedir. *Örneğin* ölçeğin bir maddesi: "Mutlu" ve "Mutsuz" duyguları arasında (1. madde) olacak şeklindedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 23, en yüksek puan 161'dir. Ölçek tek boyutlu olduğu için sadece toplam puanı vermektedir. Ölçekten alınacak puanın yüksek olması, bireyin ailesi ile birlikte olduğunda yüksek bir yaşam doyumuna sahip olduğunu göstermektedir. Bu çalışma örnekleminde Aile Yaşam Doyumu Ölçeği'nin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .98 olarak hesaplanmıştır.

Aile İşlevselliği Ölçeği (Usta ve diğerleri, 2020): Bireyin kendisini bir ailenin üyesi olarak algıladığı sistemik aile işlevselliği düzeylerini ölçen bir ölçektir. Ölçek geliştirme çalışmaları 506 birey üzerinden yapılmıştır. Örneklem 359 çocuk (%70.7) ve 147 ebeveyn (%29.3) oluşmuştur (Usta ve diğerleri, 2020). Ölçek toplam 36 maddeden oluşmaktadır ve 5'li likert tipine göre (0: Hiçbir zaman – 1: Nadiren – 2: Bazen – 3: Genellikle – 4: Her zaman) maddelendirilmiştir. Ölçek maddeleri 0 ile 4 arasında puanlanmaktadır. Ölçek olumlu maddelerden oluşmaktadır ve ters madde yoktur. *Örneğin* ölçeğin bir maddesi: "Ailemi çok seviyorum." (1. madde) şeklindedir. Ölçek 6 alt boyutta toplanmıştır. Bunlar: aile içi bağlılık, aile içi sınırlar, aile içi ritüeller, aile içi roller, aile içi iletişim ve aile içi destektir. Ölçek toplam boyuta ilişkin ve alt boyutlara ilişkin puanlar vermektedir. Ölçekten alınacak puan arttıkça ebeveynlerin aile işlevselliği düzeylerinin de arttığını göstermektedir. Bu çalışma örnekleminde Aile İşlevselliği Ölçeği'nin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .95 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırma için kullanılan ölçekler, araştırmacılar tarafından Bursa'da yer alan bir özel eğitim ve rehabilitasyon merkezine devam eden özel eğitime ihtiyacı olan çocuğun 184 aile üyesine



kurumun çalışma saatleri içerisinde uygulanmıştır. Uygulama öncesinde ebeveynlere araştırmanın amacı kısaca açıklanmış ve gönüllülük esası dikkate alınarak ölçekler uygulanmıştır. Tükenmişlik, aile stresi, aile yaşam doyumu, aile işlevselliği, cinsiyet değişkeni ve yaş değişkeni arasındaki potansiyel ilişkileri incelemek için Pearson Momentler Çarpım Korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni açıklama oranını belirlemek amacıyla Çoklu Hiyerarşik Regresyon Analizi yapılmıştır, göreceli açıklama düzeyleri standardize edilmiş Beta değerleri (β) ile karşılaştırılmıştır (Büyüköztürk, 2007). Araştırmada anlamlılık düzeyi için " $p < .05$ " dikkate alınmıştır.

İstatistiksel işlemlerden önce verilerin belirli varsayımları karşılayıp karşılamadığını saptamak adına bazı değerlendirmeler yapılmıştır. İlk olarak değişkenlere dair tüm korelasyon katsayısı değerlerinin doğrusal olduğu belirlenmiştir ve toplam on beş korelasyon katsayısı değerinin yedisinin istatistiksel olarak anlamlı ilişki gösterdiği belirlenmiştir (Tablo 2). Normal P-P grafiği (Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual) incelenmiştir. Sonuç olarak, gözlem noktalarının 45°lik doğru etrafında bir araya geldiği görülmüş, dağılımın normal olduğuna kanaat getirilmiştir. İkili saçılım grafiği (Scatterplot) incelenmiştir, gözlem noktalarında ortadan geçen doğrunun üstünde ve altında eşite yakın dağılım olduğu görülmüştür. Bu durumda dağılımın normal olduğuna kanaat getirilmiştir. Varyans homojenliği varsayımları için standartlaştırılmış hataların standartlaştırılmış tahmin değerleri ile ikili saçılım grafikleri incelenerek gözden geçirilmiştir ve belirgin bir yapının olmadığı belirlenmiştir (Başol ve Zabun, 2014).

Çoklu Hiyerarşik Regresyon Analizi öncesinde çoklu doğrusallık sayıltılarını değerlendirmek adına bazı durumlar değerlendirilmiştir. İlk olarak yordayıcı değişkenlerin arasındaki ilişkilerde Pearson Momentler Çarpımı korelasyon katsayıları değerlendirilmiştir. Bu durumda, korelasyon katsayısı değerlerinin çok yüksek düzeyde ($.80 < r < 1.00$) ilişki içinde olmadığı ve korelasyon katsayısı değerlerinin $-.409$ ile $.651$ arasında değiştiği görülmüştür (Tablo 2). Bu durum çoklu doğrusallığın olmadığını belirtmektedir. İkinci olarak, Tolerans (Tolerance) ve Varyans Şişmesi (VIF) değerleri incelenmiştir. Tolerance değerlerinin $.742$ ile $.998$ arasında değiştiği; VIF değerlerininse 1.002 ile 1.347 arasında değiştiği görülmüştür. Tolerance değerlerinin $.10$ 'dan büyük değerler göstermesi; VIF değerlerinin 5 'ten düşük değerler göstermesi çoklu doğrusallığın olmadığını belirtmektedir. Üçüncü olarak, Koşul İndeksleri (Condition Index) değerleri incelenmiştir. Buna göre, değerlerin 1.000 ve 29.264 arasında değerler aldığı belirlenmiştir. Koşul İndeksleri değerlerinin 30 'dan küçük değerler olması bakımından çoklu doğrusallığın olmadığını göstermektedir (Bahçecitapar ve Aktaş, 2017; Başol ve Zabun, 2014).

Araştırma için toplanan verilerin istatistiksel analizinden önce, verilerin kayıp değerler ve çoklu analizlere uygunluk açısından değerlendirilmiştir. Buna göre çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerlerinin $+2$ ve -2 aralığında yer aldığı belirlenmiştir (Büyüköztürk, 2007). Verilerin normal dağılım koşullarını karşıladığı ve parametrik analizlere uygun olduğu gözlemlenmiştir.

Araştırma Etiği

Bu araştırmanın tüm aşamalarında "Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi" kapsamında uyulması istenen tüm kurallara dikkat edilerek uyulmuştur. Araştırma, "31. Ulusal Özel Eğitim Kongresi'nde" sözlü özet bildiri olarak çevrim içi sunulmuştur. Araştırma için etik kurul izin belgesi T.C. Maltepe Üniversitesi'nden "2020/08-08" karar numarası ile 19.03.2021 tarihinde alınmıştır. Araştırmada kullanılan ölçekler için mail yoluyla kullanım izni alınmış, ölçeklerin maddeleri araştırmacılar tarafından incelenmiştir. Araştırmacılar, Demografik Bilgi Formu ve ölçekler hakkında katılımcıları bilgilendirmiş olup, araştırmaya katılımın tamamen gönüllülük esasına bağlı



olduğu, katılımcının dilediği zaman araştırmadan ayrılacağı ve bilgilerin araştırmacılar tarafından tamamen gizli tutulacağı katılımcılara belirtilmiştir.

Bulgular

Araştırmada kullanılan tükenmişlik, aile stresi, aile yaşam doyumu ve aile işlevselliği değişkenlerine ilişkin korelasyonlar Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2.
Değişkenlere ilişkin pearson momentler çarpımı korelasyon analizi sonuçları

Değişkenler	Tükenmişlik	Aile Stresi	Aile Yaşam Doyumu	Aile İşlevselliği	Cinsiyet	Yaş
Tükenmişlik	-					
Aile Stresi	.651*	-				
Aile Yaşam Doyumu	-.362*	-.358*	-			
Aile İşlevselliği	-.409*	-.188*	.401*	-		
Cinsiyet	-.055	.023	.083	-.045	-	
Yaş	-.081	-.034	-.039	-.076	.273*	-

$p < .05^*$

Tablo 2 incelendiğinde, yordanan değişken olan tükenmişlik ile yordayan değişkenler olan aile stresi, aile yaşam doyumu ve aile işlevselliği arasında anlamlı ilişkilerin olduğu görülürken; cinsiyet değişkeni ve yaş değişkeniyle arasında anlamlı ilişkilerin olmadığı görülmektedir. Buna göre tükenmişlik ile aile stresi arasında orta düzeyde pozitif ilişki olduğu görülmüştür ($r = .651, p < .05, p = .000$). Tükenmişlik ile aile yaşam doyumu arasında orta düzeyde negatif ilişki olduğu görülmüştür ($r = -.362, p < .05, p = .000$). Tükenmişlik ile aile işlevselliği arasında orta düzeyde negatif ilişki olduğu görülmüştür ($r = -.409, p < .05, p = .000$). Tükenmişlik ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmüştür ($r = -.055, p > .05, p = .462$). Tükenmişlik ile yaş değişkeni arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmüştür ($r = -.081, p > .05, p = .273$).

Tükenmişlik puanlarının, cinsiyet değişkeni, yaş değişkeni, aile stresi, aile yaşam doyumu ve aile işlevselliği puanları tarafından ne düzeyde yordandığını belirlemek amacıyla gerçekleştirilen Çoklu Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçları Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 3.
Tükenmişlik puanlarının yordanmasına ilişkin çoklu hiyerarşik regresyon analizi sonuçları

Yordayıcı Değişkenler	R	R ²	R ² Değişikliği (ΔR ²)	F Değişikliği p	B	Standart Hata (SH _B)	□	t	p
Standart					24.633	4.813		5.118	.000
Adım 1	.088	.008	.008	.495					
Cinsiyet					-.788	1.733	-.035	-.455	.650
Yaş					-.110	.118	-.072	-.932	.353
Adım 2	.656	.430	.422	.000					
Aile Stresi					.723	.063	.651	11.551	.000
Adım 3	.670	.449	.019	.015					
Aile Yaşam					-.072	.029	-.147	-2.453	.015



Doyumu									
Adım 4	.721	.520	.071	.000					
Aile İşlevselliği					-.162	.032	-.293	-.5.143	.000
$R=.721$	$R^2=.520$								
$F_{(5,178)}=38.569$	$p=.000$								

Tablo 3 incelendiğinde, Adım 1’de analize giren cinsiyet değişkeni ve yaş değişkeni birlikte tükenmişlik puanı ile anlamlı ilişki göstermediği görülmektedir ($R=.088$, $R^2=.008$, $\Delta R^2=.008$). Adım 1’de sırasıyla cinsiyet değişkeni ($\beta=-.035$, $p<.05$, $p=.650$) ve yaş değişkeni ($\beta=-.072$, $p<.05$, $p=.353$) tükenmişlik puanının anlamlı yordayıcıları değildir. Adım 2’de analize giren aile stresi puanı tükenmişlik puanı ile yüksek düzeyde anlamlı ilişki gösterdiği görülmektedir ($R=.656$, $R^2=.430$, $\Delta R^2=.422$). Adım 2’de aile stresi puanı tükenmişlik puanının anlamlı yordayıcısıdır ($\beta=.651$, $p<.05$, $p=.000$). Adım 3’te analize giren aile yaşam doyumu puanı tükenmişlik puanı ile yüksek düzeyde anlamlı ilişki gösterdiği görülmektedir ($R=.670$, $R^2=.449$, $\Delta R^2=.019$). Adım 3’te aile yaşam doyumu puanı tükenmişlik puanının anlamlı yordayıcısıdır ($\beta=-.147$, $p<.05$, $p=.015$). Adım 4’te analize giren aile işlevselliği puanı tükenmişlik puanı ile yüksek düzeyde anlamlı ilişki gösterdiği görülmektedir ($R=.721$, $R^2=.520$, $\Delta R^2=.071$). Adım 4’te aile işlevselliği puanı tükenmişlik puanının anlamlı yordayıcısıdır ($\beta=-.293$, $p<.05$, $p=.000$). Bu bulgular, bağımsız (yordayan) değişkenlerin tükenmişlik puanına ilişkin toplam varyansın yaklaşık olarak %52’sini açıkladığını göstermektedir.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmada özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin tükenmişlik, aile stresi, aile yaşam doyumu, aile işlevselliği, cinsiyet değişkeni ve yaş değişkeni arasındaki ilişki nitelikleri incelenmiş ve cinsiyet değişkeni, yaş değişkeni, aile stresi, aile yaşam doyumu ile aile işlevselliğinin tükenmişlik puanlarını açıklamadaki gücü saptanmıştır. Araştırma bulguları incelendiğinde, tükenmişliğin cinsiyet değişkeni ve yaş değişkeniyle arasında anlamlı ilişkilerin olmadığı görülmüştür. Tükenmişlik ile aile stresi arasında orta düzeyde pozitif ilişki olduğu görülmüştür. Alanyazın incelendiğinde araştırma bulgularının, özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin stres belirtileri ile tükenmişlik düzeyleri arasında pozitif ilişki olduğunu gösteren çalışmalarla (Akman, 2006; Duygun ve Sezgin, 2003; Elçi, 2004; Ertürk, 2018; Güler ve Çapri, 2020; Karacasu, 2019; Kawamoto ve diğerleri, 2018; Lebert-Charron ve diğerleri, 2018; Meeussen ve Van Laar, 2018; Nergiz ve Uluç, 2018; Roskam ve diğerleri, 2017; Sairanen ve diğerleri, 2018; Sánchez-Rodríguez ve diğerleri, 2019; Tunç ve Özkardaş, 2020; Van Bakel, Van Engen ve Peters, 2018) benzerlik gösterdiği söylenebilir. Diğer taraftan Nergiz ve Uluç’un (2018) görme engelli çocukların ebeveynleri ile gerçekleştirdikleri, stres düzeyleri ile duygusal tükenme alt boyutu ve duyarsızlaşma alt boyutu arasında anlamlı ilişkilerin olmadığını; kişisel başarı alt boyutu ile pozitif yönde anlamlı ilişkinin olduğunu belirledikleri çalışma sonucu bu araştırmanın sonucuyla farklılık göstermektedir. Araştırmanın sonucu ve alanyazın değerlendirildiğinde özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin üzerine yüklenen sorumluluklar, ebeveynlerin bakım verenler olarak yaşadıkları stresin düzeyini arttırabilmekte ve stresin uzun süreli doğasına bağlı olarak sonunda tükenmişlik yaşamaları kaçınılmaz olabilmektedir. Buna bağlı olarak ebeveynlerin stres düzeylerinin yüksek olması, tükenmişlik belirtilerini göstermeleri ve tükenmişlik düzeylerinin yüksek olmasını beraberinde getirmektedir.

Tükenmişlik ile aile yaşam doyumu arasında orta düzeyde negatif ilişki olduğu görülmüştür. Alanyazın incelendiğinde Aktan ve diğerleri (2020) engelli çocuğu olan ebeveynler ile gerçekleştirdikleri çalışmada, ebeveynlerin yaşam doyumu düzeyleri ile tükenmişlik toplam düzeyi, duygusal tükenme alt boyutu ve duyarsızlaşma alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı ilişkilerin



olduğunu; kişisel başarı alt boyutu arasında anlamlı ilişkinin olmadığını belirlemişlerdir. Nergiz ve Uluç (2018) görme engelli çocukların ebeveynleri ile gerçekleştirdikleri çalışmada, ebeveynlerin yaşam doyumu düzeyleri ile duygusal tükenme alt boyutu ve duyarsızlaşma alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı ilişkilerin olduğunu; kişisel başarı alt boyutu ile pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğunu belirlemişlerdir. Aile yaşam doyumu, aile içerisinde hakim olan duygusal atmosferin varlığı ve içeriği olarak ifade edilmekle birlikte (Çalışkan ve diğerleri, 2017), özel gereksinimli çocukların ebeveynlerinin genel duygu durumunun yapıcı olmaması, ailede stresin varlığı ve beraberinde tükenmişliğin yaşanması durumunda aile içindeki olumlu duyguların (aile yaşam doyumunun) azalmasına yol açabilir.

Tükenmişlik ile aile işlevselliği arasında orta düzeyde negatif ilişki olduğu görülmüştür. Alanyazın incelendiğinde farklı sonuçlara ulaşıldığı görülmüştür. Cin, Aydın ve Arı (2017) zihinsel engelli tanısı almış çocukların ebeveynleriyle (bakım verenleriyle) gerçekleştirdikleri çalışmada, ebeveynlerin aile işlevselliği boyutları (aile içinde iletişim, problem çözme becerileri, davranış kontrolü, duygusal tepki verebilme, aile içinde bireylerin rolleri, gereken ilgiyi gösterme, genel işlevler) ile duygusal tükenmişlik, zihinsel tükenmişlik ve fiziksel tükenmişlik alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin olmadığını belirlemişlerdir. Aile işlevselliği, ailenin varlığını sürdürebilmesi için önemli olmakla birlikte, özel gereksinimli çocuğu olan ailelerde aile işlevselliğinin azalması, aile içerisinde yaşanan stresi arttırabilir ve bakım verenlerin tükenmişlik düzeylerinin yükselmesine sebep olabilir. Diğer taraftan farklı sonuçlara ulaşılması, özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin (anne, baba, diğer birincil bakım verenler olarak) ailenin işlevselliklerine bakış açılarının farklılık gösteriyor olmasıyla ilişkili olabilir.

Araştırmada cinsiyet değişkeni, yaş değişkeni, aile stresi, aile yaşam doyumu ile aile işlevselliği birlikte tükenmişlik puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür. Ayrıca yordayıcı değişkenlerin tükenmişlik puanına ilişkin toplam varyansın yaklaşık olarak %52'ini açıkladığı belirlenmiştir. Tükenmişlik puanlarının anlamlı yordayıcılarının sırasıyla aile stresi, aile yaşam doyumu ve aile işlevselliği olduğu görülmüştür.

Özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin aile stresi düzeyleri arttıkça buna bağlı olarak tükenmişlik geliştirme risklerinin artacağı söylenebilir. Alanyazın incelendiğinde araştırmanın bulguları, özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin stres belirtilerinin tükenmişlik düzeylerini anlamlı şekilde yordadığı çalışmalarla (Akman, 2006; Elçi, 2004; Güler ve Çapri, 2020; Lebert-Charron ve diğerleri, 2018; Meeussen ve Van Laar, 2018; Nergiz ve Uluç, 2020; Sairanen ve diğerleri, 2018) benzerlik gösterdiği söylenebilir. Çocukların bakımında üstlenilen sorumlulukların fazlalığı ve diğer stres faktörleri ile yaşanan stresin çocuğun yetersizliğine bağlı olarak uzun süreli doğası, ebeveynlerin tükenmişlik yaşamalarını kaçınılmaz kılabilmektedir. Özellikle ebeveynlerin yetersizliğe uyum sürecinde yaşayacakları stresin kontrol altında tutulması (Ardıç, 2010), alan çalışanları ve uzmanlar tarafından gerekli psikolojik ve sosyal desteklerin sunulması, ebeveynlerin strese bağlı olarak geliştirebilecekleri tükenmişlik durumunu azaltabilir ve stresin tükenmişlik karşısında bir risk faktörü olarak etkisini düşürebilir.

Özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerde aile yaşam doyumunun yüksek olması, ebeveynlerin geliştirebilecekleri tükenmişlik karşısında koruyucu rol üstlenebilir. Alanyazın incelendiğinde benzer bir çalışmanın ortaya konduğu görülmüştür. Aktan ve diğerleri (2020) engelli çocuğu olan ebeveynler ile gerçekleştirdikleri çalışmada, ebeveynlerin tükenmişlik puanlarının yaşam doyumu düzeylerini olumsuz (negatif yönde) olarak yordadığını; bu durumda tükenmişliğin artmasına bağlı olarak yaşam doyumunun azalacağını belirlemişlerdir. Araştırmanın sonucu değerlendirildiğinde, özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin üstlendikleri sorumlulukların süregelen ve ağır olması, sürekli stres yaşamalarını doğuruyor olabilir. Aile içerisinde deneyimledikleri olumlu ve yapıcı



duyguların azlığı ve bu duyguların (aile yaşam doyumu) yaşanamamasına bağlı olarak tükenmişlik geliştirebilirler. Bu durumda, ebeveynlerin aile içerisinde deneyimledikleri duyguların olumlu/yapıcı olması, geliştirebilecekleri tükenmişlik karşısında koruyucu rol üstlenebilir.

Özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerde aile işlevselliğinin yüksek olması, ebeveynlerin geliştirebilecekleri tükenmişlik karşısında koruyucu rol üstlenebilir. Alanyazın incelendiğinde aile işlevselliğinin tükenmişlik karşısında yordayıcı etkisinin incelendiği araştırma yapılmadığı görülmüştür. Araştırmanın sonucu değerlendirildiğinde, özel eğitime ihtiyacı olan çocukların ebeveynlerinde, çocuğun aile ortamında ne ile karşılaşacağı kestirilebilmesi, aile içi iletişimlerinin sağlıklı ve yapıcı şekilde yürütülebilmesi, aile üyelerinin rollerinin netleştirilmesi, özellikle aile içinde yaşanabilecek stresin ve bu stresin sonucunda oluşabilecek durum olan tükenmişliğin etkilerini azaltıcı bir rol oynayabilir ve tükenmişlik karşısında aile işlevselliği koruyucu rol üstlenebilir.

Araştırmanın gerçekleştirildiği tarihlerde COVID-19'un sebep olduğu pandemi süreci söz konusu olmakla birlikte, özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin bu süreçten olumsuz olarak etkilendiklerini söylemek mümkündür (Kurt ve Erden, 2020). Pandemi süreci, özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin anne-baba rollerini değiştirmelerine sebep olabilir ve ebeveynlerin fiziksel ve psikolojik sağlıkları üzerinde olumsuz etkiler bırakabilir (Başaran ve Aksoy, 2020). Pandemi süreci ebeveynlerin stres düzeylerinin artmasına sebep olabilir ve çocuklarında problem davranış örüntüleri oluşturmalarını beraberinde getirebilir (Mutluer, Doenyas ve Aslan Genc, 2020). Eid ve Karamuklu (2022) gerçekleştirdikleri çalışmada, COVID-19 sürecinde özel gereksinimli çocuğu olan annelerin %77'si duygu durumlarında değişiklik olduğunu ve bu annelerin %52'sinin karamsar ruh hali içerisinde olduklarını belirtmişlerdir. Yarar, Bayramoğlu ve Şenol (2021) gerçekleştirdikleri çalışmada, özel gereksinimli çocuğu olan annelerin %63.2'sinin pandemi sürecinde kendi ruh sağlıklarının etkilendiğini belirtirken, %60.9'u bu süreçte anne olarak kendilerinin tükenmiş hissetmediklerini belirtmişlerdir. Marchetti, Fontanesi, Mazza, Di Giandomenico, Roma ve Verrocchio (2020) gerçekleştirdikleri çalışmada özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin (araştırma örneklemin %8.8'i) COVID-19 sürecinde tükendiklerini ve yorgun hissettiklerini belirtmişlerdir. Dhiman, Sahu, Reed, Ganesh, Goyal ve Jaina (2020) ve Yarar ve diğerleri (2021) gerçekleştirdikleri çalışmalarda COVID-19 sürecinde ebeveynlerin anksiyete durumlarının hafif düzeyde olduklarını belirlemişlerdir. COVID-19 sürecinde gerçekleştirilmiş olan bu çalışmanın sonuçlarına bakıldığında, ebeveynlerin tükenmişlik ve stres düzeylerinin pandemi sürecinde etkilendiği söylenebilir.

Araştırmanın sonuçları genel olarak değerlendirildiğinde tükenmişlik puanları üzerinde aile stresinin, aile yaşam doyumunun ve aile işlevselliğinin önemi ortaya çıkmaktadır. Özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin, yetersizliğe bağlı olarak yaşadıkları uzun süreli aile stresinin, tükenmişliği yaşama olasılıklarını arttırabileceği, bu yüzden ebeveynlerde ortaya çıkabilecek tükenmişlik karşısında aile stresinin risk faktörü olabileceği söylenebilir. Özellikle COVID-19 ile birlikte pandemi sürecinin de getirdiği eve kapanmaya bağlı, stresin uzun süreli doğasına ilişkin geliştirebilecekleri tükenmişlik karşısında önleyici psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinde, stres yaşama durumlarını kontrol altında tutabilmek için bireysel ve grupla rehberlik hizmetlerine gereksinim duyulmaktadır. Diğer taraftan özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin bulunduğu sistem içerisinde aile işlevselliğinin sağlıklı olarak sürdürülmesi ve aile içerisinde ebeveynlerin deneyimledikleri duyguların olumlu/yapıcı olması ebeveynlerin tükenmişlik yaşama riski karşısında etkili olabileceği, tükenmişlik karşısında koruyucu bir rol üstlenebileceği söylenebilir. Başbakanlık Kadın ve Sosyal Hizmetler Müsteşarlığı'nın (1994) raporları içeriğinde ailenin işlevleri, aileyi oluşturan üyelerin kapasitelerini geliştirmek, çocukların topluma katılımını hızlandırmak, üyelerin işlevselliklerini sürdürebildikleri organizasyonların taleplerini karşılamada yardımcı olabilmek, ailenin refahını geliştirecek çevreyi (fiziksel ve psikolojik) oluşturarak üyelerin algılanan doyumunu arttırmaktır. Bu yüzden özel gereksinimli çocukların ebeveynlerinin aile işlevlerini sürdürülebilir hale getirmek, aile içerisinde



deneyimledikleri duyguların olumlu/yapıcı olmasının tükenmişlik karşısında koruyucu bir rol üstlenebilirken, özellikle ailenin algılanan doyumunu arttırarak daha işlevsel ve sağlıklı süreç geçirmelerinde ebeveynlere destek olabilir. Bu araştırmada yer alan verilerin sadece ebeveynlerin kendi kendilerini ifade etmesine dayanması çalışmanın sınırlıdır. Özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerle gerçekleştirilecek çalışmalarda, tükenmişlik karşısında koruyucu olabileceği düşünülen değişkenlerin (aile yaşam kalitesi, aile yılmazlığı, aile dayanıklılığı, aile desteği, eş desteği, aile yeterliği) etkisi incelenebilir. Bu araştırma sonucunda etkisi belirlenmiş olan koruyucu değişkenler dikkate alınarak özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerde tükenmişliğin etkisini azaltmaya dönük grup danışmanlığı programı geliştirilebilir ve alanda uygulanarak etkisi test edilebilir.



Kaynakça

- Akçamete, G., & Kargın, T. (1996). İşitme engelli çocuğa sahip annelerin gereksinimlerinin belirlenmesi. *Özel Eğitim Dergisi*, 2(2), 7-24.
- Akman, S. (2006). *Epileptik nöbet geçiren-sağlıklı çocuğu olan annelerin tükenmişlik düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Aktan, O., Orakcı, Ş., & Durnalı, M. (2020). Investigation of the relationship between burnout, life satisfaction and quality of life in parents of children with disabilities. *European Journal of Special Needs Education*, 35(5), 679-695.
- Ardıç, A. (2010). Özel gereksinimli çocuk ve aile. A.Cavkaytar (Ed.), *Özel eğitimde aile eğitimi ve rehberliği içinde* (19-58. ss.). Ankara: Maya Akademi.
- Ardıç, A., & Olçay, S. (2021). Investigation of the relationship between the burnout level of parents of children with autism spectrum disorder (ASD) and ASD symptom level and family needs by regression analysis. *Education and Science*, 46(206), 459-471.
- Aydoğan, D., & Kızıldağ, S. (2017). Examination of relational resilience with couple burnout and spousal support in families with a disabled child. *The Family Journal*, 25(4), 407-413.
- Bahçecitapar, M., & Aktaş, S. (2017). Çoklu doğrusal bağlantı durumunda doğrusal karma modelin kullanımı ve bir uygulama. *Sakarya University Journal of Science*, 21(6), 1349-1359.
- Baltaş, A., & Baltas, Z. (2013). *Stres ve başa çıkma yolları* (36. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Başaran, B., & Aksoy, A. B. (2020). Anne-babaların korona-virüs (COVID-19) salgını sürecinde aile yaşantılarına ilişkin görüşleri. *Journal of International Social Research*, 13(71), 668-678.
- Başbakanlık Kadın ve Sosyal Hizmetler Müsteşarlığı. (1994). *1994 Uluslararası aile yılı özel ihtisas komisyon raporları*. Ankara: Kılıçaslan Matbaacılık Sanayi Ltd. Şti.
- Başol, G., & Zabun, E. (2014). Seviye belirleme sınavında başarının yordayıcılarının incelenmesi: Dershaneye gitme, mükemmeliyetçilik, ana-baba tutumu ve sınav kaygısı. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 14(1), 63-87.
- Bilal, E., & Dağ, İ. (2005). Eğitilebilir zihinsel engelli olan ve olmayan çocukların annelerinde stres, stresle başa çıkma ve kontrol odağının karşılaştırılması. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 12(2), 56-68.
- Bitter, J. R., & Corey, G. (2001). Family systems therapy. G.Corey (Ed.), *Theory and practice of counseling and psychotherapy içinde* (382-453. ss.). Pasific Grove, CA: Brooks-Cole/Wadsworth.
- Büyüköztürk, Ş. (2007). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (7. Baskı). Ankara: PegemA Yayıncılık.
- Cavkaytar, A. (2010). Toplum ve aile. A. Cavkaytar (Ed.), *Özel eğitimde aile eğitimi ve rehberliği içinde* (3-18, ss.). Ankara: Maya Akademi.
- Cho, S., & Kahng, S. K. (2015). Predictors of life satisfaction among caregivers of children with develop mental disabilities in South Korea. *Asian Social Science*, 11(2), 154-166.
- Cin, F. M., Aydın, M. A., & Arı, E. (2017). Zihinsel engelli bireye sahip olan ebeveynlerin tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(31), 19-32.
- Çalışkan, M., Toker, M., & Özbay, Y. (2017). Aile Yaşam Doyumu Ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Uluslararası Erken Çocukluk Eğitimi Çalışmaları Dergisi*, 2(1), 1-9.
- Çam, Z. (2021). Özel gereksinimli çocuğu olan annelerin aile yaşam kaliteleri ebeveynlik stresi ve evlilik yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Medeniyet Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Dağlı, A., & Baysal, N. (2016). Yaşam Doyum Ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 1250-1262.
- Dereli, F., & Okur, S. (2008). Engelli çocuğa sahip olan ailelerin depresyon durumunun belirlenmesi. *Yeni Tıp Dergisi*, 25, 164-168.
- Dhiman, S., Sahu, P. K., Reed, W. R., Ganesh, G. S., Goyal, R. K., & Jain, S. (2020). Impact of COVID-19 outbreak on mental health and perceived strain among caregivers tending children with special needs. *Research in Developmental Disabilities*, 107, 103790.



- Dil, S., & Bulantekin, Ö. (2011). Hemşirelik öğrencilerinde akademik başarı düzeyi ile aile işlevselliği ve kontrol odağı arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *Psikiyatri Hemşirelik Dergisi*, 2(1), 17-24.
- Duygun, T., & Sezgin, N. (2003). Zihinsel engelli ve sağlıklı çocuk annelerinde stres belirtileri, stresle başa çıkma tarzları ve algılanan sosyal desteğin tükenmişlik düzeyine olan etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(52), 37-52.
- Eid, B. N. K., & Karamuklu, E. S. (2022). COVID-19 salgını sürecinde özel gereksinimli çocuğu olan annelerin yaşadıkları güçlüklerin ve duygu durumlarının incelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 51(233), 419-442.
- Elçi, Ö. (2004). *Predictive values of social support, coping styles and stres level in posttraumatic growth and burnout levels among the parents of children with autism*. Yüksek lisans tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Epstein, N. B., Baldwin, L. M., & Bishop, D. S. (1983). The McMaster Family Assessment Device. *Journal of Marital and Family Therapy*, 9(2), 171-180.
- Ertürk, Y. (2018). *Özel gereksinimli çocuğa sahip olan ve olmayan annelerin ilgili değişkenler açısından sosyal beceri düzeylerinin karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Floyd, F. J., & Zmich, D. E. (1991). Marriage and the parenting partnership: Perceptions and interactions of parents with mentally retarded and typically developing children. *Child Development*, 62(6), 1434-1448.
- Fortier, L. M., & Wanlass, R. L. (1984). Family crisis following the diagnosis of a handicapped child. *Family Relations*, 33(1), 13-24.
- Friedrich, W. N., Greenberg, M. T., & Crnic, K. (1983). A short-form of the Questionnaire on Resources and Stress. *American Journal of Mental Deficiency*, 88(1), 41-48.
- Genç, H. (2015). *Zihinsel engelli çocuklara sahip anne ve babaların yaşam doyumlarının ve aleksitimik düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Gérain, P., & Zech, E. (2018). Does informal caregiving lead to parental burnout? Comparing parents having (or not) children with mental and physical issues. *Frontiers in Psychology*, 9, 884.
- Güler, M., & Çapri, B. (2020). The relationship between couple burnout and state-trait anxiety in mothers with disabled children. *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 5(13), 1445-1468.
- Haybron, D. M. (2004). *Happiness and the importance of life satisfaction*. Delivered at the Department of Philosophy, University of Arizona. <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.199.9197&rep=rep1&type=pdf>
- İnce, Z. E., & Tüfekci, F. G. (2015). Engelli çocuğu olan ebeveynlerde evlilik uyumu ve yaşam doyumunun değerlendirilmesi ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(1), 102-112.
- Kaner, S. (2002). Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği (The Questionnaire on Resource and Stress-F): Faktör yapısı, güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 34(1), 1-10.
- Karacasu, G. (2019). *Çocuklarında otizm spektrum bozukluğu olan ebeveynlerin tükenmişlik düzeyi ve anksiyete ile baş etme tutumları arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi, Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Lefkoşa.
- Karasar, N. (2020). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar ilkeler teknikler* (35. bs.). Ankara: NOBEL Akademik Yayıncılık.
- Kawamoto, T., Furutani, K., & Alimardani, M. (2018). Preliminary validation of Japanese version of the parental burnout inventory and its relationship with perfectionism. *Frontiers in Psychology*, 9, 970.
- Kazak, A. E. (1987). Families with disabled children: Stress and social networks in three samples. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 15(1), 137-146.
- Kazak, A. E., & Marvin, R. S. (1984). Differences, difficulties and adaptation: Stress and social networks in families with a handicapped child. *Family Relations*, 33, 67-77.



- Kurt, A., & Erden, M. K. (2020). Koronavirüs hastalığı 2019 sürecinde özel gereksinimli bireyler. *Milli Eğitim Dergisi*, 49(1), 1105-1119.
- Küçükler, S. (2006). The family-focused early intervention programme: Evaluation of parental stress and depression. *Early Child Development and Care*, 176(3-4), 329-341.
- Lebert-Charron, A., Dorard, G., Boujut, E., & Wendland, J. (2018). Maternal burnout syndrome: Contextual and psychological associated factors. *Frontiers in Psychology*, 9, 885.
- Marchetti, D., Fontanesi, L., Mazza, C., Di Giandomenico, S., Roma, P., & Verrocchio, M. C. (2020). Parenting-related exhaustion during the Italian COVID-19 lockdown. *Journal of Pediatric Psychology*, 45(10), 1114- 1123.
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1997). Maslach Burnout Inventory (3. Baskı). C. P. Zalaquett & R. J. Wood (Ed.), *Evaluating stress: A book of resources* içinde (191-218. ss.). Scarecrow Education.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 397-422.
- Meeussen, L., & Van Laar, C. (2018). Feeling pressure to be a perfect mother relates to parental burnout and career ambitions. *Frontiers in Psychology*, 9, 2113.
- Meyers, J. C., & Marcenko, M. O. (1989). Impact of a cash subsidy program for families of children with severe develop mental disabilities. *Mental Retardation*, 27(6), 383-387.
- Mutluer, T., Doenyas, C., & Aslan Genc, H. (2020) Behavioral implications of the Covid-19 process for Autism Spectrum Disorder, and individuals' comprehension of and reactions to the pandemic conditions. *Front. Psychiatry* 11:561882.
- Nazlı, S. (2014). *Aile danışmanlığı*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Nergiz, H., & Uluç, S. (2018). Çocuğunda görme yetersizliği olan anne ve babaların çeşitli psikolojik değişkenler açısından karşılaştırılması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 19(1), 79-103.
- Norberg, A. L. (2007). Burnout in mothers and fathers of children surviving brain tumour. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 14(2), 130-137.
- Özdemir, O. (2010). Ailelerin danışmanlık, rehberlik ve eğitim gereksinimlerinin karşılanması. A.Cavkaytar (Ed.), *Özel eğitimde aile eğitimi ve rehberliği* içinde (161-194. ss.). Ankara: Maya Akademi.
- Pruchno, R., & Patrick, J. H. (1999). Mothers and fathers of adults with chronic disabilities. *Research on Aging*, 21(5), 682-713.
- Roskam, I., Raes, M. E., & Mikolajczak, M. (2017). Exhausted parents: Development and preliminary validation of the parental burnout inventory. *Frontiers in Psychology*, 8, 163.
- Sánchez-Rodríguez, R., Orsini, É., Laflaquière, E., Callahan, S., & Séjourné, N. (2019). Depression, anxiety, and guilt in mothers with burnout of preschool and school-aged children: Insight from a cluster analysis. *Journal of Affective Disorders*, 259, 244-250.
- Sairanen, E., Lappalainen, P., & Hiltunen, A. (2018). Psychological inflexibility explains distress in parents whose children have chronic conditions. *PLoS ONE*, 13(7), e0201155.
- Sarı, H. Y. (2007). Zihinsel engelli çocuğu olan ailelerde aile yüklenmesi. *Cumhuriyet Üniversitesi, Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 11(2), 1-7.
- Seligman, M. E. P. (2007). *Gerçek mutluluk*. (Çev. S. Kunt). Ankara: HYB Yayınları.
- Shearn, J., & Todd, S. (1997). Parental work: An account of the day-to-day activities of parents of adults with learning disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research*, 41(4), 285-301.
- Sorkkila, M., & Aunola, K. (2020). Risk factors for parental burnout among Finnish parents: The role of socially prescribed perfectionism. *Journal of Child and Family Studies*, 29(3), 648-659.
- Temel, M. (2015). *Engelli çocuğa sahip aileler ile engelsiz çocuğa sahip ailelerin tükenmişlik ve psikolojik dayanıklılıklarının incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tunç, S., & Özkardaş, O. (2020). Otizmli çocuğu olan annelerde algılanan sosyal desteğin anksiyete ve ebeveyn tükenmişliği üzerindeki etkisi. *Social Sciences Research Journal*, 9(4), 247-253.
- Tümkiye, S. (1996). *Öğretmenlerdeki tükenmişlik, görülen psikolojik belirtiler ve başa çıkma davranışları*. Yayımlanmamış doktora tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Türk Dil Kurumu (2021). *Türk Dil Kurumu Sözlükleri*. Erişim adresi: <https://sozluk.gov.tr/>



- Uğuz, Ş., Toros, F., İnanç, B. Y., & Çolakkadıoğlu, O. (2004). Zihinsel ve/veya bedensel engelli çocukların annelerinin anksiyete, depresyon ve stres düzeylerinin belirlenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 7, 42-47.
- Usta, M., Özbay, Y., & Toker, M. (2020). Development of a Systemic Family Functionality Scale (SFFS). *Marriage & Family Review*, 57(2), 126-142.
- Van Bakel, H. J., Van Engen, M. L., & Peters, P. (2018). Validity of the parental burnout inventory among Dutch employees. *Frontiers in Psychology*, 9, 697.
- Varghese, R. T., & Venkatesan, S. (2013). A comparative study of maternal burnout in autism and hearing impairment. *International Journal of Psychology and Psychiatry*, 1(2), 101-108.
- Weiss, M. J. (2002). Hardiness and social support as predictors of stress in mothers of typical children, children with autism, and children with mental retardation. *Autism*, 6(1), 115-130.
- Yarar, F., Bayramoğlu, S., & Şenol, H. (2021). COVID-19 pandemi döneminin özel gereksinimli çocuk annelerinde anksiyete ve yaşam kalitesi üzerine etkisinin incelenmesi. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 11(3), 410-416.
- Yavuz, S. (2016). *Normal gelişim göstere çocuğa sahip ebeveynler ile zihinsel engelli çocuğa sahip ebeveynlerin evlilik uyumu ve yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.