

Otizmlı Çocuğa Sahip Annelerin Psikolojik Sağlamlığı ile Tükenmişlik ve Mükemmeliyetçiliği Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*

Investigating the Relationship Between Psychological Resilience, Burnout and Perfectionism of Mothers with Children with Autism

Esin Karataş¹, Yakup Burak²

¹*Sorumlu Yazar, Doktora Öğrencisi, Trakya Üniversitesi, esinkaratas@trakya.edu.tr, (https://orcid.org/0000-0002-4909-9510)*

²*Doç. Dr., Trakya Üniversitesi, yakupburak@trakya.edu.tr, (https://orcid.org/0000-0002-0640-4749)*

Geliş Tarihi: 28.01.2025

Kabul Tarihi: 05.11.2025

ÖZ

Bu araştırmanın amacı otizmlı çocuk sahibi annelerin psikolojik sağlamlığı, tükenmişliği ve mükemmeliyetçiliği arasındaki ilişkiyi incelemektir. İlişkisel tarama modeli kullanılarak tasarlanan bu araştırmanın çalışma grubunu İstanbul ilindeki otizmlı çocuğa sahip 152 anne oluşturmaktadır. Araştırmanın veri toplama araçlarını Demografik Bilgi Formu, Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve o Maslach Tükenmişlik Ölçeği oluşturmaktadır. Araştırma verilerinin analizinde Pearson korelasyon katsayısı tekniği ve çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Tükenmişlik ve mükemmeliyetçiliğin psikolojik sağlamlık üzerindeki yordayıcı etkisini belirlemek için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Araştırma sonuçlarında otizmlı çocuğu olan annelerin psikolojik sağlamlığı ile tükenmişliği arasında anlamlı düzeyde ve negatif yönlü ilişki olduğu, mükemmeliyetçiliğin, hata yapma endişesi, aileden eleştiri ve yaptığından emin olma boyutunda da benzer ilişkinin olduğu ancak mükemmeliyetçiliğin kişisel standartlar, ailesel beklentiler ve düzen boyutunda herhangi bir ilişki olmadığı saptanmıştır. Tükenmişlik ve mükemmeliyetçiliğin otizmlı çocuğa sahip annelerin psikolojik sağlamlık varyansının yaklaşık olarak %29'unu açıkladığı tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular ilgili literatür çerçevesinde geniş bir kapsamda tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Anne, otizm, tükenmişlik, mükemmeliyetçilik, psikolojik sağlamlık.

ABSTRACT

This study aimed to examine the relationship between psychological resilience, burnout and perfectionism of mothers with children with autism. The study group of this study which was designed with correlational survey design consisted of 152 mothers with children with autism in Istanbul. Demographic Information Form, Brief Psychological Resilience Scale, Frost Multidimensional Perfectionism Scale and Maslach Burnout Scale were used as data collection tools. Pearson correlation coefficient technique and multiple linear regression analysis were used to analyze the data. Multiple linear regression analysis was used to determine the predictive power of burnout and perfectionism on psychological resilience. Findings revealed that there was a significant and negative relationship between psychological resilience and burnout of mothers with children with autism, and that there was a similar relationship in the dimensions of

*Bu çalışma ikinci yazar danışmanlığında, birinci yazar tarafından hazırlanan doktora tezinden üretilmiş olup I. Disiplinlerarası Özel Eğitim Kongresi DOZEK2024'te sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

perfectionism, worry about making mistakes, criticism from family and being sure of what you do, but there was no relationship in the personal standards, familial expectations and order dimension of perfectionism.

It was determined that burnout and perfectionism explained approximately 29% of the variance of psychological resilience of mothers with children with autism. The results obtained from the study were discussed within the scope of the relevant literature.

Keywords: Mother, autism, burnout, perfectionism, psychological resilience

GİRİŞ

Bir ailede özel gereksinimli bir çocuk varsa bu ailelerin hayatlarının tipik gelişim gösteren çocuğa sahip olan ailelere kıyasla sosyal, duygusal ve psikolojik yönden oldukça farklı olduğu bilinmektedir. Aileye özel gereksinimli bir çocuğun dahil olmasıyla birlikte ailenin mevcut yapısı önemli derecede etkilenmekte, aile sistemi ve yaşamı değişmektedir (Akkök, 2003). Bu durum içerisinde krizleri barındıran, ailelerin kabul etmek ve uyum sağlamakta zorlandığı oldukça karmaşık bir süreçtir. Bu durum birçok nedenle açıklanabilmektedir. Öncelikle beklenmedik bir durumla karşılaşan aileler hayal kırıklığı yaşamakta ve bu durumu çevrelerine açıklama konusunda zorluk yaşamaktadır. Ayrıca özel gereksinimli çocuğun gereksinimine ilişkin bilgi eksiklikleri ve ek sağlık problemleri ailelerin psikolojik iyi oluşlarını olumsuz yönde etkilemektedir (Cavkaytar & Özen, 2010). Bu durumun özellikle aile ortamında anneyi etkilediği söylenebilir. Nitekim aile içerisinde annelerin ev ve çocukların bakımı konusunda üstlendiği sorumluluklar baba ve kardeşlere göre daha fazla olabilmektedir.

Yapılan araştırmalarda özel gereksinimli çocuğun bakımı konusunda en büyük rolü annelerin üstlendiği tespit edilmiştir (Altıparmak & Yılmaz, 2024; Brown, 2014; Brown & Clark, 2017). Özel gereksinimli çocuk sahibi anneler çocuklarının bakımı konusunda daha fazla fedakarlık göstererek sosyal yaşamlarına ayırdıkları zamanları kısıtlamaktadırlar. Bunun sonucunda anneler sosyal izolasyon, içe kapanma, yetersiz sosyal destek gibi sorunlarla karşılaşabilmektedir (Duygun & Sezgin, 2003). Bunun yanı sıra yapılan araştırmalarda özel gereksinimli çocuğa sahip annelerin babalardan daha depresif olduğu bulgularına ulaşılmıştır (Millaku & Kraja-Bardhi, 2023; Xia vd., 2023). Tüm bu ifadelerden de anlaşıldığı üzere özel gereksinimli çocuğa sahip annelerin ruhsal durumlarında oldukça fazla problemlerin olduğu söylenebilir. Bununla birlikte otizm gibi iletişim ve sosyal etkileşim sorunu yaşayan çocukların annelerinin bu ruhsal durumlarının yetersizliğinin sosyal beceri açısından şiddeti annelerin psikolojik sorunlarını iki katı artırmaktadır.

Otizmlili çocuklarda sıklıkla çeşitli davranışsal sorunlar gözlemlenmektedir. Öncesinde nörolojik gelişimi normal seyrettiği bilinen bebeklerde ani gerilemeler görülebilir; bu süreçte göz teması, konuşma ve anne-baba ile kurulan duygusal bağlar büyük ölçüde kaybolabilir. Ardından el ve kol çırpmaları, yüksek sesle ağlamalar, ileri-geri sallanmalar, dönüp durmalar veya kendine vurma gibi tekrarlayıcı ve uyaranlı davranışlar ortaya çıkabilir (Köksal & Erciyes, 2021). DSM-5 kriterlerine göre otizmlili bireylerde sıkça gözlemlenen davranışlar arasında tekrarlayıcı motor hareketler, nesnelere alışılmadık şekilde uğraşma veya ekolali gibi konuşma kalıpları yer almaktadır. Ayrıca, rutinelere ve belirli alışkanlıklara sıkı bağlılık, küçük değişikliklerde aşırı sıkıntı, ritüelleşmiş davranışlar ve katı düşünce kalıpları da yaygındır. Bunların yanı sıra, anormal yoğunlukta ilgi alanları, sınırlı ve ısrarcı ilgiler ile duygusal uyaranlara karşı aşırı veya yetersiz tepkiler, alışılmadık ilgi ve duygusal hassasiyetler de sık rastlanan özellikler arasındadır. Otizmlili çocukların, sözel veya tekrar eden motor davranışlar sergilemeleri ve uyaranlara tepkisizlik göstermeleri gibi sık karşılaşılan davranışsal sorunlarının yanı sıra; sosyal etkileşim, iletişim, bilişsel beceriler ve dikkat açısından da çeşitli zorluklar yaşadıkları bilinmektedir (Ergün Elverici & Sarı, 2021). Bu durum, aile bireylerinin sosyal, duygusal ve psikolojik yönden etkilenmelerine ve sorumluluklarının artmasına yol açmaktadır (Myers vd., 2009). Ebeveynler çocuklarının otizm tanısı alması ile hayatlarında bir farklılık yaşamaya başlamaktadırlar. Otizmlili çocuk sahibi anne

ve babalar ruh sağlıklarını etkileyebilecek birçok riskle karşılaşabilmektedirler. Otizmlı çocuk sahibi ebeveynler yaşadıkları bu stres (Caruso, 2017; Ekinici, 2022) durumuna bağlı olarak tükenmişlik (Güler vd., 2022; Şit, 2023) depresyon (Akkaya, 2021; Albaş, 2023), psikolojik sağlımlıkta azalma gibi birçok problemle karşılaşabilmektedir.

Otizmlı çocuk sahibi ailelerin diğer gelişimsel yetersizliklere sahip ailelerle karşılaştırıldığında daha yüksek oranda stres ve tükenmişliğe maruz kaldıkları (Hassan Osman vd., 2019; Hayes & Watson, 2013) ve otizmlı çocuk sahibi ebeveynlerin ebeveyn tükenmişliği açısından daha fazla risk altında oldukları belirlenmiştir (Lin vd., 2023). Çocuğa uzun süreler boyunca sunulan bakımın verdiği zorluklar, aile bireylerinin rollerindeki değişimler, tanılama ve hizmetlere erişimdeki güçlükler, tanıya ilişkin yeterli bilgiye ulaşamama, eğitim ve rehabilitasyon hizmetlerine duyulan ihtiyaç ve sosyal etkinliklere sınırlı katılım gibi durumlar otizmlı çocuk sahibi ebeveynlerde tükenmişliğin nedenleri arasında sayılabilmektedir (Ardic, 2020).

Ebeveynlerin yaşadıkları tükenmişlik ile ilişkili olduğu belirlenen risk faktörlerinden bir diğeri de ebeveynlerin yaşadığı mükemmeliyetçilik düzeyidir (Ren vd., 2024). Ebeveynlerin mükemmeliyetçilik düzeylerinin yaşa, cinsiyete, ekonomik duruma ve ailelerin çocuklarının özel gereksinimli olup olmama durumlarına göre değiştiği ayrıca annelerin babalara göre mükemmeliyetçilik düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür (Sorkkila & Aunola, 2020). Mükemmeliyetçilik birden fazla boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutların arasında olumlu olma durumu ve olumsuz olma durumu bulunmaktadır. Olumlu mükemmeliyetçiliğin bireylerin hayatının bir noktasında işlevsel olabilecekken olumsuz mükemmeliyetçiliğin olumsuz bir durumla karşılaşılması durumunda ise ruh sağlığı ve ilişkiler üzerinde tam tersi bir etki gösterebileceğini işaret etmektedir (Egan vd., 2011; Flett & Hewitt, 2015).

Ebeveynlerin yaşadıkları tükenmişlik, olumsuz mükemmeliyetçilik ve daha pek çok sorunu çözmelerine de yardımcı olan başka bir değişken ise bu ebeveynlerin psikolojik sağlımlık dereceleridir. Psikolojik sağlımlık bireylerin yaşadığı olumsuz durumlarla baş etme becerisini göstermektedir (Fletcher & Sarkar, 2013). Ebeveynlerin duygusal olarak tükenmeleri sonucunda yaşadıkları duyarsızlaşma, tükenmişliğin ve olumlu/olumsuz mükemmeliyetçiliğin ebeveynlerin psikolojik sağlımlıkları üzerinde etkili olabileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda ebeveynlerin karşılaştığı sorunlarla baş edebilmeleri için psikolojik sağlımlıklarının güçlendirilmeleri gerekmektedir.

Alanyazında otizmlı çocuk sahip ebeveynlerin tükenmişlik ve psikolojik sağlımlıkları ile ilgili çeşitli araştırmalara rastlanmaktadır. Bir çalışmada özel gereksinimli çocuk sahibi ebeveynleri ile tipik gelişim gösteren çocuk sahibi ebeveynler karşılaştırılmıştır. Özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin daha yüksek oranda tükenmişlik yaşadığı belirlenmiştir (Gerain & Zech, 2018). Otizmlı çocuk sahibi annelerin kişilik özellikleri, çocuğun bakımı konusunda yaşadığı zorluklar aile işleyişini etkileyerek annede tükenmişlik riskinin artmasına neden olabileceği elde edilen bulgular arasındadır (Sekulowicz vd., 2022). Otizmlı çocuk sahibi annelerin tükenmişlik düzeylerinin eğitim durumu, yaş, meslek, çocuk sayısı, gelir durumu gibi bazı demografik değişkenler açısından inceleyen çalışmalarda (Ateş vd., 2022; Çıldan, 2022) annelerin tükenmişlik düzeyleri de farklılaşmaktadır. Tükenmişlik ve psikolojik sağlımlık düzeylerinin çeşitli değişkenlerle incelendiği araştırmalarda otizmlı çocuk sahibi annelerin tükenmişlik ve psikolojik dayanıklılıkları (Açar, 2018) ile stres ve psikolojik dayanıklılıkları arasında bir ilişkinin (Ilias vd., 2018) var olduğu bilgisine ulaşılmıştır. Ayrıca otizmlı çocuk sahibi ebeveynlerin iyi oluşları, merhametleri, psikolojik sağlımlıkları ve bilişsel esneklikleri ile ilişkilerinde anlamlı bir bağ bulunmaktadır (Musa, 2022). Bir başka çalışmada otizmlı çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik sağlımlıklarında önemli bir yere sahip olan sosyal destek algısı incelenmiştir. Bu çalışmada annelerin sosyal destek algıları ile tükenmişlik düzeyleri arasında önemli bir ilişki bulunduğu belirlenmiştir (Altın, 2023; Ardic, 2020; Şit, 2023).

Ebeveynlerin yaşadıkları tükenmişlik ve psikolojik sağlamlıkları üzerinde etkili olan bir diğer değişken de ebeveynlerin mükemmeliyetçiliğidir. Ulusal ve uluslararası alanyazını incelediğimizde mükemmeliyetçilikle ilgili yapılan çalışmaların çoğunlukla yetişkinler (Ener & Can, 2021; Karatekin, 2021), çocuğu tipik gelişim gösteren ebeveynler (Atayeter, 2020; Sorkkila & Aunola, 2020), özel yetenekli öğrenciler (Yıldırım & Kılıçaslan-Çelikkol, 2024) ve üniversite öğrencileri (Özkara, 2015; Şahin, 2020; Yay, 2020) ile yapıldığı görülmektedir. Bunun yanı sıra çocuklarında dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB) bulunan ebeveynler (Doksat vd., 2018) ve özel gereksinimli çocuk sahibi ebeveynler (Yangın & Camadan, 2020), özel öğrenme güçlüğü olan çocukların ebeveynleri (Yasar vd., 2024) ile yapılmış çalışmalara rastlanmıştır.

Genel olarak özel gereksinimli çocuk sahibi annelerin psikolojik sağlamlık, tükenmişlik ve mükemmeliyetçiliği arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların olduğu tespit edilmiştir (Dilekci, 2023; Güler vd., 2022; İşçi, 2022; Yönel, 2021). Ancak otizmlı çocuk sahibi annelerin psikolojik sağlamlığı, tükenmişlik ve mükemmeliyetçiliği arasındaki ilişkiye dair Türkiye’de yapılmış çalışmaların sınırlı sayıda olduğu görülmektedir (Bodur, 2021; Çengelci, 2009; Musa, 2022; Oğuz, 2024; Topbaş, 2022; Tunçel, 2017). Bu nedenle, bu araştırma otizmlı çocuk sahibi annelerin psikolojik sağlamlığını olumsuz olarak etkileyen tükenmişlik ve mükemmeliyetçilik hakkında konuya ilişkin eksikliği gidermesi nedeniyle önem taşımaktadır. Ayrıca elde edilen bilgiler doğrultusunda annelerin tükenmişlik düzeylerini azaltmak, olumlu mükemmeliyetçilik düzeyini artırmak ve dolayısıyla psikolojik sağlamlıklarını artırmak için annelere sunulabilecek eğitim ve destek hizmetlerinin düzenlenmesinde ışık tutması bakımından önemlidir. Buna ek olarak bu çalışmanın otizmlı çocuk sahibi annelerle gerçekleştirilecek ilerideki araştırmalara katkıda bulunacağı düşünülmektedir. Yukarıdaki tüm bu gerekçeler göz önünde bulundurulduğunda bu araştırmada otizmlı çocuk sahibi annelerin psikolojik sağlamlığı, tükenmişliği ve mükemmeliyetçiliği arasındaki ilişkinin incelenmesi hedeflenmiştir. Bu doğrultuda aşağıdaki sorulara cevaplar aranmıştır:

1. Otizmlı çocuk sahibi annelerin psikolojik sağlamlığı, tükenmişliği ve mükemmeliyetçiliği arasında bir ilişki var mıdır?
2. Tükenmişlik ve mükemmeliyetçilik otizmlı çocuk sahibi annelerin psikolojik sağlamlıklarını anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?

YÖNTEM

2.1. Araştırma Deseni

Bu araştırmada otizmlı çocuğa sahip annelerin psikolojik sağlamlığı ile tükenmişlik ve mükemmeliyetçiliği arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada nicel araştırma yönteminden yararlanılmıştır. Bu araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli ile desenlenmiştir. İlişkisel tarama modeli, bir araştırmada iki veya daha fazla değişkenin birlikte nasıl değiştiğini ve/veya bu durumun derecesini saptamayı amaçlayan bir modeldir (Karasar, 2020).

2.2. Çalışma Grubu

Katılımcıları belirlemek için amaçlı örnekleme yöntemleri arasında yer alan ölçüt örnekleme kullanılmıştır. Ölçüt örnekleme, araştırma öncesinde tanımlanmış bir dizi ölçüte uyan tüm durumların incelenmesidir (Yıldırım & Şimşek, 2016). Araştırmada katılımcıların belirlenmesinde otizmlı çocuğa sahip olma ölçüt kriteri olarak kabul edilmiştir. Çalışma grubunu İstanbul ilinde yaşayan rehabilitasyon merkezi ve özel eğitim uygulama okullarına devam eden hastane ve RAM raporlarına göre eğitsel yerleştirilmesi yapılan otizmlı çocuğa sahip 152 anne oluşturmaktadır. Otizmlı çocuk sahibi annelerin demografik bilgileri Tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1*Katılımcıların Demografik Bilgilerine İlişkin Frekans ve Yüzde Değeri*

		n	%	Toplam
Anne öğrenim durumu	İlkokul	26	17.1	152
	Ortaokul	10	6.6	
	Lise	45	29.6	
	Lisans	56	36.8	
	Lisansüstü	15	9.9	
Özel gereksinimli çocuğun öğrenim durumu	Okul öncesi	27	17.8	152
	İlkokul	50	32.9	
	Ortaokul	35	23	
	Lise	40	26.3	
Ailedeki çocuk sayısı	Tek çocuk	52	34.2	152
	2 çocuk	69	45.4	
	3 çocuk	23	15.1	
	4 ve üzeri çocuk	8	5.3	
Medeni durum	Evli	132	86.8	152
	Bekâr	20	13.2	
Ailedeki özel gereksinimli çocuk sayısı	1	127	83.6	152
	2	25	16.4	
Özel gereksinimli çocuğun cinsiyeti	Kız	29	19.1	152
	Erkek	123	80.9	
		Max/Min	x/ss	Toplam
Yaş	Anne	62/26	42.02/6.83	152
	Çocuk	29/2	11.05/5.13	152

Tablo 1’de görüldüğü üzere çalışmaya katılan otizmlı çocuk sahibi annelerin öğrenim durumu değerlendirildiğinde %17.1’i ilkökul, % 6.6’sı ortaokul, %29.6’sı lise, %36.8’i lisans ve %9.9’u lisansüstü mezunu olduğu görülmektedir. Annelerin sahip oldukları özel gereksinimli çocuklarının öğrenim durumu incelendiğinde %17.8’inin okul öncesi, %32.9’unun ilkökul, %23’ünün ortaokul, %26.3’nün lise olduğu görülmüştür. Annelerin %34.2’sinin tek çocuk, %45.4’ünün 2 çocuk, %15.1’inin 3 çocuğa ve %5.3’ünün 4 ve üzeri çocuğa sahip olduğu görülmektedir. Annelerin %86.8’i evli, %13.2’si bekârdır. Annelerin %83.6’sının 1, %16.4’ünün 2 özel gereksinimli çocuğa sahip olduğu görülmektedir. Özel gereksinimli çocukların %19.1’i kız, %80.9’u erkektir. Annelerin yaşlarının 26-62 arasında ($x=42.02$, $ss=6.83$) değiştiği, çocukların yaşlarının ise 2-29 arasında ($x=11.05$, $ss=5.13$) değiştiği görülmektedir.

2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırma verilerini toplamada katılımcılar ile çocuklarının kişisel bilgileri ve eğitim bilgilerini belirlemeye yönelik oluşturulan Demografik Bilgi Formu, otizmlı çocuk sahibi annelerin psikolojik sağlamlık düzeylerini belirlemek amacıyla Doğan (2015) tarafından uyarlanan Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, annelerin mükemmeliyetçilik düzeylerini belirlemek amacıyla Kağan (2011) tarafından uyarlanan Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve otizmlı çocuk sahibi annelerin tükenmişlik düzeylerini belirlemek amacıyla Duygun ve Sezgin (2003) tarafından uyarlanan Maslach Tükenmişlik Ölçeği kullanılmıştır.

Demografik Bilgi Formu: Araştırmanın amacına paralel olarak katılımcılardan ihtiyaç duyulan demografik bilgileri toplayabilmek için demografik bilgi formu kullanılmıştır. Bu form araştırmacılar tarafından geliştirilmiştir. Demografik bilgi formunda katılımcıların yaşı, medeni durumu, öğrenim durumu, mesleği, aylık ortalama geliri, ailedeki çocuk sayısı, otizmlı çocuğunun cinsiyeti ve yaşına yönelik sorulara yer verilmiştir.

Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ): Bireylerin psikolojik sağlamlık düzeyini belirlemek için Smith vd. (2008) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe’ye uyarlama çalışması

Doğan (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .83 olarak bulunmuştur. Açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri ile ölçeğin faktör yapısı belirlenmiştir. Açımlayıcı faktör analizi göz önüne alınarak toplam varyansın %54.66'sını açıklayan tek faktörlü bir yapı elde edilmiştir. KPSÖ 5'li likert tarzında ve 6 maddeden oluşan bir ölçme aracıdır. Cevaplama anahtarı "Hiç uygun değil" (1), "Uygun Değil" (2), "Biraz Uygun" (3), "Uygun" (4), "Tamamen Uygun" (5) şeklindedir. Ölçekte 1-5 arası bir puanlama anahtarı bulunmaktadır. Ölçekte yer alan ters kodlu maddeler çevrilmiştir. Dolayısıyla buradan alınan yüksek puanlar yüksek psikolojik sağlamlığı göstermektedir.

Maslach Tükenmişlik Ölçeği (MTÖ): MTÖ, Maslach ve Jackson (1981) tarafından bireylerdeki tükenmişliği ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Duygusal Tükenmişlik, Kişisel Başarı ve Duyarsızlaştırmayı içeren 3 alt boyut bulunmaktadır. Ölçek toplamda 22 maddeden oluşmaktadır ve bu ölçeğin Türkçe uyarlaması Ergin (1992) tarafından yapılmıştır. Duygun ve Sezgin (2003) tarafından yapılan çalışma ile bu ölçek zihinsel engelli çocuk annelerine uyarlanmıştır. Maslach tarafından geliştirilen ölçekteki Duyarsızlaştırma alt boyutu Duygusal Tükenmişlik alt boyutunda birleştirilerek iki boyutlu bir yapı elde edilmiştir. Duygusal Tükenmişlik alt boyutunda 13 madde (1, 2, 3, 5, 6, 8, 10, 11, 13, 14, 16, 20, 22), Kişisel Başarı alt boyutunda 8 madde (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21) bulunmaktadır. MTÖ'nün Duygusal Tükenmişlik ve Kişisel Başarı için güvenilirlik katsayısı .80 saptanmıştır. 5'li likert tipindedir ve 0-4 arasında değişen bir derecelendirme sistemi kullanılmıştır. Ölçeğin Duygusal Tükenmişlik alt ölçeğinden yüksek puan alınması, Kişisel Başarı alt ölçeğinden düşük puan alınması tükenmişliği göstermektedir.

Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (FÇBMÖ): Bireylerin mükemmeliyetçiliğinin çok boyutlu değerlendirmesini ölçmek amacıyla Frost vd. (1990) tarafından geliştirilen ölçeğin Kağan (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlaması yapılmıştır. Bu ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .91 dir. Alt ölçeklerin iç tutarlılıkları .64-.94 arasında değişiklik göstermektedir. 35 maddeden oluşan ve 5'li Likert tipindeki ölçeğin 15 günlük test tekrar test sınıf içi korelasyonu .82 bulunmuştur. FÇBMÖ ölçtüğü yapıyı hata yapma endişesi, kişisel standartlar, ailesel beklentiler, aileden eleştiri, yaptığından emin olamama, düzen olmak üzere altı alt boyutta ele almaktadır. Ölçekte tersine puanlanan madde bulunmamaktadır. Ölçme aracındaki toplam puanlardaki artış mükemmeliyetçilikteki artışa işaret etmektedir.

2.4. Veri Toplama Süreci ve Veri Analizi

Araştırmanın planlanması ve veri toplama araçları için yazarlardan gerekli izinlerin alınmasının ardından Trakya Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan 09.10.2024 tarih ve E-29563864-050.04-722203 sayılı Etik Kurul izni alınmıştır. Gerekli iznin alınmasının ardından araştırma verilerini toplamak amacıyla elektronik ortamda hazırlanan Google Form katılımcılara ulaştırılmıştır. Beş bölümden oluşan formun ilk bölümünde Gönüllü Onam Formu yer almaktadır. Onam Formu'nu onaylayarak araştırmaya katılmayı kabul eden katılımcılar ardından sırasıyla Demografik Bilgi Formu, KPSÖ, MTÖ ve FÇBMÖ ölçeklerini doldurarak araştırmayı tamamlamıştır. Katılımcılar ortalama 15 dakikada çalışmayı tamamlamışlardır. Araştırma verilerinin analizinde Pearson korelasyon katsayısı tekniği kullanılmıştır. Buna ilaveten çoklu doğrusal regresyon analizinden faydalanılmıştır. Korelasyon katsayılarının .70 ile 1.00 arasında olması yüksek düzeyde korelasyonu, .30 ile .70 arası orta düzey korelasyonu gösterirken katsayının .00 ile .30 arasında olması düşük düzey korelasyon olduğunu göstermektedir (Büyüköztürk vd., 2017). Yani 1.00 ve -1.00 arasında değerler alan korelasyon katsayısının 1.00'e yaklaşması ilişkinin mükemmelliğini gösterirken 0'a yaklaşması ilişkinin zayıflığı ya da ilişkisizliği göstermektedir (Karasar, 2020). Bu çalışmada tükenmişlik ve mükemmeliyetçilik bağımsız değişken, psikolojik sağlamlık ise bağımlı değişken olarak kabul edilmiştir. Çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılarak tükenmişlik ve mükemmeliyetçiliğin psikolojik sağlamlık üzerindeki yordama gücü belirlenmeye çalışılmıştır. Bu regresyon analizini uygulayabilmek için belirli durumların test edilip analiz sonuçlarının raporlanması

gerekmektedir. Verilerin öncelikli olarak normallik, örneklem büyüklüğü, çoklu ortak doğrusallık, uç ve artık değerler, VIF ile tolerans değerleri gibi varsayımları karşılamalıdır (Tabachnick & Fidel, 2019). Değişkenlerin normal dağılıma uygunluğunu belirleyebilmek için her bir alt grup için Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro Wilk testleri yapılmıştır. Sonrasında basıklık ve çarpıklık değerleri hesaplanmıştır. Bu değerlerin +1.5 ve -1.5 olması dağılımın normal olduğunu göstermektedir (Tabachnick & Fidel, 2019). Bu çalışmada yapılan analiz sonucunda basıklık ve çarpıklık değerlerinin belirtilen aralığın arasında olduğu görülmüştür. Değişkenler arasındaki korelasyon değerinin .80'nin üzerinde olmadığı görülmüştür. Bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişki çoklu doğrusallık ile test edilip incelendiğinde .16 ile -.41 aralığında değişkenlik gösterdiği, .01 ile .52 arasında değişkenlik gösterdiği görülmüştür. Ayrıca bağımlı değişkenin çoklu doğrusallık varsayımına yönelik olarak değişkenlerin tolerans ve VIF değerleri analiz edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre tolerans değerlerinin beklendiği gibi .20'den büyük olduğu; VIF değerinin ise 1.1 ve 2.1 aralığında olduğu ve beklendiği gibi 10'dan küçük olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda yapılan hesaplamalar doğrultusunda veri setinde çoklu bağımlılık sorununun olmadığı belirlenmiştir (Tabachnick & Fidel, 2019). Çoklu regresyon analizi öncesinde değişkenler arasındaki uç değerler ayrıca incelenmiştir. Bu değerleri belirlemek için scatterplot grafiği ve Cook tekniği kullanılmıştır. Scatterplot grafiğinin -3 ile +3 aralığında ve Cook değerinin 1'den küçük olması beklenmektedir (Tabachnick & Fidel, 2019). Yapılan analizler sonucunda değişkenlerin normal kabul edilen uç değerlere sahip olduğu tespit edilmiştir. Yapılan analiz sonrasında çoklu doğrusallık için bağımlı değişkene (psikolojik sağlamlık) ilişkin gözlemlenen (X) ve beklenen (Y) değerler arasındaki doğrusallık varsayımını karşıladığı sonucuna ulaşılmıştır.

BULGULAR

Otizmlili çocuk sahibi annelerin psikolojik sağlamlık, tükenmişlik ve mükemmeliyetçiliği arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yürütülen araştırmanın bu kısmında, Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Maslach Tükenmişlik Ölçeği ve Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinden elde edilen verilerin analizi sonucunda elde edilen bulgular sunulmuştur.

Çalışma grubundaki otizmlili çocuğa sahip annelerin psikolojik sağlamlıkları, tükenmişlikleri ve mükemmeliyetçilikleri arasındaki ilişkileri belirleyebilmek amacıyla Pearson Korelasyon Katsayısı hesaplanmıştır. Bu analizin sonuçları Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2

Annelerin KPSÖ ile MTÖ ve FÇBMÖ Puanları Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayı Değeri

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1 KPSÖ													
2 MTÖ	-.251**												
3 MTÖ Duygusal tükenmişlik	-.406**	.885**											
4 MTÖ Kişisel başarı	-.373**	.081	-.392**										
5 FÇBMÖ	-.170*	.265**	.267**	-.047									
6 FÇBMÖ Hata yapma endişesi	-.251**	.214**	.304**	-.229**	.786**								
7 FÇBMÖ Kişisel standartlar	-.083	.253**	.220**	.028	.764**	.630**							
8 FÇBMÖ Ailesel beklentiler	-.063	.191*	.172*	.010	.721**	.568**	.726**						
9 FÇBMÖ Aileden eleştiri	-.236**	.141	.231**	-.217**	.689**	.596**	.556**	.578**					
10 FÇBMÖ Yaptığından emin olma	-.220**	.238**	.320**	-.215**	.714**	.659**	.592**	.486**	.520**				
11 FÇBMÖ Düzen	.006	.157	.025	.256**	.579**	.145	.550**	.368**	.096	.169*			
12 Anne Yaş	.163*	-.077	-.031	-.087	.096	.087	.115	.103	.071	.030	.021		
13 Otizmlili çocuk yaşı	.110	-.039	-.013	-.049	.021	.081	-.009	.035	.014	-.006	-.024	.634**	

n=152 *p<0.05 **p<0.01

Tablo 2 incelendiğinde otizmlı çocuğa sahip annelerin KPSÖ puanları ile MTÖ ($r=-.251$, $p<.01$) puanları arasında negatif yönlü düşük düzeyde bir ilişki olduğu, MTÖ Duygusal Tükenmişlik ($r=-.4061$, $p<.01$), MTÖ Kişisel Başarı ($r=-.373$, $p<.01$) puanları arasında negatif yönlü orta düzeyde bir ilişki olduğu, FÇBMÖ ($r=-.170$, $p<.05$), FÇBMÖ Hata Yapma Endişesi ($r=-.251$, $p<.01$), FÇBMÖ Aileden Eleştiri ($r=-.236$, $p<.01$), FÇBMÖ Yaptığından Emin Olma ($r=-.220$, $p<.01$) puanları arasında negatif yönlü düşük düzeyde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ancak otizmlı çocuk sahibi annelerin KPSÖ puanları ile FÇBMÖ Kişisel Standartlar ($r=-.083$, $p<.05$), FÇBMÖ Ailesel Beklentiler ($r=-.063$, $p<.05$), FÇBMÖ Düzen ($r=.006$, $p<.05$) puanları arasında herhangi bir ilişki tespit edilememiştir. Yani otizmlı çocuğu olan annelerin psikolojik sağlamlığı ile tükenmişliği arasından anlamlı düzeyde ve negatif yönlü ilişki olduğu, mükemmeliyetçiliğin toplam, hata yapma endişesi, aileden eleştiri ve yaptığından emin olma boyutunda da benzer ilişkinin olduğu ancak mükemmeliyetçiliğin kişisel standartlar, ailesel beklentiler ve düzen boyutunda herhangi bir ilişki olmadığı saptanmıştır.

Tükenmişlik ve mükemmeliyetçiliğin otizmlı çocuk sahibi annelerin psikolojik sağlamlıklarının yordama gücünü belirlemek için yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3

KPSÖ ile MTÖ ve FÇBMÖ Puanlarını Yordamasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi

Model	B	Std. Hata	Beta	t	p
(Sabit)	13.494	3.520		3.834	.000
FÇBMÖ Hata yapma endişesi	-.110	.081	-.153	-1.358	.177
FÇBMÖ Kişisel standartlar	.109	.103	.150	1.066	.288
FÇBMÖ Ailesel beklentiler	.074	.098	.083	.754	.452
FÇBMÖ Aileden eleştiri	-.190	.123	-.155	-1.547	.124
FÇBMÖ Yaptığından emin olma	-.020	.129	-.016	-.158	.875
FÇBMÖ Düzen	-.086	.065	-.124	-1.329	.186
MTÖ Duygusal tükenmişlik	-.129	.040	-.263	-3.239	.001
MTÖ Kişisel başarı	.252	.089	.240	2.832	.005
Anne Yaş	.105	.061	.162	1.708	.090
Otizmlı çocuk yaşı	.022	.081	.026	.273	.785

R=.534 R²=.285 R²(Δ R²) Değişikliği=.235 F=5.631 p=.000

Tablo 3'e göre otizmlı çocuk sahibi annelerin KPSÖ puanları FÇBMÖ (hata yapma endişesi, kişisel standartlar, ailesel beklentiler, aileden eleştiri, yaptığından emin olma, düzen) puanlarını (R=.534 R²=.285 R²(Δ R²) Değişimi=.235) önemli derecede açıkladığı söylenebilir. Bu bağlamda otizmlı çocuk sahibi annelerinin tükenmişlik ve mükemmeliyetçilik düzeylerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin yaklaşık olarak %29'unu açıkladığı belirlenmiştir. Çoklu doğrusal regresyon analizinde bu durumu MTÖ alt boyutlarından duygusal tükenmişlik ($\beta=-.263$, $p<.01$) ve kişisel başarı ($\beta=.240$, $p<.01$) anlamlı olarak açıklarken FÇBMÖ hata yapma endişesi, kişisel standartlar, ailesel beklentiler, aileden eleştiri, yaptığından emin olma, düzen alt boyutlarının anlamlı etkisinin olmadığı görülmektedir. Sonuç olarak bu çalışmada oluşturulan modelde otizmlı çocuğa sahip annelerin psikolojik sağlamlığı ile mükemmeliyetçiliği ve tükenmişliği arasındaki ilişkinin düşük düzeyde olduğu bu durumda annelerin psikolojik sağlamlığını tükenmişlik ve mükemmeliyetçilik düzeyi yaklaşık olarak %29'unu açıkladığı tespit edilmiştir.

TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

Otizimli çocuğa sahip annelerin psikolojik sağlamlığı ile tükenmişlik ve mükemmeliyetçiliği arasındaki ilişkinin incelenmesi için gerçekleştirilen araştırmanın bu bölümünde bulgulara ve bulguların ilgili literatür ışığında tartışılmasına yer verilmiştir. Ayrıca bu tartışma sonucunda çalışmanın sınırlılığına yer verilerek önerilerde bulunulmuştur.

Araştırmadan elde edilen sonuca göre otizimli çocuğa sahip annelerin psikolojik sağlamlığı, tükenmişliği ve mükemmeliyetçiliği arasındaki ilişki incelenmiş ve psikolojik sağlamlık ile tükenmişlik arasından anlamlı düzeyde ve negatif yönlü ilişki olduğu belirlenmiştir. Mükemmeliyetçilik boyutlarından hata yapma endişesi, aileden eleştiri ve yaptığından emin olma ile psikolojik sağlamlık arasında benzer bir ilişki gözlenmiş ancak kişisel standartlar, ailesele beklentiler ve düzen boyutlarında herhangi bir ilişki bulunamamıştır. Bu doğrultuda otizimli çocuk sahibi annelerin psikolojik sağlamlığı arttıkça tükenmişlik ve mükemmeliyetçiliğinin azaldığı söylenebilir. Ayrıca tükenmişlik ve mükemmeliyetçiliğin otizimli çocuğa sahip annelerin psikolojik sağlamlığı üzerindeki yordayıcı gücü de incelenmiş, tükenmişlik ve mükemmeliyetçiliğin otizimli çocuğa sahip annelerin psikolojik sağlamlık varyansının yaklaşık olarak %29'unu açıkladığı tespit edilmiştir. Bu durum otizimli çocuğa sahip annelerin yaşadıkları duygusal tükenmişlik ve kişisel başarılarına ilişkin olumsuz algıları ile açıklanabilir. Açıklanan varyans düzeyi, bu faktörlerin otizimli çocuğa sahip annelerin psikolojik sağlamlığını belirlemede önemli bir rol oynadığını göstermektedir.

İlgili alan yazında bu çalışma ile benzer değişkenlerin kullanıldığı araştırmalar da bulunmaktadır. Nitekim Tunçel (2017) otizimli çocuğa sahip ebeveynlerle yaptığı çalışmada otizimden etkilenme şiddetine göre annelerin depresyon, tükenmişlik ve umutsuzluk düzeylerini karşılaştırmıştır. Karşılaştırma sonucunda otizm indeks puanı yüksek olan anneler düşük olanlara oranla depresyon, tükenmişlik ve umutsuzluk düzeyleri yüksek bulunmuştur. Benzer bir biçimde Bodur (2021) otizimli çocuk sahibi anneler ile sağlıklı çocuk sahibi annelerin tükenmişlik ve stresle başa çıkma düzeylerini incelediği çalışmada otizimli çocuk sahibi annelerin duygusal tükenmişlik puanlarının daha yüksek olduğu ve diğer katılımcılara oranla daha tükenmiş olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Bu bulgular, otizimli çocuk sahibi annelerin tükenmişlik düzeylerinin yalnızca duygusal etkilenimle sınırlı kalmayıp, demografik ve sosyoekonomik faktörlerle de ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Ateş vd. (2022) otizimli çocuk sahibi annelerin tükenmişlik düzeylerini bazı demografik değişkenler açısından inceledikleri çalışmalarında; otizimli çocuk sahibi annelerin ailedeki çocuk sayısı, eğitim ve mesleklerine bağlı olarak tükenmişlik düzeylerinin değiştiğini belirlemiştir. Benzer bir biçimde Çıldan (2022) otizimli çocuk sahibi ebeveynlerin anksiyete ve tükenmişlik düzeylerini incelediği çalışmada ise tükenmişliklerinin cinsiyete, çalışma durumu, eğitim ve gelir durumu, otizmin ağırlık derecesi ve çocuğa sunulan bakım yılı değişkenlerine göre farklılaşmadığını belirlemiştir. Sekulowicz vd., (2022) otizimli çocuk sahibi annelerin tükenmişlik üzerinde etkili olabilecek değişkenleri inceledikleri çalışmada ailenin işlevselliğinin, aile içi iletişim, özel gereksinimli çocuk sahibi olma, annenin ruh sağlığı ile memnuniyetinin aile içi ilişkileri etkileyerek annenin tükenmişliğine neden olabileceğini belirlemiştir.

Bu bulgular, annenin tükenmişlik düzeyinin yalnızca aile içi işleyiş ve iletişimle değil, aynı zamanda sosyal destek algısı ve demografik özellikler gibi bireysel ve çevresel faktörlerle de yakından ilişkili olduğunu göstermektedir. Şit (2023) otizimli çocuğa sahip annelerin sosyal desteğe ilişkin algılarının, stres ve tükenmişlik düzeyleri üzerindeki etkilerini incelediği araştırmasında, sosyal destek algısı, stres ve tükenmişlik arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve annenin yaşı, medeni durumu, eğitimi, gelir durumu ile sosyal destek algısı, stres ve tükenmişlik arasındaki ilişkilerin de anlamlı olduğu sonucuna ulaşmıştır. Ardic (2020) otizimli çocuk sahibi ebeveynlerin tükenmişlik ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada bu değişkenler arasında zayıf ve negatif yönde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Musa (2022)

yaptığı çalışmasında otizmlili çocuk sahibi ebeveynlerin iyi oluş, merhamet ve bilişsel esnekliği arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuştur. Bu ilişki psikolojik sağlamlık ve iyi oluş arasında pozitif yönlü ve anlamlıdır. Açar (2018) otizmlili çocuk sahibi annelerin tükenmişlik ve psikolojik dayanıklılık düzeylerini incelediği araştırmasında duygusal tükenme ve duyarsızlaşma arasındaki ilişkinin pozitif yönlü yüksek bir ilişki olduğunu saptamıştır. Otizmlili çocuğa sahip annelerin tükenmişlik ve duyarsızlaşma yaşamalarına engel olacak en önemli şeyin psikolojik dayanıklılık bakımından güçlü olmaları gerektiği sonucuna ulaşmıştır. Oğuz (2024) otizmlili çocuk sahibi annelerin psikolojik sağlamlıklarını çeşitli değişkenler açısından incelemiştir ve otizmlili çocuk sahibi ebeveynlerin psikolojik sağlamlıklarının düşük olduğunu ayrıca kadınların erkeklere oranla psikolojik sağlamlığının daha düşük olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Sonuç olarak elde edilen bu literatür bilgisi ışığında otizmlili çocuk sahibi annelerin çoğunlukla tükenmişlik duygusu yaşadıkları ve yaşadıkları bu tükenmişliğin psikolojik sağlamlıkları üzerinde etkili olduğu görülmektedir. Otizmlili çocuğa sahip annelerin tükenmişlik duygularını azaltmaya yönelik alınacak tedbirlerle annelerin psikolojik sağlamlıklarının artacağı ve karşılaştıkları zorluklarla baş çıkma konusunda da daha etkili olacakları söylenebilir.

Otizmlili çocuk sahibi ebeveynlerin yaşadığı tükenmişlik duygusuna benzer bulgular, özel gereksinimli çocuğu olan ve tipik gelişim gösteren çocuğu olan ebeveynlerle yapılan çalışmalarda da ortaya konmuştur. Örneğin ebeveynlerin yaşadığı tükenmişlik duygusuna neden olan faktörleri belirlemek amacıyla 2010-2023 yıllarına ait çalışmalar sistematik olarak incelenmiş ve cinsiyet, ebeveyn kişiliği, anksiyete, mükemmeliyetçilik ve psikolojik dayanıklılık gibi faktörlerin tükenmişlikle ilişkili olduğu belirlenmiştir (Ren vd., 2024). Özel gereksinimli çocuk sahibi ve tipik gelişim gösteren çocuk sahibi ebeveynlerin karşılaştırıldığı bir başka çalışmada özel gereksinimli çocuk sahibi ebeveynlerin daha fazla tükenmişlik yaşadığı belirlenmiştir (Gerain & Zech, 2018). Bu doğrultuda özel gereksinimli çocuk sahibi ebeveynlerin yaşadığı tükenmişliğin yaygınlığını belirlemek amacıyla yapılan literatür taramasında özel gereksinimli çocuk sahibi ebeveynlerin tükenmişlik düzeyinin tipik gelişim gösteren çocuk sahibi ebeveynlerden daha yüksek olduğu bulunmuştur (Patty vd., 2024). Tüm bu çalışmalar genel olarak değerlendirildiğinde ebeveyn tükenmişliğinin özel gereksinimli çocuk sahibi aileler için daha fazla risk oluşturduğu ve bu ailelerin tükenmişlik yaşama olasılığının daha yüksek olduğu söylenebilir.

Yangın ve Camadan (2020) gerçekleştirdikleri çalışmada özel gereksinimli çocuk sahibi annelerin mükemmeliyetçiliği ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamıştır. Çalışmada elde edilen bulguya göre özel gereksinimli çocuk sahibi annelerin mükemmeliyetçilikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiye bakıldığında olumlu mükemmeliyetçiliğin yaşam doyumunu pozitif yönde açıkladığı, olumsuz mükemmeliyetçiliğin ise negatif yönde açıkladığı tespit edilmiştir. Olumsuz mükemmeliyetçilik özel gereksinimli çocuk sahibi annelerde kendisinden ve çevresinden her şeyin en iyisinin yapılmasını beklemesi olarak görülebilmekte, beklentilerin karşılanmaması halinde yaşam doyumları olumsuz olarak etkilenebilmektedir. Tam aksi olarak olumlu mükemmeliyetçilik duygusunun hakim olduğu anneler ise olaylara karşı daha esnek ve hoşgörülü olduğundan yaşam doyumları da bu yönde artış gösterebilmektedir. Elde edilen bu literatür bilgisi ışığında otizmlili çocuk sahibi annelerin mükemmeliyetçiliği ne denli yüksekse psikolojik sağlamlığı da o yönde olumlu ve olumsuz olarak etkilenebilecektir. Özel gereksinimli çocuk sahibi olma durumu annelerde birtakım hayal kırıklıkları, umutsuzluk, tükenmişlik gibi duygular yaşamalarına neden olabilmektedir (Altın, 2023). Tüm duygularla bağlantılı olarak annelerin mükemmeliyetçilik eğiliminin psikolojik sağlamlığı açısından önemli olduğu anlaşılmaktadır. Bu doğrultuda annelerin psikolojik sağlamlığını olumlu yönde etkileyebilmek için annelerin olumsuz mükemmeliyetçiliğini azaltmaya ve olumlu mükemmeliyetçiliğini artırmaya yönelik uygulama ve çalışmaların yapılmasının faydalı olabileceği söylenebilir. Çalışma bulgularını destekleyici şekilde Doksat, Zengin ve Doksat (2018) DEHB tanısı alan ve almayan çocukların ebeveynleri ile yürüttükleri çalışmalarında mükemmeliyetçilik ve DEHB tanısı açısından karşılaştırmışlardır. Çalışma

sonucunda DEHB'li çocukların ebeveynlerinin DEHB ile mükemmeliyetçilik toplam puan ortalamalarının daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Ebeveynlerin bilişsel esneklik ile mükemmeliyetçilik düzeylerinin okul öncesi dönemdeki çocuklarının mizaç özellikleriyle olan ilişkisini incelediği araştırmasında Atayeter (2020), ebeveynlerin sahip olduğu mükemmeliyetçilik düzeyi ile çocuklarının mizaç özellikleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulmuştur. Yasar, Pirani ve Ali (2024) özel öğrenme güçlüğü olan çocukların ebeveynlerinde tükenmişlik ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide öz şefkatin aracılık etkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda ebeveyn tükenmişliği ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiye öz şefkatin aracılık ettiği bulunmuştur. Sorkkila ve Aunola (2019) Finlandiyalı ebeveynler arasında tükenmişlik ve sosyal olarak öngörülen mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında ebeveynlerin sosyal mükemmeliyetçilik düzeyleri arttıkça tükenmişlik düzeylerinin de aynı oranda yükseldiğini bulmuştur. İlâveten özel gereksinimli bir çocuğa sahip olmanın ebeveyn tükenmişliği üzerinde etkili olduğu bulgusuna da ulaşılmıştır. Kaya (2021) dil ve konuşma bozukluğu olan çocuk sahibi annelerin çok boyutlu mükemmeliyetçiliğini, dil ve konuşma bozukluğu olmayan çocuk sahibi annelerle karşılaştırdığı araştırmasında, dil ve konuşma bozukluğu olan çocuk sahibi annelerin başkasına yönelik mükemmeliyetçilik düzeyinin anlamlı olarak daha yüksek olduğunu bulmuştur. Yapılan çalışma sonucunda otizmlili çocuk sahibi annelerin mükemmeliyetçiliği ile psikolojik sağlamlıkları arasında bir ilişkinin olduğu ve bunun negatif yönlü bir ilişki olduğu bilgisine ulaşılmıştır. Annelerin mükemmeliyetçilik düzeylerinin azaltmaya yönelik alınacak tedbirlerin annelerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin artmasına katkı sağlayacağı söylenebilir.

Sonuç olarak otizmlili çocuk sahibi annelerin tükenmişlik ve mükemmeliyetçilik düzeylerinin annelerin psikolojik sağlamlıkları üzerinde etkili olduğu görülmektedir. Annelerin yaşadığı tükenmişlik ve olumsuz mükemmeliyetçilik annelerin psikolojik sağlamlıklarının azalmasına, sorunlarla baş etmeleri ve yaşamı etkili sürdürmeleri konusunda sorunlara neden olabilmektedir. Otizmlili çocuk sahibi annelerin tükenmişliklerine ve mükemmeliyetçiliklerine neden olan ekonomik, sosyal, duygusal ve psikolojik durumlarına ilişkin alınacak tedbirlerle ve müdahale çalışmaları ile annelerin psikolojik sağlamlıkları güçlendirilerek karşılaştıkları problemlerle daha kolay baş etmelerine katkı sağlanabilir. Bu konuda yapılacak çalışmaların değerli olduğu, bu araştırmanın ileriki araştırmalara yol gösterici olacağı ve bu araştırma bulguları doğrultusunda otizmlili çocuk sahibi annelere sunulacak eğitim ve destek hizmetleri ile aile içi ilişkilerin güçlendirilerek aileden memnun olma ve aile işlevselliğinin artırılacağı söylenebilir. Bu durum sağlıklı aile dinamiklerinin geliştirilmesinin önemini vurgulamaktadır. Ayrıca otizmlili çocuk sahibi annelerin psikolojik sağlamlığını artırmaya yönelik yapılacak çalışmalarla annelerin daha güçlü hissetmesine, çocukları ile kuracağı bağın artmasına ve yaşayacağı tükenmişlik duygusunun azalmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu çalışma otizmlili çocuk sahibi annelerin psikolojik sağlamlık, tükenmişlik ve mükemmeliyetçiliği ile sınırlıdır. İleriki bir araştırmada daha kapsamlı olması için otizmlili çocuk sahibi annelerin psikolojik sağlamlıkları ile sosyal ve duygusal özelliklerinin yanı sıra iyi oluşları da incelenebilir. Ayrıca bu çalışma annelere uygulanan ölçeklerle sınırlıdır. Çalışmada otizmlili çocukların otizmden etkilenme şiddeti göz önünde bulundurularak annelerin psikolojik sağlamlığı, tükenmişlik ve mükemmeliyetçiliği değerlendirilmemiştir. Bu durum araştırmanın diğer bir sınırlılığı olarak kabul edilebilir. İleriki araştırmalarda otizmlili çocukların otizmden etkilenme şiddetine göre ebeveynlerin psikolojik sağlamlığı, tükenmişlik ve mükemmeliyetçiliği arasındaki ilişki incelenebilir.

İleriki çalışmalarda psikolojik sağlamlık üzerinde etkili olabilecek öz-şefkat, sosyal destek, umut gibi değişkenlerin aracı veya düzenleyici rolleri test edilebilir. Ayrıca niteliksel araştırmalara yer verilerek annelerin deneyimlerini daha derinlemesine anlamak için nitel yöntemlerin kullanıldığı çalışmaların yapılması önerilebilir. İlâveten aile bütünlüğü ele alınarak baba katılımı ile yalnızca anneler değil, babaların da psikolojik sağlamlığı ve bakım süreçlerindeki rollerine odaklanan kapsamlı aile temelli çalışmaların yapılması önerilebilir. Ek

olarak farklı sosyoekonomik ve kültürel bağlamlarda otizmlı çocuk sahibi annelerin tükenmişlik ve mükemmeliyetçilik deneyimlerinin karşılaştırılması bu çalışma kapsamında önerilebilir.

KAYNAKÇA

- Açar, F. (2018). *Otistik çocuk sahibi annelerde psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Akkaya, Ç. (2021). *Otizmlı çocukların annelerinde ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algısı, sosyal destek ve depresif belirtiler* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Akkök, F. (2003). Farklı özelliğe sahip çocuk aileleri ve ailelerle yapılan çalışmalar. A. Ataman (Ed.), *Özel eğitime giriş (Introduction to special education) içinde (ss. 121-142)*. Gündüz Eğitim ve Yayıncılık
- Albaş, Y. (2023) *Özgül öğrenme güçlüğü, otizm ve zihinsel yetersizlik tanısı almış çocukların annelerinin depresyon ve anksiyete düzeylerinin karşılaştırılması, Disiplinlerarası Eğitim Araştırmaları Dergisi* 7(16), 478-499.
- Altın, M. (2023). *Okul çağında sağlıklı çocuğu olan annelerle okul çağında otizm spektrum bozukluğu ve mental retardasyon tanısı almış çocuğu olan annelerin ebeveyn yeterlilik, algılanan sosyal destek ve ebeveyn tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Altıparmak, İ. B., & Yılmaz, S. (2024). Özel Gereksinimli Çocuk Sahibi Olan Annelerin Günlük Yaşamlarında Toplumsal Cinsiyet Etkisi. *İmgelem*, (14), 425-454. <https://doi.org/10.53791/imgelem.1488612>
- Ardic, A. (2020). Relationship between parental burnout level and perceived social support levels of parents of children with autism spectrum disorder. *International Journal of Educational Methodology*, 6(3), 533-543. <https://doi.org/10.12973/ijem.6.3.533>
- Atayeter, B. (2020). *Ebeveynlerin bilişsel esneklik ve mükemmeliyetçilik düzeyleri ile okul öncesi dönem çocuklarının mizaç özellikleri arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Ateş, S., Ogelman, H. G., & Güven, D. (2022). Otizm spektrum bozukluğu tanısı almış çocukları olan annelerin tükenmişlik düzeylerinin bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Premium e-Journal of Social Sciences (PEJOSS)*, 6(19), 59-75. <http://dx.doi.org/pejoss.2221>
- Bodur, T. (2021). *Otizm spektrum bozukluğu olan çocuğa sahip anneler ile sağlıklı çocukların annelerinin tükenmişlik düzeylerinin ve stresle başa çıkma modellerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Brown, T.J. (2014). Work family conflict among parents of atypically developing children: Exploring the impact of worker, work, and child factors. *Journal of Child and Family Studies*, 23(5), 854-862. <https://doi.org/10.1007/s1082601397399>
- Brown, T. J., & Clark, C. (2017). Employed parents of children with disabilities and work family life balance: a literature review. *Child & Youth Care Forum*, 46(6), 857-876. <https://doi.org/10.1007/s10566-017-9407-0>
- Büyüköztürk, Ş. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. (23. baskı). Ankara: Pegem Akademi.

- Caruso, J. M. (2017). *Stress, anxiety, and depression experienced by parents of children with special needs and self-care techniques*. College of Saint Elizabeth.
- Cavkaytar, A., & Özen, A. (2010). Aile katılımı ve eğitimi. G. Akçamete (Ed.), *Özel eğitim (Special education) içinde (ss. 169-202)*. Kök Yayıncılık.
- Çengelci, B. (2009). Otizm ve down sendrom'lu çocuğa sahip annelerin kaygı umutsuzluk ve tükenmişlik duygularının karşılaştırılması. *Ege Eğitim Dergisi*, 10(2), 1-23.
- Çıldan, B. (2022). *Otizimli çocuğa sahip ebeveynlerin anksiyete ve tükenmişlik durumlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi.
- Dilekci, E. N. (2023). Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin tükenmişlik düzeyinin şefkat ve öz-şefkat açısından incelenmesi. Karatay Üniversitesi.
- Doğan, T. (2015). Kısa psikolojik sağlamlık ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Doksat, N. G., Zengin, H. B., & Doksat, M. K. (2018). Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olan çocukların ebeveynlerinde mükemmeliyetçilik ve dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu. *Cukurova Medical Journal*, 43(3), 581-588.
- 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.
- Egan, S., Piek, J., Dyck, M., & Kane, R. (2011). The reliability and validity of the positive and negative perfectionism scale. *Clinical Psychologist*, 15, 121132.
- Ekinci, Ö. N. (2022). *Otizimli çocuğu olan aileler ile normal gelişim gösteren çocuğu olan ailelerin anksiyete ve psikolojik sağlamlık düzeyleri ile stresle başa çıkma yöntemleri bakımından karşılaştırmalı incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gedik Üniversitesi.
- Ener, T. G., & Can, F. Y. (2021). Yetişkinlerin çocuklukta algıladıkları ebeveyn kabul veya reddinin mükemmeliyetçilik, benlik algısı ve bağlanma stilleri ile ilişkisinin incelenmesi. *International Journal of Economics Administrative and Social Sciences*, 4(1), 58-73.
- Ergin, C. (1992). Doktor ve hemşirelerde tükenmişlik ve Maslach tükenmişlik ölceğinin uyarlanması. *VII. Ulusal Psikoloji Kongresi*, 22th September 1992 Ankara.
- Ergün Elverici, S. & Taymaz Sarı, O. (2021). Eğitim teknolojilerinin otizmde kullanımına dil ve konuşma terapistleri nasıl bakıyor? *RumeliDE Dil ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*, (25), <https://doi.org/564-578>. 10.29000/rumelide.1032442.
- Fletcher, D. & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts and theory. *European Psychologist*, 18(1), 12-23. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000124>
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2015). Measures of perfectionism. In *Measures of personality and social psychological constructs* (595-618). Academic Press.
- Gerain P & Zech E (2018) Does informal caregiving lead to parental burnout? Comparing parents having (or not) children with mental and physical issues. *Front. Psychol.* (9)884. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00884>

- Güler, G., Bedel, A. ve Çelik, S. (2022). Özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerde tükenmişlik: aile stresi, aile yaşam doyumu ve aile işlevselliğinin rolü. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 13(1), 274-292.
- Hassan Osman, Z.H., Farrag, E.A. & Hegazy, A.E.A. (2019). *Effectiveness of cognitive-behavioral program on reducing mothers' burden of care of their children with autism disorder*. *Bangladesh Journal of Medical Science*, 10(4), 48-62. <https://doi.org/10.3329/bjms.v19i2.45006>
- Hayes, S. A., & Watson, S. L. (2013). The impact of parenting stress: A meta-analysis of studies comparing the experience of parenting stress in parents of children with and without autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43(3), 629-642. <https://doi.org/10.1007/s10803-012-1604-y>
- Ilias, K., Cornish, K., Kummar, A. S., Park, M. S. A., & Golden, K. J. (2018). Parenting stress and resilience in parents of children with autism spectrum disorder in Southeast Asia: A systematic review. *Frontiers in psychology*, 9, 280.
- İşçi, M. N. (2022). *Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerde belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik sağlık düzeylerinin yaşamın anlamını yordamadaki rolü* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi.
- Kagan, M. (2011). Frost çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeğinin Türkçe formunun psikometrik özellikleri. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12(3), 192.
- Karasar, N. (2020). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Nobel.
- Karatekin, D. D. (2021). *Yetişkinlerde mükemmeliyetçilik ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın aracı rolü* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Çağ Üniversitesi.
- Kaya, T. (2021). *Kekeleyen ve kekelemeyen okul çağı çocuk ebeveynlerinin çok boyutlu mükemmeliyetçilik düzeylerinin karşılaştırılması* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Medipol Üniversitesi.
- Köksal, M., & Erciyes, J. C. (2021). *Otizm tanısı almış çocukların ailelerinde görülen psiko-sosyal sorunların değerlendirmesi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi.
- Lin Y, Wang Y, Lin C, Ni Q, Jia R, Chang Y & Qi Y (2023). *The mediating role of perceived social support: alexithymia and parental burnout in parents of children with autism spectrum disorder*.
- Maslach, C., Jackson, S.E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99-133. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Millaku, J., & Kraja-Bardhi, E. (2023). Depression among parents of disabled children. *International Journal of Innovative Research and Scientific Studies*, 6(1), 9-19.
- Musa, H. H. (2022). *Otizimli çocukları (2-11 Yaş) arasında olan ebeveynlerin iyi oluş merhamet psikolojik sağlamlık ve bilişsel esneklik arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Myers, B. J., Mackintosh, V. H. & Goin-Kochel, R. P. (2009). "My greatest joy and my greatest heart ache:" Parents' own words on how having a child in the autism spectrum has affected their lives and their families' lives. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 3(3), 670-684.

- Oğuz, S. (2024). Otizm spektrum bozukluğu tanısı almış çocuğu olan velilerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin çeşitli değişkenler açıısından incelenmesi” *International QMX Journal*, 3(5), 1732-1738. ISSN: 3023-6037. <https://doi.org/10.5281/zenodo.11319117>
- Özkara, G. (2015). *Mükemmeliyetçilik düzeyleri ile psikolojik iyi olma hali arasındaki ilişki ve problem çözme becerisine etkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi.
- Patty, N., van Meeteren, K., Willemen, A., Verdonk, M., Mol, M., Ketelaar, M., & Schuengel, C. (2021). *Understanding burnout among parents of children with complex care needs: A scoping review informed by a stakeholder consultation*. <https://doi.org/10.1007/s10826-024-02825-y>
- Ren, X., Cai, Y., Wang, J., & Chen, O. (2024). A systematic review of parental burnout and related factors among parents. *BMC Public Health*, 24(1), 376. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-17829-y>
- Sekułowicz, M., Kwiatkowski, P., Manor-Binyamini, I., Boroń-Krupińska, K., & Ciešlik, B. (2022). The effect of personality, disability, and family functioning on burnout among mothers of children with autism: A path analysis. *International journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1187. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031187>
- 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, 648-659. <https://doi.org/10.1177/10664807211027307>
- Şahin, E. E. (2020). *Üniversite öğrencilerinde bağlanma ve sosyal bağlılık arasındaki ilişkide yetersizlik duygusu ve mükemmeliyetçiliğin aracı rolü* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Anadolu Üniversitesi.
- Şit, S. (2023). *Otizm spektrum bozukluğu tanılı çocukların annelerinin sosyal destek ile stres ve tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2019). *Using multivariate statistics* (7th Ed.). Boston: Pearson.
- Topbaş, M. (2022). *Otizm spektrum bozukluğu olan çocuğa sahip ailelerin bakım verme yükleri ve psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Karatay Üniversitesi.
- Tunçel, A. (2017). *Çocuklarında otizm spektrum bozukluğu olan annelerin depresyon, tükenmişlik ve umutsuzluk düzeylerinin çocuktaki otizmin ağırlık derecesine göre karşılaştırılması* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hasan Kalyoncu Üniversitesi.
- Xia, C., Wei, T., Tang, Q., Zheng, H., Sun, M., Chen, G., & Lv, J. (2023). Anxiety, depression, quality of life and family support among family caregivers of children with disabilities. *International Journal of General Medicine*, 5063-5075.
- Yangın, N., & Camadan, F. (2020). Mükemmeliyetçilik ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkide affetmenin aracı rolü. *Yaşadıkça eğitim*, 34(2), 241-263. <https://doi.org/10.33308/26674874.2020342135>
- Yasar, H. J., Pirani, Z., & Ali, Z. E. (2024). A parental burnout modelling based on perfectionism mediated through self-compassion in parents of students suffering from specific learning behavioral disorder. *Acta Psychologica*, 246, 104227. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104227>

- Yay, B. (2020). *Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik düzeyleri ile stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Çukurova Üniversitesi.
- Yıldırım, A. & Şimşek, H. (2016). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.
- Yıldırım, Ö. & Kılıçaslan-Çelikkol, A. (2024). *Özel yetenekli öğrencilerin psikolojik sağlamlık, öz-yeterlik ve algılanan sosyal destek düzeylerinin incelenmesi*. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 25(2), 127-140. <https://doi.org/10.21565/ozelegitimdergisi.1195044>
- Yönel, A. (2021). 3-6 yaş arası çocuğa sahip ebeveynlerin, öz-yeterlikleri, tükenmişlikleri ve çocuklarıyla olan iletişimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yayımlanmamış doktora tezi]. Selçuk Üniversite

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

It is well-documented that families with children who have special needs face more significant social, emotional, and psychological challenges compared to families with typically developing children. When a special needs child becomes a member of the family, the existing structure of them is significantly affected and the family system and life changes (Akkök, 2003). This is a complex process and families face many difficulties while mothers play the biggest role in caring the child with special needs (Altıparmak & Yılmaz, 2024; Brown, 2014; Brown & Clark, 2017). These difficulties can be cited as burnout, depression and decrease in psychological resilience due to the stress they experience. The degree of perfectionism exhibited by these parents is another factor linked to parental burnout (Ren, Cai, Wang, & Chen, 2024) which varies according to age, gender, economic status and having a special needs child. A key variable that enables parents to manage challenges such as burnout and negative perfectionism is their level of psychological resilience, which refers to their capacity to effectively cope with adverse situations (Fletcher & Sarkar, 2013). The majority of research on perfectionism has predominantly concentrated on adults (Ener & Can, 2021; Karatekin, 2021), parents whose children show typical development (Atayeter, 2020; Sorkkila & Aunola, 2020), gifted students (Yıldırım & Kılıçaslan-Çelikkol, 2024) and university students (Yay, 2020; Şahin, 2020). Research on the relationship between mothers' psychological resilience, burnout, and perfectionism and children with autism is limited in Türkiye (Çengelci, 2009; Tunçel, 2017; Bodur, 2021; Topbaş, 2022; Musa, 2022; Oğuz, 2024). Therefore, this study is significant for it closes the gap in the literature on burnout and perfectionism, which negatively affect the psychological resilience of mothers of children with autism. This study aimed to examine the relationship between psychological resilience, burnout and perfectionism of mothers of children with autism. Hence, the research questions are as:

1. Is there a relationship between psychological resilience, burnout and perfectionism of mothers of children with autism?
2. Do burnout and perfectionism significantly predict the psychological resilience of mothers of children with autism?

Method

To explore the relationship between psychological resilience, burnout, and perfectionism among mothers of children with autism, this study employed a correlational survey design, which is a quantitative research methodology. Criterion sampling, a type of purposeful sampling

method, was utilized to identify the participants in the study. The study group consisted of 152 mothers with children with autism in Istanbul. For data collection, the study utilized a demographic information form designed to gather personal and educational information about the participants and their children, the Brief Psychological Resilience Scale adapted by Doğan (2015) to determine the psychological resilience levels of mothers of children with autism, the Frost Multidimensional Perfectionism Scale adapted by Kağan (2011) to determine the perfectionism levels of mothers, and the Maslach Burnout Scale adapted by Duygun and Sezgin (2003) to resolve the degree of burnout experienced by mothers of children with autism were used. After obtaining the necessary permission, the Google Form, which was prepared electronically to collect the research data, was delivered to them. Pearson correlation coefficient technique and multiple linear regression analysis were applied to analyze the research data. Burnout and perfectionism were treated as independent variables, while psychological resilience was considered the dependent variable. Multiple linear regression analysis was conducted to assess the predictive power of burnout and perfectionism on psychological resilience. After the analysis, the conclusion reached was that the assumption of linearity between the observed (X) and expected (Y) values for the dependent variable (psychological resilience) for multicollinearity was met.

Results and Discussion

Findings showed that the levels of burnout and perfectionism among mothers of children with autism significantly impact their psychological resilience. This relationship may result in a reduction of their psychological resilience, leading to difficulties in coping with challenges and managing daily life effectively. With the measures and intervention studies to be taken regarding the economic, social, emotional and psychological conditions that cause burnout and perfectionism of mothers of children with autism, the psychological resilience of mothers may be enhanced and they can deal with the complicated issues they encounter more easily. Future research can benefit from this study as a reference. Also, family satisfaction and family functionality can be increased by strengthening family relationships through training and providing services that support mothers with children with autism.

It was discovered that perfectionism and burnout accounted for around 29% of the variation in the psychological resilience of mothers of children with autism. The possible explanation for this might be that the emotional burnout mothers of children with autism are involved in and negative perceptions of their personal achievement through the process. According to the explained variance level, these variables are crucial in predicting how resilient mothers of children with autism are psychologically. It is acknowledged that mothers of children with autism mostly experience burnout, and this burnout is effective on their psychological resilience. It is possible to infer that implementing measures to alleviate the feelings of burnout among mothers of children with autism will enhance their psychological resilience, thereby improving their ability to cope with the challenges they encounter. On the whole, it can be postulated that parental burnout poses a higher risk for families with children who have special needs and burnout is more prone to occur for them.