

Özel Gereksinimli Çocukların Annelerinde Ebeveyn Öz-Yeterliliğin Yordayıcısı Olarak Öz-Şefkat ve Aile Stresinin İncelenmesi

Demet BUYURGAN¹, Şükran KILIÇ²

Çalışmanın Türkçe Başlığı: Özel Gereksinimli Çocukların Annelerinde Ebeveyn Öz-Yeterliliğin Yordayıcısı Olarak Öz-Şefkat ve Aile Stresinin İncelenmesi

Öz

Bu araştırmanın amacı, özel eğitim gereksinimi olan çocukların annelerinde, aile stresi ve öz-şefkatin ebeveyn öz-yeterliliği üzerindeki yordayıcı etkisini incelemektir. Çalışmanın örneklemi, Sağlık Bakanlığı tarafından onaylanmış sağlık kurulu kararına göre özel eğitim hizmeti gereksinimi olduğuna yönelik resmi tanısı bulunan 202 çocuğun annesinden oluşmaktadır. Veri toplama araçları; demografik bilgi formu, Öz-Şefkat Ölçeği, Aile Stresi Değerlendirme Ölçeği ve Ebeveyn Öz-Yeterliliği Ölçeklerini içermektedir. İstatistiksel işlemler Pearson Çarpım-Moment Korelasyonu ve Çok Değişkenli Çoklu Regresyon analizleri uygulamalarını içermektedir. Sonuçlar öz-şefkat, aile stresi ve gelir düzeyinin ebeveyn öz-yeterliliğinin belirgin yordayıcıları olduğunu ortaya koymuştur. Bu çalışmanın sonuçlarının kanıt temelli uygulamalar, müdahale yöntemlerinin tasarlanması ve politika geliştirme ve böylece özel gereksinimli bir çocuğu yetiştirmenin güçlükleriyle mücadele eden annelerin ebeveyn yeterliliklerini destekleme açısından çok önemli yansımaları olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Ebeveyn öz-yeterliliği, öz-şefkat, aile stresi.

Examining Self-Compassion and Family Stress as Predictors of Parental Self-Efficacy in Mothers of Children with Special Needs

Abstract

This study examines the predictive effect of family stress and self-compassion on the self-efficacy of mothers with children who have been officially diagnosed as requiring special educational needs. The study sample consists of 202 mothers whose children have been officially diagnosed as requiring special educational services, as approved by the Ministry of Health and a health board. Data were collected using a demographic information form and the following scales: the Self-Compassion Scale, the Family Stress Assessment Scale and the Parental Self-Efficacy Scale. Statistical procedures include Pearson product-moment correlation and multivariate multiple regression analysis applications. The results revealed that self-compassion, family stress and income level are significant predictors of parental self-efficacy. The results of this study are believed to have important implications for evidence-based practices, the design of intervention methods and policy development. They support the parenting competence of mothers who are struggling with the challenges of raising a child with special needs.

Keywords: Parental self-efficacy, self-compassion, family stress.

Makale Türü: Araştırma Makalesi

Paper Type: Research Article

¹ Öğretim Görevlisi Dr., Toros Üniversitesi, İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Psikoloji Bölümü, demet.buyurgan@toros.edu.tr, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0030-2124>

² Prof. Dr., Aksaray Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Temel Eğitim Bölümü, sukrankilic@aksaray.edu.tr, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7411-1852>

1. Giriş

Aile toplumdaki en küçük sosyal birimdir ve bütün bireyler aile birimi içerisinde doğar, büyür ve hayatlarının önemli bir kısmını geçirirler. Yeni bir aile üyesi aile sistemine dahil olduğunda, aile biriminin değişen dinamiklerine uyum sağlayabilmek için aile sisteminin yeniden yapılanmasını da içine alan bir entegrasyon süreci gerçekleşir (Özşenol, Işıkkhan, Ünay, Aydın, Akın ve Gökçay, 2003). Aile sisteminin yeni üyesi özel gereksinimli bir çocuk olduğu durumlarda ailenin öngörülen gidişatını büyük ölçüde değiştirir. Birleşmiş Milletler Engelli Hakları Sözleşmesinin (United Nations [UN], 2006) tanımına göre, engellilik, kişinin topluma tam anlamıyla ve verimli bir şekilde katılımını sınırlayan uzun süreli fiziksel, zihinsel, işitme ya da zihinsel yetersizliktir (UNCRPD, 2006). Birleşmiş Milletler Çocuk Fonu (United Nations of Child's Fund, UNICEF, 2013) bazı çocukların doğuştan gelen engelleri olduğunu, bazı çocukların ise hastalık, travma ya da yetersiz beslenme sonucu engelli hale geldiğini belirtmektedir. Fiziksel ve zihinsel bozukluklar için Uluslararası Hastalık Sınıflandırması (International Classification of Disease, ICD, 2019) ve Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM, 2013) klinik tanıları sınıflandırılmıştır. Özel gereksinimlerin sınıflandırılmasında ise otizm spektrum bozukluğu, serebral palsi, down sendromu, disleksi, diskalküli, dispraksi, disgrafi, görme ve işitme bozuklukları ve dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu gibi klinik durumlar yer almaktadır.

Ebeveynler için, özel gereksinimleri olan bir çocuğu büyütürken ebeveynlik sorumlulukları önemli ölçüde değişmektedir; bakım verme, eğitim ve duygusal destek anlamında özgün yaklaşımlara ihtiyaç vardır (Green, 2007). Araştırmalara göre, çocuğun özel durumu ne olursa olsun, özel gereksinimli çocukların ebeveynleri daha yüksek stres düzeyine sahiptir (Kenny ve McGilloway, 2007). Araştırma sonuçları göstermektedir ki, daha yüksek stres düzeyine sahip ebeveynlerin daha düşük öz-yeterliliği bulunmaktadır ve sonuç olarak bu durum bakım verme yeteneklerine dair güvenlerini ve ebeveynlik anlamında genel iyi oluşlarını azaltmaktadır (Glatz ve Buchanan, 2015; Haslam, Tee ve Baker, 2017; Kuhn ve Carter, 2006).

Özel gereksinimli çocukların aileleri çocuğun tanısından başka ekonomik sorunlar, eğitsel engeller, sosyal entegrasyon sorunları ve günlük yaşam rutinlerine uyum gibi güçlüklerle de karşılaşmaktadırlar (Özşenol ve ark., 2003). Süregiden bir bakım ihtiyacı, ebeveyn stresini ağırlaştıran oldukça önemli bir etkidir ve davranışsal güçlükler, tıbbi ihtiyaçlar ve gelişimsel ilerlemenin öngörülemezliği gibi etkenler bu durumu daha da zorlaştırmaktadır (Baker-Ericzén, Brookman-Frazee ve Stahmer, 2005; Gupta, 2007). Aslında, özel gereksinimli çocukların anneleri bu konuda daha kırılgandır çünkü diğer annelere kıyasla daha yüksek stres düzeyleri bildirmektedirler (Dervishaj, 2013).

Aile gelir düzeyi ebeveyn stresini ve öz-yeterliliği etkileyen önemli bir etkidir. Araştırma verilerine göre, finansal istikrara sahip aileler daha iyi sağlık bakımı, eğitim ve sosyal desteğe erişebilmekte ve bunlar ebeveynlik streslerini azaltabilmektedir (Weiss, Sullivan ve Diamond, 2003). Buna karşın, ekonomik sorunları olan aileler uzmanlaşmış hizmetlere erişimde güçlük yaşamakta, daha fazla bakım verme yükü sırtlanmakta ve daha fazla psikolojik sıkıntı yaşamaktadır (Guralnick, 2011). Düşük gelirli ebeveynler, yüksek gelir düzeyinde olanlara göre daha yüksek stres düzeyleri ve daha düşük öz-yeterlilik bildirmektedir; diğer bir deyişle, sosyoekonomik statü (SED) ve özellikle aile geliri ebeveynlerin iyi-oluş hali açısından oldukça önemlidir (Davis ve Gavidia-Payne, 2009). Ayrıca, ekonomik güçlükler süreli bakım fırsatlarına erişimi azaltmakta ve bu da ebeveynlerde daha fazla tükenmeye ve daha düşük duygusal dayanıklılığa yol açmaktadır (Totsika, Hastings, Emerson, Lancaster ve Berridge, 2011).

Her ne kadar özel gereksinimli bir çocuğu büyütmenin stresli olduğuna dair genel bir görüş olsa da, ebeveynlerin bu deneyimde yaşadıkları stres düzeyleri bazı farklılıklar göstermektedir (Abbeduto, Seltzer, Shattuck, Krauss, Orsmond ve Murphy, 2004). Bir başka ifadeyle, ebeveynlerin stres düzeylerini

etkileyen bazı koruyucu faktörler olabilmektedir. Ebeveynlerin yaşı, gelir düzeyi, algılanan ekonomik gücü, sosyal ve duygusal destek, çocuğun engelinin şiddeti, baş etme becerileri ve sosyal kaynaklara ilişkin farkındalık aile stresinin düzeyini etkileyen bazı faktörlerdir (Cheng ve Lai, 2023; Guralnick, 2011; Hastings, 2002). Dolayısıyla, ebeveynlerin bakım verme sorumluluklarıyla başa çıkmalarına yardım etmek için, çalışmalar dayanıklılığı geliştiren faktörlere daha fazla odaklanmalıdır. Örneğin, koruyucu bir faktör olarak sosyal destek hem ebeveynleri ebeveynlik stresine karşı korumakta hem de ebeveyn öz-yeterliliğini pekiştirmektedir (Dong, Yang, To, Yan ve Shen, 2025; Yıldız ve Uzundağ, 2024).

Bir diğer koruyucu faktör de öz-şefkattir. Öz-şefkat psikolojik bir kavramdır ve kişinin sıkıntılı durumlarda kendisine nezaketle ve anlayışla davranması anlamına gelir (Neff, 2003a). Ebeveynlik söz konusu olduğunda, öz-şefkat ebeveynlerin aşırı eleştiriye kaçmadan kendi çabalarını görmelerine ve bunu kabul etmelerine yardımcı olur. Öz-şefkat ebeveynlik stresini düzenleme, duygusal tükenmişliği azaltma ve uyum sağlayıcı baş etme mekanizmalarını geliştirme gibi bazı yönlerden oldukça önemlidir (Shenaar-Golan, Wald ve Yatzkar, 2021).

Öz-şefkat önemli bir psikolojik özelliktir. Kişisel yetersizliklerle yüzleştğinde kişinin kendisine nezaketle davranması, olumsuz deneyimleri insan durumunun bir parçası olarak kabul etmek ve olumsuz deneyimlerle yüzleşildiğinde tarafsız bir bakış açısı benimsemek bu kavramın içerisinde yer almaktadır (Neff, 2003a). Ebeveynler için, yüksek düzeyde öz-şefkat, ebeveynlik rollerinin getirdiği zorlukları daha etkili bir şekilde yönetmede ve öz-eleştirilerini azaltmada oldukça yardımcı olmaktadır (Kirby ve ark., 2023).

Neff ve Faso (2015) bu değişkenler arasında negatif bir ilişki olduğunu belirtmektedir. Bireylerin algılanan başarısızlık, yetersizlik ve sıkıntıya olan tepkilerinin biçimi öz-şefkatin anahtar bir özelliğidir (Neff, 2016). Özel gereksinimli çocukların ebeveynleri sıklıkla suçluluk, çaresizlik ve yetersizlik duyguları yaşamaktadır (Cheng ve Lai, 2023). Aslında, öz-şefkat bir tür dayanıklılık faktörüdür ve duygusal düzenlemeyi destekleyip ebeveyn öz-yeterliliğini geliştirmektedir. Ebeveynlerin empati düzeyinin yüksek olması ve daha olumlu ebeveynlik stratejileri yürütmek daha yüksek düzeyde öz-şefkat ile ilişkilidir (Neff ve McGeehee, 2010; Shenaar-Golan, Wald ve Yatzkar, 2021). Gouveia, Carona, Canavarro ve Moreira (2016) öz-şefkat ve ebeveyn öz-yeterliliğinin birbiri ile oldukça ilişkili olduğunu, bir başka ifadeyle, daha güçlü öz-yeterlilik duygusuna sahip ebeveynlerin olumlu ebeveynlik pratiklerini daha sık kullandıklarını ifade etmektedir. Daha fazla öz-şefkate sahip ebeveynler, çocuklarının davranışsal zorluklarına odaklanırken daha fazla hızlı çözüm oluşturma ve uyum yeteneği sergilemektedirler. Ayrıca, bakım verme sorumlulukları anlamında kendilerinden daha emindirler (Moreira, Carona, Silva, Nunes ve Canavarro, 2015).

Öz-şefkat stresi yönetme stratejilerini geliştirmekte, ebeveyn tükenmişliğini azaltmakta ve daha etkili duygusal düzenleme mekanizmalarını pekiştirmekte ve bu şekilde ebeveyn öz-yeterliliğini etkilemektedir (Shenaar-Golan ve Walter, 2021). Özel gereksinimli çocukların ebeveynleri için bu ilişki daha belirgindir çünkü öz-şefkat psikolojik dayanıklılığı güçlendirmekte ve sonuç olarak da daha yüksek düzeyde ebeveyn öz-yeterliliğini desteklemekte ve bakım vermenin zorluklarının üstesinden gelinmektedir (Neff ve Faso, 2015; Gouveia ve ark., 2016). Dolayısıyla, öz-şefkatin ebeveynlerin bakım verme ile ilgili yaşadıkları zorluklara yardım eden ve ebeveyn olarak sorumluluklarını yerine getirmede algıladıkları yeterliliklerini geliştiren önemli bir psikolojik özellik olduğu öne sürülebilir.

2. Mevcut Çalışma

Anneler genellikle ailelerde özel gereksinimli çocukların temel bakım vereni rolünü üstlenmektedir. Bu nedenle, annelerin ebeveyn öz-yeterliliği çocuk gelişim ve bakım verme süreçlerinde oldukça önemli bir faktördür. Yüksek düzeyde ebeveyn öz-yeterliliği, bir annenin uygun bakım verme, çocuğunun eğitimi ve sosyal entegrasyonu ile ilgili bilgiye dayalı kararlar alma, sorunlara çözümler geliştirme ve

ihtiyaç duyduğunda destek talep ederek psikolojik iyi oluşunu sürdürme yeteneğini yordar. Mevcut literatür aile stresi ve ebeveyn öz-yeterliliği arasındaki ilişkiyi kapsamlı şekilde incelemiş olmakla birlikte, öz-şefkatin bu süreçteki potansiyel koruyucu rolünün henüz keşfedilmediği düşünülmektedir.

Bu çalışma, özel gereksinimli çocukların annelerinde aile stresi, öz-şefkat ve ebeveyn öz-yeterliliği arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır. Öz-şefkati potansiyel bir koruyucu faktör olarak gören bu araştırma, ebeveyn öz-yeterliliğine yeni bir perspektif sunmayı hedeflemektedir. Bu çalışma ebeveyn dayanıklılığına katkı veren içsel psikolojik mekanizmaların önemine işaret etmekle birlikte aile geliri gibi dışsal faktöre de odaklanmaktadır.

Bu bilgiler ışığında mevcut çalışma aşağıdaki araştırma sorularına cevap bulmaya çalışmaktadır:

Araştırma Sorusu 1: Özel gereksinimli çocukların annelerinin aile stresi, öz-şefkat ve ebeveyn öz-yeterliliği ile aile gelir düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Araştırma Sorusu 2: Öz-şefkat ve aile stresi özel gereksinimli çocukların annelerinin ebeveyn öz-yeterliliğini yordamakta mıdır?

3. Yöntem

Bu çalışmada, ilişkisel tarama modellerinin temel ilkeleri doğrultusunda korelasyonel araştırma deseni benimsenmiştir. Korelasyonel desenlerin temel amacı iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkilerin varlığını, yönünü ve güçlülüğünü incelemek ve aynı zamanda da olası nedensel dinamiklere ilişkin -veri toplama araçlarının uygulanması dışında araştırmacının doğrudan manipülasyonu ya da müdahalesi olmadan- bir kavrayış ortaya koymaktır (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2008)

Araştırma, özel gereksinimli çocukların ve ailelerinin destek ve eğitim hizmetlerinin resmi düzenlemelerle yönetildiği Türkiye’de yürütülmüştür. Bu sistem içerisinde, Milli Eğitim Bakanlığı, Rehberlik ve Araştırma Merkezleri (RAM) ile kapsayıcı eğitim stratejilerini uygulama, değerlendirme, yönlendirme ve bireysel eğitim planlarının oluşturulması süreçlerini izlemede önemli bir rol oynamaktadır. Ayrıca, Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, finansal destek, psikolojik danışmanlık, aile-odaklı eğitim girişimleri gibi hizmetlerle katkı sağlamaktadır.

3.1. Veri Toplama Süreci

Veri Toplama sürecinden önce Toros Üniversitesi Etik Kurulun’dan 24.06.2022-119 no’lu Etik Kurul izni alınmıştır. Çalışmaya katılan anneler, çocuklarının devam ettiği özel eğitim merkezinde veri toplama sürecine katılmışlardır. Veri toplama süreci etik ilkelere uygun şekilde, katılımcıların gönüllüğünü esas alarak yürütülmüştür. Ayrıca, katılımcıların demografik bilgilerine erişmek için araştırmacılar tarafından bir Demografik Bilgi Formu da hazırlanmıştır.

3.2. Katılımcılar

Bu çalışmanın örnekleme, Sağlık Bakanlığına bağlı Sağlık Kurullarının kararı ile tanılanmış ve Adana ilinde özel eğitim ve rehabilitasyon merkezine devam etmekte olan ve amaçlı örnekleme yöntemiyle seçilmiş olan 202 özel gereksinimli çocuğun anneleridir. Amaçlı örnekleme, araştırmanın amacına dayanarak, veri bakımından zengin örnekleri seçerek derinlemesine araştırma yapmaya imkân sağlamaktadır. Belli bir kriteri karşılayan ya da belli özelliklere sahip bir ya da daha fazla vaka üzerinde çalışılmak istendiğinde tercih edilen bir yöntemdir (Büyüköztürk ve ark., 2008). Katılımcıların özelliklerine göre dağılımı Tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların özelliklerine göre dağılımı

Değişken		<i>n</i>	%
Annelerin eğitim düzeyi	Okur yazar	7	3.46
	İlkokul-ortaokul	86	42.57
	Lise	74	36.63
	Meslek Yüksek Okulu	12	5.94
	Lisans	19	9.40
	Lisansüstü	4	1.98
Annelerin mesleği	Çalışıyor	36	17.82
	Çalışmıyor	166	82.17
Gelir düzeyi	5500 ₺	101	49.99
	5501-6000 ₺	23	11.38
	6001-7000 ₺	21	10.39
	7001-8000 ₺	16	7.92
	8001-9000 ₺	10	4.95
	9001-1000 ₺	11	5.44
	10001+ ₺	20	9.90
Medeni durum	Bekar	4	1.98
	Evli	174	86.13
	Boşanmış	16	7.92
	Eşten ayrı yaşıyor	3	1.48
	Eşi vefat etmiş	5	2.47
Özel gereksinimli çocuk sayısı	1	179	88.61
	2	19	9.40
	3	4	1.98
Engel türü	Zihinsel	50	24.74
	Otizm	61	30.19
	Fiziksel	56	27.72
	Diğer	35	17.32
Engel derecesi	Hafif	62	30.69
	Orta	84	41.58
	İleri	46	22.77
	Çok ileri	10	4.95

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada, Aile Stresi Değerlendirme Ölçeği, Öz-Şefkat Ölçeği ve Ebeveyn Öz-Yeterliliği Ölçeği veri toplama aracı olarak kullanılmıştır.

Ebeveyn Öz-Yeterlilik Ölçeği (Parental Self-Efficacy Scale,PSES)

Ölçek Guimond, Wilcox, ve Lamorey (2008) tarafından geliştirilmiştir. Diken (2007) tarafından Türkçe diline uyarlanmış ve daha sonra Cavkaytar, Aksoy ve Ardic (2014) tarafından güncellenmiştir. “Çocuğumun başarıya ulaşmasına yardım etme konusunda yeterliyim” maddesi ölçeğe örnek bir madde olarak verilebilir. Özel gereksinimli çocukların ebeveynlerinde algılanan ebeveyn öz-yeterliliğini ölçmek üzere tasarlanan araç 7 dereceli Likert-türü 17 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçekten alınabilecek puanlar 17-119 arası değişmektedir; daha yüksek puanlar daha yüksek düzeyde algılanan ebeveynlik öz-yeterliliğini göstermektedir. Orijinal versiyonundan farklı olarak, Türkçeye uyarlanmış

şekli geçerlilik ve güvenilirlik analizlerinde tek boyutlu bir yapı sergilemektedir. Türkçe versiyonu için iç tutarlılık katsayısı Cronbach alfa .95 olarak bildirilmiştir, madde-toplam korelasyonlar .52 ile .83 arasındadır (Cavkaytar ve ark., 2014). Bu çalışmada, ölçeğin iç tutarlılığı yeniden değerlendirilmiş, .91'lik bir Cronbach alfa katsayısı bulunmuştur, bu katsayı da yüksek bir güvenilirlik düzeyine işaret etmektedir.

Aile Stresi Değerlendirme Ölçeği (Family Stress Assessment Scale, FSAS)

Mevcut çalışmada, Aile Stresi Ölçeği anneler tarafından deneyimlenen stres düzeyini değerlendirmek için kullanılmıştır. Ölçek (Friedrich, Greenberg ve Crnic, 1983) tarafından geliştirilmiş ve Türkçeye uyarlaması Küçüker (1999) tarafından yapılmıştır. Daha sonra Kaner (2001), çok çeşitli türde ve geniş bir yaş aralığındaki özel gereksinimli çocukların ebeveynlerinden elde ettiği verilerle aracın psikometrik özelliklerini yeniden incelemiştir. Bu çalışmada, ölçeğin Kaner (2001) tarafından gözden geçirilmiş versiyonu kullanılmıştır. Öçekten örnek bir madde; “.....’ın sürekli böyle kalacağı düşüncesi benim gerçekten canımı sıkıyor” şeklindedir. Ölçek 52 maddeden ve üç alt öçekten oluşmaktadır: Engellilik işlevselliği, Karamsarlık ve Ebeveyn ve Aile Sorunları. Maddelere doğru/yanlış şeklinde yanıt verilebilmektedir ve daha yüksek puan daha yüksek algılanan aile stresini yansıtmaktadır.

Psikometrik özellikleri açısından, Kaner (2001) yüksek güvenilirlik katsayıları bildirmiştir; KR-20 değeri .92, Cronbach alfa değeri .91 ve Spearman-Brown iki yarım güvenilirlik katsayısı değeri .89 olarak bulunmuştur. Alt-ölçek güvenilirlik katsayıları kabul edilebilir düzeyde bulunmuştur. Mevcut çalışmada, tüm ölçeğin iç tutarlılığı yeniden değerlendirilmiş, Cronbach alfa katsayısı .97 olarak hesaplanmıştır, bu katsayı da yüksek düzeyde iç güvenilirliği göstermektedir.

Öz- Şefkat Ölçeği (Self-Compassion Scale, SCS)

Neff (2003b) tarafından geliştirilmiş olan Öz- Şefkat Ölçeği altı ayrı boyuttan oluşmaktadır: öz-nezaket, kendini yargılama, farkındalık, izolasyon, aşırı özdeşim ve ortak insanlık. Ölçek, beş-dereceli Likert tipi 26 maddeden oluşur. Orijinal versiyonunda tüm alt boyutlar için iç tutarlılık katsayıları .70 üzerinde bulunmuştur ve bu da kabul edilebilir bir güvenilirlik düzeyi göstermektedir. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Akın ve arkadaşları (2007) tarafından yapılmıştır. Öçekten örnek bir madde şu şekildedir: “Kişiliğimin sevmediğim yönleri ile ilgili anlayışlı ve sabırlı olmaya çalışırım.”

Türkçe adaptasyonu için doğrulayıcı faktör analizi sonuçları, orijinal ölçeğin faktöriyel yapısını desteklemektedir ve şu uyum indekslerini vermiştir; $\chi^2 = 779.01$, $df = 264$, $p = .00$, RMSEA = .056, NFI = .95, CFI = .97, IFI = .97, RFI = .94, GFI = .91, ve SRMR = .059. Alt-testler için iç tutarlılık katsayıları .72 ile .80 arasındadır ve test-tekrar test güvenilirlik katsayıları .56 ile .69 arasındadır. Ayrıca, düzeltilmiş madde-bütün korelasyonları .48 ile .71 arasındadır ve en üst ve en alt %27 grubunu karşılaştıran t-testi sonuçları tüm maddeler için istatistiksel olarak anlamlı farklar ortaya koymuştur. Bu çalışmada, Öz-Şefkat ölçeğinin iç tutarlılığı yeniden incelenmiş ve Cronbach alfa katsayısı .83 olarak bulunmuştur ki bu da güvenirliliğin yüksek olduğunu göstermektedir.

3.4. Veri Analizi

Bu çalışmada, araştırma değişkenleri arasındaki ilişkileri incelemekten önce, hatalı veri girişi kontrol edilmiş ve z-puanları ile Mahalanobis uzaklığı hesaplanarak uç değerler veri setinden çıkarılmıştır. Bu bağlamda, 45 katılımcı veri setinden çıkarılmıştır. Bu çalışmanın veri analizinin ilerleyen aşamalarında kullanılan istatistiksel yöntemi belirlemek için araştırma değişkenlerinin çarpıklık ve basıklık katsayısı incelenmiştir. Tüm araştırma değişkenlerinin çarpıklık ve basıklık katsayısı -1 ile +1 arasında bulunmuştur. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin bu aralıkta yer alması verinin tipik olarak dağıldığını göstermektedir (Büyüköztürk ve ark., 2008; Darren, 2010; Tabachnick ve Fidell, 2013). Dolayısıyla, parametrik testler veri analizinin sonraki aşamalarında kullanılmıştır. Çoklu ortak doğrusallık için ilgili

değişkenlerin ikili kombinasyonlarının dağılım grafikleri incelenmiştir. Çalışma, veri analizi için çok değişkenli çoklu regresyon (MMR) analizi kullanmıştır. MMR analizi, çok değişkenli regresyon modeli içindeki bağımlı değişken çoklu olduğunda kullanılır (Tangjuang ve Siripanich, 2014). MMR'deki çoklu regresyondan farklı olarak bağımlı değişken, diğer bağımlı değişkenlerin bir matrisinden oluşur. Ayrıca, bağımsız ve bağımlı değişkenler arasında bir ilişkinin yokluğu, MMR içinde Pillai'nin İzi, Wilks'in Lambdası, the Hotelling-Lawley İzi ve Roy'un En Büyük Kök Testi kullanılarak araştırılır (Hartung ve Knapp, 2005). Korelasyon analizi için Nokta-ikili korelasyon yöntemi kullanılmıştır böylece kategorik yordayıcılarla sürekli sonuçlar arasındaki ilişkinin ortaya çıkarılması amaçlanmıştır (Kornbort, 2014). Çalışmada değişkenlerle ilgili betimleyici istatistiksel sonuçlar Tablo 2'de gösterilmiştir. Araştırma değişkenleri arasındaki ilişkileri inceleyen Pearson Korelasyon Analizi Tablo 3'te verilmiştir.

4. Bulgular

Öz-Şefkat Ölçeği ile Aile Stresi Ölçeğinden alınan puanlar ve katılımcıların gelir düzeylerine bakarak Ebeveyn Öz-Yeterlilik puanlarını yordamak için MMR analizi kullanılmıştır. Yordayıcı değişkenlerle (Öz-Şefkat, Aile Stresi, Gelir) ölçüt değişkenini (Ebeveyn Öz-Yeterliliği) arasındaki ilişkinin anlamlılığını ve bunun yanı sıra ölçüt değişkeninin varyansın ne kadarına etki ettiğini test etmek için ANOVA tablosu incelendiğinde, regresyon modelinin anlamlı olduğu belirlenmektedir [$F(3,191) = 14.371$, $p < .000$]. Regresyon analizi, bağımlı değişkendeki varyansın % 18'inin ($R^2 = .184$) bağımsız değişkenlerle açıklandığını belirtmektedir. Daha spesifik olarak ifade edildiğinde, Öz-Şefkat Ölçeği'nden alınan puanlar [$\beta = .158$, $t(191) = 2.312$, $p = .022$], Aile Stresi Ölçeğinden alınan puanlar [$\beta = .250$, $t(191) = 3.605$, $p = .000$] ve gelir [$\beta = .214$, $t(191) = 3.194$, $p = .000$] Ebeveyn Öz-Yeterlilik puanlarını anlamlı ölçüde yordamaktadır (Tablo 4).

Tablo 2. Betimleyici İstatistikler

Değişken	<i>n</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	Çarpıklık	Basıklık
Yaş	202	38.30	9.02	.365	1.578
ÖZ	202	15.26	4.40	.066	-.668
KY	202	17.79	4.77	-.737	-.091
Oİ	202	12.56	3.72	-.126	-.859
İZ	202	13.65	3.78	-.271	-.737
FA	202	13.12	3.74	-.103	-.966
AÖ	202	13.81	3.92	-.288	-.901
Eİ	202	23.62	4.35	-.390	-1.007
KR	202	21.04	3.97	.469	-.728
EAS	202	13.18	2.17	-.455	-.825
ÖŞT	202	85.75	15.59	.157	-.013
ÖYT	202	96.46	22.14	-1.033	.797
AST	202	77.48	11.74	.079	-.781

Not: ÖZ: Öz-Nezaketi; KY: Kendini Yargılama; Oİ: Ortak İnsanlık; İZ: İzolasyon; FA: Farkındalık; AÖ: Aşırı Özdeşim; Eİ: Engellilik İşlevselliği; KR: Karamsarlık; EAS: Ebeveyn ve Aile Sorunları; ÖŞT: Toplam Öz-Şefkat Ölçeği; ÖYT: Toplam Öz-Yeterlilik Ölçeği; AST: Toplam Aile Stresi Değerlendirme Ölçeği.

Tablo 3. Değişkenlerin Korelasyon Matrisi

Değişken	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. ÖZ	1											
2. KY	.008	1										
3. Oi	.55**	-.17*	1									
4. IZ	.07	.73**	-.14*	1								
5. FA	.65**	-.06	.63**	-.05	1							
6. AÖ	.02	.67**	-.22**	.72**	-.05	1						
7. Ei	-.02	.12	-.10	.22**	-.005	.17*	1					
8. KR	.15*	.27**	-.01	.37**	.06	.30**	.56**	1				
9. EAS	.09	.24**	-.04	.33**	.025	.28**	.50**	.67**	1			
10. ÖŞ _T	.64**	.63**	.44**	.64**	.53**	.57**	.14*	.35**	.28**	1		
11. ÖY _T	.18*	.20**	.020	.25**	.14*	.12	.16*	.25**	.28**	.30**	1	
12. AS _T	.13	.22**	-.01	.37**	.045	.27**	.77**	.83**	.71**	.32**	.36**	1

Not: ÖZ: Öz-Nezaket; KY: Kendini Yargılama; Oi: Ortak İnsanlık; IZ: İzolasyon; FA: Farkındalık; AÖ: Aşırı Özdeşim; Ei: Engellilik İşlevselliği; KR: Karamsarlık; EAS: Ebeveyn ve Aile Sorunları; ÖŞ_T: Toplam Öz-Şefkat Ölçeği; ÖY_T: Toplam Öz-Yeterlilik Ölçeği; AS_T: Toplam Aile Stresi Değerlendirme Ölçeği; *p <.05; **p <.01

Tablo 4. Çoklu Regresyon Analizleri Sonucu

Değişkenler	Standardize Edilmiş Katsayılar		Standardize Edilmemiş Katsayılar	
	B	SE _B	β	t
Öz-Şefkat	.229	.099	.158	2.312
Aile Stresi	.465	.129	.250	3.605
Gelir	2.431	.761	.214	3.194

5. Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu araştırma, özel gereksinimli çocukların ebeveynlerinde öz-şefkat, aile stresi ve ebeveyn öz-yeterliliği ve gelir arasındaki ilişkiye odaklanmıştır. Araştırma bulgularına göre öz-şefkat ve aile stresi annenin öz-yeterliliğinin anlamlı bir yordayıcısıdır. Öz-şefkat düzeyi arttıkça annenin öz-yeterliliği de artmaktadır, buna karşın, aile stresindeki bir artış annedeki öz-yeterliliğin azalmasına yol açmaktadır. Buna ek olarak, elde edilen sonuçlara göre aile gelir düzeyi annenin öz-yeterliliğini anlamlı olarak yordamaktadır.

Bandura'ya (2012) göre öz-yeterlilik değişmez bir değişken değildir ve kişisel faktörlere, çevreye ve davranışa göre değişiklikler sergileyebilmektedir. Bu çalışmada, bireysel bir faktör olarak değerlendirilen öz-şefkat ebeveyn öz-yeterliliğini pozitif anlamda yordamıştır (Neff, 2003a). Ebeveyn öz-yeterliliğinin düzeyi, annenin öz-şefkat düzeyiyle birlikte artmaktadır ve ebeveyn öz-yeterliliği düzeyi annenin öz-şefkat düzeyi azaldıkça azalmaktadır. Bu sonuç, öz-yeterlilikle ilgili, öz-yeterliliği yüksek olan bireylerin uyum sağlayıcı başa çıkma mekanizmalarını kullanmalarının daha olası olduğu şeklindeki teorik çerçevesiyle uyumludur (Bandura, 1982). Öz-şefkat, karmaşık yaşam olayları karşısında başa çıkmayı geliştirir ve bu da mevcut araştırmanın bulgularıyla uyumludur. Neff ve McGeehee'nin (2010) araştırmasına göre, öz-şefkat, insanların hayat stresleri ve zorlayıcı deneyimlerle karşılaştıklarında kendilerini toplamalarına yardım etmektedir. Önceki çalışmalara göre, özel gereksinimli çocukların annelerinde öz-şefkat ebeveyn öz-yeterliliği ile pozitif yönde ilişkilidir (Neff ve Faso, 2014; Neff ve McGehee, 2010). Öz-şefkat düzeyi yüksek olan anneler ebeveyn öz-yeterliliğinde daha yüksek performans göstermektedirler (Gouveia ve ark., 2016). Öz-şefkatin ebeveyn öz-yeterliliği üzerindeki etkisini açıklayan bazı psikolojik mekanizmalar vardır. Öncelikle, daha öz-şefkatli bir bakış açısı olan insanlar karşılaştıkları zorluklar karşısında aşırı öz-eleştirel olmak yerine daha şefkatli ve dengeli bir şekilde yaklaşmaya yatkındırlar (Neff, 2016). Bu şekilde, ebeveynler daha etkili başa çıkma mekanizmaları kullanırlar ve kendi duygu düzenleme becerilerini geliştirirler (Shenaar-Golan ve ark., 2021). Ayrıca, araştırma sonuçlarına göre, öz-şefkat düzeyi daha yüksek olan anneler daha az tükenmişlik yaşamakta ve ebeveynlik rollerinde daha güçlü bir öz-yeterlilik duygusuna sahip olmaktadır (Neff ve Faso, 2014). Bütün bunlara ek olarak, öz-şefkat ile bilişsel esnekliğin geliştiğini ve sorun çözme becerilerinin desteklendiğini gösteren kanıtlar da vardır (Moreira ve ark., 2015). Dolayısıyla, zorluklara başarısızlık olarak yaklaşmak yerine, ebeveynler zorlanmayı çözülecek sorunlar olarak görmekte ve ebeveynlik rolündeki yeterliliklerini geliştirmektedirler. Bunun yanı sıra, ebeveynlerin sosyal destek mekanizmalarından yararlanma eğilimleri daha fazladır ve bu da öz-yeterliliği dolaylı olarak etkiler (Gouveia ve ark., 2016; Dong ve ark., 2025).

Öz-yeterlilik çevreden de etkilenmektedir (Bandura, 2012). Öz-yeterlilik kişisel bir özelliktir ve bireylerin çevreleriyle aralarındaki etkileşimden ortaya çıkar (Zimmerman ve Schunk, 2011). Birey çocukluğundan yetişkinliğine kadar aile ortamı ile etkileşim içindedir. Çocuklar ailenin önemli üyeleridir ve hem çevrelerinden etkilenir hem de çevrelerini etkilerler. Aile içinde, stres düzeyi özel gereksinim

tanısı almış bir çocukla birlikte artar. Pek çok araştırma, özel gereksinimli çocukların annelerinde aile stresi ile ebeveyn öz-yeterliliği arasındaki ilişkiye odaklanır (Baker-Ericzén, Brookman-Frazee ve Stahmer, 2005; Weiss ve ark., 2003). Bu çalışmanın sonuçlarına göre, annelerin aile stresi ile öz-yeterliliği arasında anlamlı bir ilişki elde edilmiştir. Bununla birlikte araştırma sonuçlarına göre, annelerin aile stresi ve öz-yeterlilik düzeyleri arasında negatif bir ilişki vardır ve bu da literatürdeki önceki çalışmalarla uyumludur. Annelerin aile stresi düzeyleri arttıkça öz-yeterlilikleri azalmakta, annelerin aile stresi düzeyleri düştükçe de öz-yeterlilikleri artmaktadır. Araştırmalar, özel gereksinimli çocukların annelerinde ebeveyn öz-yeterliliğinin yüksek düzeyde aile stresinden olumsuz olarak etkilendiğini göstermektedir (Baker-Ericzén ve ark., 2005; Coleman ve Karraker, 1998; Jones ve Prinz, 2005; Kwon, 2014; Scheel ve Rieckmann, 1998; Weiss ve ark., 2003). Baker-Ericzén ve arkadaşlarının çalışmasına göre (2005) özel gereksinimli çocukların anneleri yüksek düzeyde aile stresine sahiptir ve bu da annelerin ebeveynlikle ilgili öz-yeterliliklerini azaltmaktadır. Bu bulgular ebeveyn stresini azaltmayı amaçlayan hedef odaklı müdahalelerin öz-yeterliliği artırmada önemli bir rolü olabileceğini ve bu yolla daha iyi bakım vermeyi geliştirebileceğini göstermektedir. Kwon (2014) aile stresinin ebeveyn öz-yeterliliğini negatif olarak etkilediğini gösteren benzer bulgular ortaya koymuştur. Weiss ve arkadaşları (2003) özel gereksinimli çocuklara bakmanın stresinin annelerin ebeveynlikle ilgili öz-yeterliliklerini negatif yönde etkilediğini gösteren bir çalışma yapmıştır. Anneler özel gereksinimli çocukların bakımında babalara göre daha fazla stres yaşamaktadır çünkü çocukların bakımı, ihtiyaçları ve sorumluluklarına daha fazla zaman harcamaktadırlar (Cavkaytar ve ark., 2008) ve bu da aile stresini artırabilmektedir (Abbeduto ve ark., 2004). Aile stresi annelerin gelişimsel farklılıkları olan çocuklarının sağlık, eğitim, bakım ve gelişimle ilgili sorumlulukları nedeniyle artabilir. Gelişimsel farklılıkları olan çocukların ailelerinin yaşadığı stres ve bunun ebeveyn öz-yeterlilikleri üzerindeki olumsuz etkileri, ailelerin çocuklarına sağladığı desteği etkileyebilir. Bulgular, ebeveynlerin yükünü hafifletmek ve dayanıklılığı güçlendirmek için kapsayıcı politikalar uygulama ve destek ağlarını geliştirmenin önemini vurgulamaktadır (Liu, Y., Ma, Y., Yu, L., Zhou, Y., & Tang, X., 2025).). Bir diğer deyişle, bu tür önlemlerin alınmaması çocukların gelişimsel çıktıları üzerinde zararlı etkilere sebep olabilir. Sonuç olarak, ailelerin stres düzeylerini azaltması gerektiği oldukça açıktır; bu yolla öz-yeterlilikleri artacak ve çocuklarına karşı daha destekleyici olmaları kolaylaşacaktır. Literatürdeki bulgular daha fazla çalışma yapma gerekliliğini göstermektedir; gelecekte yapılacak olan çalışmalar özel gereksinimli çocukların aileleri tarafından benimsenecek yapılandırılmış stresle başa çıkma programlarının etkililiğine odaklanabilir.

Güçlü sosyal destek ağlarına sahip olmanın ebeveyn stresini anlamlı ölçüde azalttığı ve bakım verme yetenekleri ile ilgili kendilerine güvenlerini artırdığı ifade edilmektedir (Hassall, Rose ve McDonald, 2005). Ayrıca, ebeveyn öz-yeterliliğini pekiştiren ve engeli olan çocukların topluma dahil edilmesi ve pozitif sosyal tutumlar gibi daha destekleyici bir ortam yaratan başka faktörler de vardır (Green, 2007). Mevcut çalışma aile stresinin önemine odaklanmaktadır ancak aynı zamanda, ebeveynin iyi oluşunu ve etkililiğini destekleyen çevresel müdahalelerin önemini de içine almaktadır. Çalışmalara göre sosyoekonomik statü ebeveyn öz-yeterliliğini etkilemektedir. Örneğin, Aksoy ve Diken'in (2009) çalışmasına göre, düşük SED' te yer alan aileler daha düşük öz-yeterliliğe sahiptir ve bu aileler için çocuklarına uygun bakıma erişmek daha zordur. Ayrıca, özel gereksinimli bir çocuğa sahip olmak daha fazla duygusal gücü ve daha fazla ekonomik ihtiyacı beraberinde getirmektedir. Maddi ihtiyaçlar arttıkça ebeveyn öz-yeterliliğinin azalması olasıdır (Seybold, Fritz ve MacPhee, 1991). Liu ve Li'nin (2017) çalışması, düşük gelirli ailelerin yüksek gelirli ailelere göre daha çocukları ile ilgili az öz-yeterlilik algısına sahip olduğunu göstermektedir. Araştırmalara göre, aynı zamanda, ailelerin ekonomik statüsü sağlık ve eğitim hizmetlerine erişimde önemli bir faktör olduğu için, özel gereksinimli çocukların aileleri ebeveyn öz-yeterliliği açısından dezavantajlı bir pozisyonda olabilmektedir (Houtrow, Kim, Chen ve Newacheck, 2014). Düzenli işi olan annelerin öz-yeterliliği çalışmayan annelere göre daha yüksektir (Jackson ve Scheines, 2005). Ebeveyn öz-yeterliliği, özel gereksinimli çocukların ailelerinde, ekonomik güçlükler gibi çeşitli faktörlerin etkisiyle azalabilmektedir (Coleman ve Karraker, 1998; Hassall ve ark.,

2005; Seybold ve ark., 1991). Düşük gelirli aileler, çocukları ile ilgili finansal güçlükler nedeniyle daha yüksek stres düzeyine sahiptir (Heckman ve Mosso, 2014). Bu çalışmada da düşük düzeydeki aile gelirinin annelerde yüksek stres düzeyi ile ilişkili olduğunu ve bu şekilde annelerin öz-yeterliliklerini etkilediğini bir kez daha göstermiştir.

Çocukların sağlığı ve iyiliği için annenin stres düzeyini azaltmak ve ebeveyn öz-yeterliliğini artırmak kritik bir öneme sahiptir. Bu bağlamda, politika yapımcıların ve uygulayıcıların psikolojik, sosyal ve ekonomik destek sistemlerini bir arada ele alan bütüncül müdahale programları geliştirmeye odaklanmaları gerekmektedir. Bunlara ek olarak, aile geliri çocukların gelişimsel ve eğitimsel ihtiyaçlarını karşılamak ve annenin öz-yeterliliğini yordamak açısından önemli bir faktördür. Daha yüksek düzeyde öz-yeterliliği olan anneler çocuklarının özel ihtiyaçlarını karşılamada daha yetkindir ve bunun sonucu olarak da daha düşük stres düzeylerine sahiptir. Dolayısıyla, annelerin öz-şefkat düzeylerini yükseltmek ve aile stresini azaltmak ebeveyn öz-yeterliliğini geliştirmek açısından önemlidir. Bu çalışma, öz-şefkatin ebeveyn öz-yeterliliği üzerinde olumlu bir etkisi olduğunu ve aile stresinin bu ilişkiyi zayıflatabildiğini göstermiştir. Ancak, öz-şefkatin tüm ebeveynlerde eşit derecede etkili olup olmadığı, kültürel faktörlerin bu dinamiği nasıl etkilediğini ve ebeveynlikte öz-şefkate olası engellerin olup olmadığı konularında daha fazla araştırılma yapılmasına gerek vardır. Ayrıca, psikososyal müdahalelerin ve çevresel destek mekanizmalarının ebeveyn öz-yeterliliğini geliştirmeye nasıl yardım ettiğini gösteren uygulamalı çalışmalar yapılmasına da ihtiyaç vardır. Aracı süreçler olarak öz-şefkat, duygu düzenleme ve stres yönetimi arasındaki etkileşim kapsamlı bir şekilde çalışılıp anlaşıldığı takdirde, özel gereksinimli çocukların ebeveynleri için etkili müdahale programları geliştirmek mümkün olacaktır.

Mevcut çalışma özel gereksinimli çocukların annelerinde öz-şefkat ve aile stresinin ebeveyn öz-yeterliliği üzerindeki rolüne odaklanmaktadır. Ancak çalışmanın bazı sınırlılıkları vardır. Öncelikle, araştırmanın verisi öz-bildirim yöntemi ile yani subjektif bir bildirim temelinde toplanmıştır, bu nedenle bu yöntem bulguların doğruluğu ve güvenilirliği açısından bir sınırlılık teşkil edebilir. Buna ek olarak, çalışma örneklemini özel gereksinimli çocukların sadece annelerinden oluşmaktadır ve babaları araştırma kapsamına almamaktadır. Özel gereksinimli çocukların ailelerinde ebeveyn öz-yeterliliğinin daha kapsamlı bir yaklaşımla çalışılması için, gelecekte yapılacak çalışmaların özel gereksinimli çocukların annelerinin yanı sıra babalarını da dahil etmesi gerekir. İleride yapılacak çalışmalar daha büyük ve kapsamlı örneklemelerle yürütüldüğü takdirde bulguların daha geniş çaplı olarak genelleştirilmesi mümkün olacaktır. Ayrıca, gelecekteki uygulamalı öz-yeterlilik programları özel gereksinimli çocukların ebeveynlerinin öz-şefkat ve öz-yeterlilik geliştirmesine yardımcı olacaktır. Bu tür müdahale programlarının yardımıyla, ebeveynlerin başa çıkma becerileri ve genel ebeveynlik becerileri gelişecektir. Öz-yeterlilik inançlarının pekiştirilmesiyle, ebeveynler çocuklarıyla daha kaliteli zaman geçirmeye motive olacak ve daha etkili destek alabileceklerdir. Ebeveynlerin özyeterliliklerini geliştirmeye yönelik müdahalelerin faydasını göstermek ve sürece etkilerini ortaya çıkarmak için gelecekte hem ebeveynleri hem de çocukları içine alan daha fazla çalışma yapılması gerekmektedir. Hem ebeveyn öz-bildirimine hem de ev ortamında doğal gözleme yer veren çalışmalar konunun daha iyi anlaşılmasını sağlayacak ve literatüre katkı sunacaktır. Ayrıca, politika yapımcılar, konu ile ilgili fikir edinmek ve özel gereksinimli çocukların ebeveynleri ile ilgili var olan politikalar ve düzenlemelerin üzerinde çevresel desteği ve kaynakları artıracak şekilde çalışmak için bu araştırmanın bulgularından yararlanabilir.

11. Veri Paylaşım Beyanı

Bu çalışma sırasında oluşturulmuş olan veri setlerine, makul talepler ile sözü geçen yazar aracılığıyla erişilebilir.

Kaynaklar

- Abbeduto, L., Seltzer, M. M., Shattuck, P., Krauss, M. W., Orsmond, G., & Murphy, M. M. (2004). Psychological well-being and coping in mothers of youths with autism, Down syndrome, or fragile X syndrome. *American Journal on Mental Retardation*, 109(3), 237–254. doi:10.1352/0895-8017(2004)109<237:PWACIM>2.0.CO;2
- Akın, Ü., Akın, A., & Abacı, R. (2007). Öz-duyarlık ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33, 1–10.
- Aksoy, V., & Diken, İ. H. (2009). Annelerin ebeveynlik öz yeterlik algıları ile gelişimi risk altında olan bebeklerin gelişimleri arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalara bir bakış. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 10(1), 59–70.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing. doi:10.1176/appi.books.9780890425596
- Baker-Ericzén, M. J., Brookman-Frazee, L., & Stahmer, A. (2005). Stress levels and adaptability in parents of toddlers with and without autism spectrum disorders. *Research and Practice for Persons with Severe Disabilities*, 30(4), 194–204.
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37(2), 122–147.
- Bandura, A. (2012). On the functional properties of perceived self-efficacy revisited. *Journal of Management*, 38(1), 9–44.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Cavkaytar, A., Aksoy, V., & Ardic, A. (2014). Ebeveyn öz yeterlik ölçeği geçerlik ve güvenirlik çalışmasının güncellenmesi. *Anadolu Journal of Educational Sciences International*, 4(1), 69–76.
- Cavkaytar, A., Batu, S., & Çetin, O. B. (2008). Perspectives of Turkish mothers on having a child with developmental disabilities. *International Journal of Special Education*, 23(2), 101–109.
- Cheng, A. W. Y., & Lai, C. Y. Y. (2023). Parental stress in families of children with special educational needs: A systematic review. *Frontiers in Psychiatry*, 14, Article 1198302. doi:10.3389/fpsy.2023.1198302
- Coleman, P. K., & Karraker, K. H. (1998). Self-efficacy and parenting quality: Findings and future applications. *Developmental Review*, 18, 47–85.
- Darren, G. (2010). *SPSS for Windows step by step: A simple study guide and reference, 17.0 update* (10th ed.). Boston, MA: Pearson Education Publishing.
- Davis, K., & Gavidia-Payne, S. (2009). The impact of child, family, and professional support characteristics on the quality of life in families of young children with disabilities. *Journal of Intellectual & Developmental Disability*, 34(2), 153–162. doi:10.1080/13668250902874608
- Dervishaliaj, E. (2013). Parental stress in families of children with disabilities: A literature review. *Journal of Educational and Social Research*, 3(7), 579–586. doi:10.5901/jesr.2013.v3n7p579
- Diken, İ. H. (2007). Turkish mothers' self-efficacy beliefs and styles of interactions with their children with language delays. *Early Child Development and Care*, 179(4), 425–436.

- Dong, L., Yang, L., To, S. M., Yan, M. W., & Shen, L. (2025). The presence of meaning in parenthood and parental self-efficacy: A serial mediation model from social support to parent-child relationships. *BMC Psychology*, 13(1), 108. doi:10.1186/s40359-025-02429-1
- 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.
- Glatz, T., & Buchanan, C. M. (2015). Change and predictors of change in parental self-efficacy from early to middle adolescence. *Developmental Psychology*, 51(10), 1367–1379. doi:10.1037/dev0000037
- Gouveia, M. J., Carona, C., Canavarro, M. C., & Moreira, H. (2016). Self-compassion and dispositional mindfulness are associated with parenting styles and parenting stress: The mediating role of mindful parenting. *Mindfulness*, 7(3), 700–712.
- Green, S. E. (2007). We're tired, not sad: Benefits and burdens of mothering a child with a disability. *Social Science & Medicine*, 64(1), 150–163.
- Gupta, V. B. (2007). Comparison of parenting stress in different developmental disabilities. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 19, 417–425.
- Guimond, A. B., Wilcox, M. J., & Lamorey, S. G. (2008). The early intervention parenting self-efficacy scale (EIPSES): Scale construction and initial psychometric evidence. *Journal of Early Intervention*, 30(4), 295–320. doi:10.1177/1053815108320814
- Guralnick, M. J. (2011). Why early intervention works: A systems perspective. *Infants and Young Children*, 24(1), 6–28. doi:10.1097/IYC.0b013e3182002cfe
- Hartung, J., & Knapp, G. (2005). Multivariate multiple regression. In B. S. Everitt & D. C. Howell (Eds.), *Encyclopedia of statistics in behavioral science*. Chichester, England: John Wiley & Sons.
- Haslam, D. M., Tee, A., & Baker, S. (2017). The use of social support for reducing parental stress and enhancing parenting self-efficacy. *Journal of Child and Family Studies*, 26(7), 1820–1831. doi:10.1007/s10826-017-0686-6
- Hassall, R., Rose, J., & McDonald, J. (2005). Parenting stress in mothers of children with an intellectual disability: The effects of parental cognitions in relation to child characteristics and family support. *Journal of Intellectual Disability Research*, 49(6), 405–418.
- Hastings, R. P. (2002). Parental stress and behaviour problems of children with developmental disability. *Journal of Intellectual and Developmental Disability*, 27(3), 149–160. doi:10.1080/1366825021000008657
- Heckman, J., & Mosso, S. (2014). The economics of human development and social mobility. *Annual Review of Economics*, 6, 689–733.
- Houtrow, A. J., Kim, S. E., Chen, A. Y., & Newacheck, P. W. (2014). Preventive care for children with disabilities: Fewer preventive services, barriers, and unmet needs. *Journal of Pediatrics*, 164(1), 152–157.
- Jackson, A. P., & Scheines, R. (2005). Single mothers' self-efficacy, parenting in the home environment, and children's development in a two-wave study. *Social Work Research*, 29(1), 7–20.
- Jones, T. L., & Prinz, R. J. (2005). Potential roles of parental self-efficacy in parent and child adjustment: A review. *Clinical Psychology Review*, 25(3), 341–363.

- Kaner, S. (2001). Aile stresini değerlendirme ölçeğinin faktör yapısı, güvenirlik ve geçerlik çalışmaları. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 34(1), 1–10.
- Kenny, K., & McGilloway, S. (2007). Caring for children with learning disabilities: An exploratory study of parental strain and coping. *British Journal of Learning Disabilities*, 35(4), 221–228. doi:10.1111/j.1468-3156.2007.00445.x
- Kirby, J. N., Hoang, A., & Ramos, N. (2023). A brief compassion focused therapy intervention can help self-critical parents and their children: A randomised controlled trial. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 96(3), 608–626. doi:10.1111/papt.12459
- Kornbrot, D. (2014). Point biserial correlation. In N. Balakrishnan, T. Colton, B. Everitt, W. Piegorsch, F. Ruggeri, & J. L. Teugels (Eds.), *Wiley StatsRef: Statistics reference online*. doi:10.1002/9781118445112.stat06227
- Kuhn, J. C., & Carter, A. S. (2006). Maternal self-efficacy and associated parenting cognitions among mothers of children with autism. *American Journal of Orthopsychiatry*, 76(4), 564–575. doi:10.1037/0002-9432.76.4.564
- Küçük, S. (1999). Erken eğitimin gelişimsel geriliği olan çocukların anne-babalarının stres ve depresyon düzeyleri üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 3(1), 1–14.
- Kwon, K. A. (2014). The effects of parenting stress on perceived parenting competence among mothers of children with developmental disabilities: The moderating role of mindfulness. *Journal of Intellectual Disabilities*, 18(4), 365–380.
- Liu, J., Li, W., & Li, X. (2017). Parenting stress and parenting competence among mothers with children with autism spectrum disorder in China: The mediating role of coping efficacy. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 47(6), 1679–1690.
- Liu, Y., Ma, Y., Yu, L., Zhou, Y., & Tang, X. (2025). Care burden and quality of life among family caregivers of children with cerebral palsy in China: The mediating role of social support. *BMC Public Health*, 25, 21679. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-21679-7>
- Moreira, H., Carona, C., Silva, N., Nunes, J., & Canavarro, M. C. (2015). Exploring the link between maternal attachment-related anxiety and avoidance and mindful parenting: The mediating role of self-compassion. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 89(4), 369–384.
- Neff, K. D. (2003a). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85–101.
- Neff, K. D. (2003b). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223–250.
- Neff, K. D. (2016). The self-compassion scale is a valid and theoretically coherent measure of self-compassion. *Mindfulness*, 7, 264–274.
- Neff, K. D., & Faso, J. D. (2015). Self-compassion and well-being in parents of children with autism. *Mindfulness*, 6(4), 938–947.
- Neff, K. D., & McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9, 225–240.
- Özşenol, F., Işıkhani, V., Ünay, B., Aydın, H., Akın, R., & Gökçay, E. (2003). Engelli çocuğa sahip ailelerin aile işlevlerinin değerlendirilmesi. *Gülhane Tıp Dergisi*, 45(2), 156–164.

- Scheel, M. J., & Rieckmann, T. (1998). An empirically derived description of self-efficacy and empowerment for parents of children identified as psychologically disordered. *The American Journal of Family Therapy*, 26, 15–27.
- Seybold, J., Fritz, J., & MacPhee, D. (1991). Relation of social support to the self perceptions of mothers with delayed children. *Journal of Community Psychology*, 19(1), 29–36.
- Shenaar-Golan, V., Wald, N., & Yatzkar, U. (2021). Parenting a child with mental health problems: The role of self-compassion. *Mindfulness*, 12(1), 1–12. doi:10.1007/s12671-021-01744-z
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Boston, MA: Pearson Education.
- Tangjuang, P., & Siripanich, P. (2014). Outlier detection for multivariate multiple regression in Y-direction. *Journal of Applied Sciences*, 14(20), 2507–2515. doi:10.3923/jas.2014.2507.2515
- Totsika, V., Hastings, R. P., Emerson, E., Lancaster, G. A., & Berridge, D. M. (2011). Behavior problems at 5 years of age and maternal mental health in autism and intellectual disability. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 39(8), 1137–1147. doi:10.1007/s10802-011-9534-2
- United Nations. (2006). *Convention on the rights of persons with disabilities*. Retrieved from <https://www.un.org/disabilities/documents/convention/convoptprot-e.pdf>
- United Nations Children's Fund. (2013). *The state of the world's children 2013: Children with disabilities*. Retrieved from <https://www.unicef.org/reports/state-worlds-children-2013>
- Weiss, J. A., Sullivan, A., & Diamond, T. (2003). Parent stress and adaptive functioning of individuals with developmental disabilities. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 33(3), 201–214.
- Yıldız, E., & Uzundağ, B. A. (2024). The role of perceived social support in mitigating the impact of parenting stress on children's effortful control. *International Journal of Behavioral Development*, 48(5), 462–466. doi:10.1177/01650254241239975
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2011). Self-regulated learning and performance: An introduction and overview. In B. J. Zimmerman & D. H. Schunk (Eds.), *Handbook of self-regulation of learning and performance* (pp. 1–12). New York, NY: Routledge/Taylor & Francis Group.
- World Health Organization (2019). *International classification of diseases for mortality and morbidity statistics* (11th ed.). Geneva, Switzerland: World Health Organization.

Extended Summary

Examining Self-Compassion and Family Stress as Predictors of Parental Self-Efficacy in Mothers of Children with Special Needs

1.Introduction

Family is the smallest social group in society and all individuals are born, raised, and spend a significant portion of their lives within the family unit. When a new family member enters the family system, there is an integration process involving the reconstruction of the family system in order to adapt to the changing dynamics of the family unit (Özşenol, Işıksan, Ünay, Aydın, Akın ve Gökçay, 2003). The arrival of a child with special needs significantly alters the family's expected path. Parents face changed responsibilities that require unique caregiving, educational, and emotional support approaches (Green, 2007). Studies show that parents of children with special needs experience elevated stress levels regardless of the child's condition (Kenny & McGilloway, 2007). These families face challenges beyond the diagnosis, including financial difficulties, educational barriers, social integration problems, and disrupted daily routines (Özşenol et al., 2003). Additionally, continuous caregiving demands, behavioral issues, medical needs, and unpredictable developmental progress further increase parental stress (Baker-Ericzén, Brookman-Frazee ve Stahmer, 2005; Gupta, 2007).

There is a very important factor affecting parental stress and self-efficacy; family income level. According to research data, families with financial stability can attain better healthcare, education, and social support, and these can mitigate their parental stress (Weiss, 2003). On the contrary, families with economic difficulties have a disadvantage in terms of having difficulty of accessing specialized services, higher caregiver burden, and more psychological distress (Guralnick, 2011). While raising a child with special needs is generally stressful, parents experience varying levels of stress influenced by several protective factors. These include parental age, income, perceived financial stability, social and emotional support, the severity of the child's condition, coping skills, and awareness of available resources (Cheng & Lai, 2023; Guralnick, 2011; Hastings, 2002). Self-compassion is another key protective factor, defined as being kind and understanding toward oneself during difficult times (Neff, 2003a). In parenting, self-compassion helps parents accept their struggles without harsh self-criticism. Self-compassion involves kindness toward oneself during difficult times, recognizing that challenges are a normal part of life, and maintaining an objective perspective (Neff, 2003a). It enhances stress management, reduces parental burnout, and supports better emotional regulation, thereby positively influencing parental self-efficacy (Shenaar-Golan & Walter, 2021).

2.Current Study

Mothers are usually the main caregivers for children with special needs, so their parental self-efficacy is vital for effective care and child development. High self-efficacy helps mothers care better, make decisions, solve problems, and seek support. Although family stress and self-efficacy are well-studied, the potential protective role of self-compassion needs more research. The present study has been designed to examine the relationships between parental stress, self-compassion and parental self-efficacy among mothers of children with special needs. Accordingly, this study seeks to address the following research questions:

RQ1: Are there significant relationships between family stress, self-compassion, and parental self-efficacy levels of mothers with children with special needs and family income level?

RQ2: Do self-compassion and family stress predict parental self-efficacy among mothers of children with special needs?

3.Method

This study adopts a correlational research design, aligning with the principles of relational screening models.

3.1.Procedure

The mothers who participated in the study were involved in the data collection process at the special educational needs centre that their children attended. This process was conducted in accordance with ethical principles to ensure the participants' voluntary involvement. In addition, the researchers prepared a Demographic Information Form to collect demographic data from the participants.

3.1.1.Participants

The study involved 202 mothers of children with special needs from the Mediterranean region, identified by the Health Council and attending a special education center. Participants were chosen through purposive sampling to focus on information-rich cases relevant to the study's purpose.

3.1.2.Data Collection

Parental Self-Efficacy Scale (PSES)

The scale, originally developed by Guimond et al. (2005; as cited in Cavkaytar et al., 2014), was adapted into Turkish by Diken (2007) and later revised by Cavkayta, Aksoy ve Ardiç (2014).

Family Stress Assessment Scale (FSAS)

In the present study, the Family Stress Scale was employed to evaluate the stress levels experienced by mothers. The scale was originally developed by Friedrich, Greenberg ve Crnic (1983), and its Turkish adaptation was first carried out by Küçüker (1999).

Self-Compassion Scale (SCS)

The Self-Compassion Scale, developed by Neff (2003b), is composed of six distinct dimensions: self-kindness, self-judgment, mindfulness, isolation, over-identification, and shared humanity. The Turkish adaptation of the scale was carried out by Akın et al. (2007).

3.1.3.Data Analysis

Before examining the relationships between research variables in the current study, erroneous data entry was controlled, and outliers were removed from the data set by calculating z-scores and Mahalanobis distance. All study variables were observed to have skewness and kurtosis values between -1 and +1. For multicollinearity, scatter diagrams of pairwise combinations of relevant variables were examined. The study used multivariate multiple regression (MMR) analysis for data analysis.

4.Results

MMR analysis was conducted to predict Parental Self-Efficacy scores using scores from the Self-Compassion Scale, the Family Stress Scale, and participants' income levels. When examining the ANOVA table testing the significance of the relationship between the predictor variables (Self-Compassion, Family Stress, Income) and the criterion variable (Parental Self-Efficacy), as well as the extent to which the criterion variable accounts for the variance, it was determined that the regression

model was significant [$F(3,191) = 14.371, p < .000$]. The regression analysis indicated that 18% of the variance in the dependent variable ($R^2 = .184$) was explained by the independent variables.

5. Discussion, Conclusion and Recommendations

This research focuses on the relationship between self-compassion, family stress and parental self-efficacy and income in parents of children with special needs. Self-compassion and family stress are significant predictors of maternal self-efficacy according to the study results. As the level of self-compassion increases, maternal self-efficacy also increases, while an increase in family stress leads to a decrease in maternal self-efficacy. In addition to this, family income level significantly predicts maternal self-efficacy, according to the results. According to Bandura (2012), self-efficacy is not fixed and varies based on personal, environmental, and behavioral factors. Maternal self-compassion is positively linked to parental self-efficacy—higher self-compassion leads to higher self-efficacy, and vice versa. This aligns with Bandura's theory (1982), which suggests that individuals with higher self-efficacy are more likely to use adaptive coping strategies.

Bandura (2012) posits that self-efficacy is also influenced by environmental factors. Self-efficacy is defined as a personal characteristic that emerges from the interaction between the individual and their environment (Zimmerman & Schunk, 2011). In the family, the level of stress experienced by the family increases with a child with a special needs diagnosis. Many research studies concentrate on the relationship between family stress and parental self-efficacy in mothers of special needs children (Baker-Ericzen, Brookman-Frazee ve Stahmer, 2005; Weiss ve ark., 2003). The results of the present study indicate a significant relationship between family stress experienced by mothers and their self-efficacy. This study revealed a negative relationship between mothers' family stress and self-efficacy levels, consistent with the previous studies.

Research shows that socioeconomic status significantly influences parental self-efficacy. Families with low income tend to have lower self-efficacy, face greater emotional and financial challenges—especially when raising children with special needs—and have reduced access to health and education services (Aksoy & Diken, 2009; Liu & Li, 2017; Houtrow et al., 2014). Mothers with regular employment generally exhibit higher self-efficacy compared to non-working mothers (Jackson & Scheines, 2005). Economic hardships are consistently linked to higher stress levels in parents, particularly mothers, which in turn reduces their sense of efficacy (Coleman & Karraker, 1998; Hassall, Rose ve McDonald, 2005; Heckman & Mosso, 2014). Overall, low socioeconomic status contributes to both increased parental stress and decreased self-efficacy.

For the health and well-being of children, decreasing maternal stress levels and increasing parental self-efficacy are of critical importance. Given these implications, policymakers and practitioners should focus on developing holistic intervention programs that integrate psychological, social, and financial support systems. In addition, family income is a crucial factor in meeting children's developmental and educational needs and predicting maternal self-efficacy. Mothers with higher levels of self-efficacy are more competent in meeting their children's special needs and, as a result, have lower stress levels. Therefore, increasing mothers' self-compassion levels and reducing family stress is important to improve parental self-efficacy. The current study reveals that self-compassion positively influences parental self-efficacy, though family stress can weaken this relationship. However, further studies are needed to establish whether self-compassion is equally effective for all parents, to investigate the influence of cultural factors on this dynamic and to determine whether there are limitations to the effectiveness of self-compassion in parenting.

This study explores how family stress and self-compassion impact mothers' parental self-efficacy with special needs children. Limitations include self-reported data and excluding fathers. Future research should include both parents, larger samples, and observational methods. Interventions boosting self-compassion and self-efficacy can improve coping and reduce stress. Findings can help policymakers enhance support for these families.