

**Özel Gereksinimli Çocuk Sahibi
Annelerin Toplumsal Cinsiyet Algıları,
Bakım Yükleri ve Tükenmişlik
Düzeyleri Arasındaki İlişkiler**

Araştırma Makalesi

Sema ÖcalÜsküdar Üniversitesi,
Çocuk Gelişimi Anabilim Dalı,
Yüksek Lisans Öğrencisi**Dr. Öğr. Üyesi Pınar Demir Asma**Üsküdar Üniversitesi,
Çocuk Gelişimi Anabilim Dalı,
pinar.demirasma@uskudar.edu.tr
ORCID: 0000-0002-3590-446X

DOI: 10.5281/zenodo.18364982

ÖZET

Bu çalışma, Çekmeköy Belediyesi Engelsiz Yaşam Merkezi'nden hizmet alan 150 özel gereksinimli çocuk annesinde, toplumsal cinsiyet algısı, bakım yükü ve tükenmişlik değişkenleri arasındaki ilişkileri nicel ilişkisel tarama deseniyle incelemiştir. Veriler; Kişisel Bilgi Formu, Zarit Bakıcı Yük Ölçeği, Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeği ve Maslach Tükenmişlik Ölçeği ile toplanmıştır. Normallik varsayımı çarpıklık-basıklık değerlerine göre sağlandığından Pearson korelasyon ve doğrusal regresyon analizleri kullanılmıştır. Bulgular, bakım yükü ile tükenmişlik arasında orta düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki olduğunu göstermiştir ve bakım yükünün tükenmişliği anlamlı biçimde yordadığı saptanmıştır. Buna göre bakım yükündeki artış tükenmişlikte artışla ilişkilidir. Toplumsal cinsiyet algısının bakım yükü üzerindeki etkisi anlamlı bulunmamış ancak toplumsal cinsiyet algısı ile tükenmişlik arasında zayıf ve negatif yönlü anlamlı ilişki saptanmıştır. Ayrıca tükenmişlik düzeyinin yaşam kalitesini temsil eden olumsuz etkiler puanını anlamlı biçimde yordadığı belirlenmiştir. Sonuç olarak, annelerde tükenmişliğin en güçlü açıklayıcılarından birinin bakım yükü olduğu, toplumsal cinsiyet algısının bakım yükünü doğrudan açıklamadığı ancak tükenmişlikle ilişkili olabildiği; bu nedenle müdahalelerin yalnızca bakım yükünü azaltmaya değil, aynı zamanda tükenmişliği önlemeye, psikososyal kaynakları güçlendirmeye ve sosyal yaşama katılımı desteklemeye odaklanan bütüncül bir çerçevede planlanması gerektiği ortaya konmuştur.

Anahtar Kelimeler: Özel Gereksinimli Çocuk, Bakım Yükü, Ebeveyn Tükenmişliği, Toplumsal Cinsiyet Algısı.

GİRİŞ

Özel gereksinimli çocuğa sahip olmak, aile yaşamını süregelen bir bakım düzenine dönüştürmekte ve ebeveynlerin psikolojik, sosyal ve ekonomik kaynaklarını eşzamanlı biçimde zorlayan çok boyutlu bir süreç üretmektedir. Bu çok boyutluluğun özellikle anneler üzerinde yoğunlaştığı; bakım emeğinin birincil taşıyıcısı olarak annelerin konumlandığı ve bunun uzun dönemli yıpranma sonuçları olduğu görülmektedir (Ersoy ve Buluş, 2019).

Aile içi iş bölümünde bakım sorumluluğunun annede kümelenmesi, annelerin sosyal yaşama katılımını azaltan ve yalnızlaşmayı artıran bir mekanizma olarak tanımlanmıştır (Açık Turguter, 2025). Bu çerçevede annelik rolünün “doğal görev” biçiminde içselleştirilmesi, bakımın görünmemesine ve destek arama davranışlarının sınırlandırılmasına zemin hazırlayan yapısal bir sorun alanı yaratmaktadır (Yarımdağ ve Erciyes, 2021). Toplumsal cinsiyet temelli rol beklentilerinin gündelik yaşamda eş desteğini sınırlayabildiği ve babaların çalışma gerekçesiyle bakımda daha pasif konumlandığı, annelerin deneyim anlatılarında belirginleşen bir örüntü olarak raporlanmıştır (Altıparmak ve Yılmaz, 2024). Bu durum, bakım yükünün yalnızca “bireysel sorumluluk” değil, aynı zamanda cinsiyete has bir emek rejimi içinde yeniden üretildiğini düşündürmektedir (Ersoy ve Buluş, 2019).

Bakım yükü, annelerin yalnızca zaman ve enerji kaynaklarını tüketen bir işlev değil; aynı zamanda yorgunluk, yaşam kalitesinde azalma ve işlevsellikte zorlanma gibi sonuçlarla ilişkili bir risk alanı olarak görünmektedir.

Bakım süresi ve bakımın sürekliliği arttıkça algılanan yükün yükseldiği; ekonomik güçlük, düşük eğitim ve bakım bilgisi yetersizliğinin bu yükü ağırlaştırdığı bulunmuştur (Alahan vd., 2015). Bakım yükünün arttığı koşullarda aile yaşam kalitesinin azaldığı ve yorgunluğun yükseldiği; bakım yükünün bu iki sonuç için anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmüştür (Öztürk ve Alemdar, 2023). Bakım yükü ile algılanan stres arasında pozitif yönlü ilişki bulunduğu ve bu ilişkinin gelir, eğitim ve engel türü gibi değişkenlere göre farklılaşabildiği de doğrulanmıştır (Sevgi ve Ayran, 2024). Buna ek olarak, annelerin özel eğitim, davranış yönetimi, yasal haklar ve psikososyal destek alanlarında yoğun gereksinim bildirdikleri; bu gereksinimler karşılanmadığında yükün ve tükenmişlik riskinin artabileceği nitel bulgulara dayalı olarak ileri sürülmüştür (Toy ve Kesici, 2020). Dolayısıyla bakım yükünün, bireysel kaynaklarla sınırlı açıklanamayacağı ve hizmetlere erişim ile sosyal destek yapılarının niteliğiyle birlikte değerlendirilmesi gerektiği anlaşılmaktadır.

Bakım yükünün süregelenleşmesi, zaman içinde tükenmişlik belirtilerini besleyen bir zemin oluşturabilmektedir. Tükenmişliğin, özellikle duygusal tükenme boyutunda eğitim ve danışmanlık temelli müdahalelerle azaltılabildiği; kişisel başarı algısında artış üretilbildiği yarı deneysel kanıtlarla gösterilmiştir (İnalı, 2012). Otistik çocuk sahibi annelerde tükenmişlik ile psikolojik dayanıklılık arasında ters yönlü ilişki bulunduğu ve dayanıklılığın koruyucu bir faktör olarak işlev görebildiği ilişkisel bulgularla raporlanmıştır (Açar, 2018). Algılanan sosyal destek düzeyi arttıkça tükenmişliğin bazı boyutlarının azaldığı ve destek mekanizmalarının güçlendirilmesi gereği ulusal örneklemde ortaya konmuştur (Kahriman vd., 2019). İçselleştirilmiş cinsiyetçilik ile eş tükenmişliği arasındaki ilişkide anne dayanıklılığının aracı rol üstlenebildiği; dolayısıyla toplumsal cinsiyetin “bilişsel/özel” boyutunun tükenmişlik süreçlerine dâhil edilmesi gerektiği nicel modelleme ile gösterilmiştir (Bozkur vd., 2022). Damgalanma ile tükenmişlik arasındaki ilişkide ebeveynlik stresinin kısmi aracı rol oynadığı bulgusu da tükenmişliğin yalnızca yükü değil, sosyal-psikolojik süreçlerle birlikte oluştuğunu düşündürmektedir (Gülbetekin vd., 2024).

Uluslararası literatür, annelerin ruhsal iyilik hâlinin bireysel düzeydeki stresle sınırlı olmadığını; aile işleyişi, sosyal destek, damgalanma ve bakım gereksinimlerinin etkileşimli biçimde tükenmişliği belirleyebildiğini göstermektedir. Özel gereksinimli çocukların annelerinde anksiyete ve depresyon belirtilerinin daha yüksek seyrettiği ve bu farklılığın çocuk durumunun şiddetiyle ilişkili olabildiği geniş örneklemli boylamsal bulgularla belirtilmiştir (Kaji vd., 2021). Ebeveyn tükenmişliğinin yorgunluk ve çaresizlik boyutlarının, koherens duygusu ve kişisel dayanıklılık gibi içsel kaynaklarla anlamlı biçimde ilişkilendiği ve sosyo-demografik değişkenlerin her zaman açıklayıcı olmadığı saptanmıştır (Kwiatkowski ve Sekulowicz, 2017). Beyin felçli çocuk annelerinde tükenmişliğin en güçlü yordayıcıları arasında ebeveynlik stresinin yer aldığı ve başa çıkma davranışlarının belirleyici olabildiği çoklu regresyon bulgularıyla gösterilmiştir (Seo vd., 2017). Otizmlili çocuk annelerinde kişilik özellikleri, aile işlevselliği ve bakım güçlüklerinin birlikte ele alındığında tükenmişliği açıklayabildiği; tükenmişliğin aile sistemiyle karşılıklı ilişkilenebildiği yol analizi bulgularıyla ortaya konmuştur (Sekulowicz vd., 2022). Ekolojik bir çerçevede öz-damgalanma, aile dayanıklılığı ve bakım gereksinimlerinin üçlü etkileşiminin tükenmişliği belirleyebildiği; dolayısıyla müdahalelerin tek düzeyli değil çok katmanlı tasarlanması gerektiği ileri sürülmüştür (Tang vd., 2025). Tedavi yönetimi yükü ve duygusal emeğin artmasıyla ebeveyn tükenmişliği arasındaki pozitif ilişki, bakımın “sadece fiziksel emek” olmadığına işaret eden pilot verilerle desteklenmiştir (Findling vd., 2023). Ayrıca hizmetlere erişimde maliyet ve sigorta yetersizliği gibi engellerin yaygın olduğu ve özellikle duygusal-davranışsal güçlük yaşayan çocukların ailelerinde bu engellerin daha sık görülebildiği, politika düzeyi sorun alanlarına işaret etmektedir (Graaf vd., 2022). Özel gereksinimli çocuk sahibi annelerde bakım yükü ve tükenmişlik düzeylerinin çoğunlukla orta-yüksek aralıkta seyrettiği ve bu seyrin sosyal destek, aile işleyişi, damgalanma, hizmetlere erişim ve dayanıklılık gibi değişkenlerle birlikte şekillendiği anlaşılmaktadır (Güler vd., 2022). Bununla birlikte Türkiye bağlamında, toplumsal cinsiyet algıları ile bakım yükü ve tükenmişlik arasındaki ilişkilerin aynı model içinde, çok değişkenli biçimde ve bütüncül bir çerçevede sınırlı çalışmaları sınırlı kaldığı görülmektedir (Bozkur vd., 2022). Mevcut çalışmaların bir bölümünde toplumsal cinsiyet teması nitel bulgularla güçlü biçimde görünmekte; ancak bu tema çoğu kez nicel modellerde bağımsız bir değişken olarak sistematik biçimde ölçülmemektedir. Diğer bir deyişle bakım yükü ve tükenmişliği açıklayan yapısal süreçler belirginleşmiş olsa da bu süreçlerin toplumsal cinsiyet algılarıyla nasıl eklemlendiği yeterince netleşmemektedir. Bu çerçevede araştırma problemi, özel gereksinimli çocuğa sahip annelerde toplumsal cinsiyet algılarının bakım yükünü hangi düzeyde yordadığı ve bakım yükünün tükenmişliği hangi mekanizmalar üzerinden artırdığı sorularında somutlaşmaktadır (Öztürk ve Alemdar, 2023). Problem alanı, özellikle bakımın cinsiyete göre iş bölümü içinde anne üzerinde yoğunlaşması ve bunun tükenmişlik duygusunu beslemesi bağlamında sınırlandırılmaktadır.

Bu nedenle, bakım yükü ve tükenmişlik ilişkisini yalnızca bireysel değişkenlerle değil; toplumsal cinsiyet algılarının oluşturduğu bilişsel-kültürel çerçeveye birlikte ele alan bütüncül bir analize ihtiyaç duyulmaktadır. Böyle bir analiz, hem annelerin psikososyal iyilik hâlinin açıklanmasını güçlendirecek hem de hizmetlere erişim, sosyal destek ve aile içi rol paylaşımına yönelik müdahale programlarının hedeflerini daha isabetli biçimde tanımlayabilecektir.

Yöntem

Model

Bu araştırma, nicel araştırma yaklaşımı kapsamında ve ilişkisel tarama deseni temel

alınarak yürütülmüştür. Araştırmada, özel gereksinimli çocuğa sahip annelerin toplumsal cinsiyet algıları, bakım yükleri ve tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkilerin ortaya konulması amaçlanmıştır.

Bu doğrultuda araştırmanın hipotezleri şu şekildedir;

H₁: Özel gereksinimli çocuğa sahip annelerin toplumsal cinsiyet algıları, algıladıkları bakım yükünü anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H₂: Özel gereksinimli çocuğa sahip annelerin algıladıkları bakım yükü, tükenmişlik düzeylerini anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H₃: Özel gereksinimli çocuğa sahip annelerin tükenmişlik düzeyleri, yaşam kaliteleri ile anlamlı bir ilişki göstermektedir.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, Çekmeköy Belediyesi Engelsiz Yaşam Merkezi'nden hizmet alan özel gereksinimli çocuk sahibi anneler oluşturmaktadır. Örneklem ise merkeze devam eden, katılmayı gönüllü olarak kabul eden ve dahil edilme ölçütlerini karşılayan 150 anne ile sınırlandırılmıştır. Katılımcılar araştırma hakkında bilgilendirilmiş, aydınlatılmış onam alınmış ve uygulamalar yüz yüze, dikkat dağıtıcı unsurlardan arındırılmış uygun bir ortamda gerçekleştirilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Veriler dört araçla toplanmıştır;

Kişisel Bilgi Formu araştırmacı tarafından hazırlanmış; annelerin yaş, eğitim, çalışma durumu, çocuk sayısı, çocuğun tanı süresi ve bakım desteği gibi sosyodemografik ve bakım bağlamı değişkenlerini kapsayacak şekilde düzenlenmiştir.

Bakım yükünü ölçmek amacıyla kullanılan Zarit ve diğerleri (1980) tarafından geliştirilmiş Zarit Bakıcı Yük Ölçeği, 22 maddeden oluşan 5'li Likert tipinde bir araçtır; yüksek puanların daha yüksek bakım yükünü yansıttığı kabul edilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Özlü ve diğerleri (2009) tarafından yapılmış, geçerlik ve güvenirlik bulguları doğrultusunda araştırma kapsamında uygun bir ölçüm sağladığı kabul edilmiştir.

Toplumsal cinsiyet rolleri ve bu rollere ilişkin tutumları belirlemek için Altınova ve Duyan (2013) tarafından geliştirilmiş Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeği, 25 maddelik 5'li Likert yapıdadır; tek boyutlu yapısı ve yüksek iç tutarlılığıyla toplumsal cinsiyet normlarına ilişkin eğilimleri nicel olarak değerlendirmeye elverişli bir araç olarak ele alınmıştır.

Tükenmişliği değerlendirmek amacıyla Maslach ve Jackson, (1986) tarafından geliştirilen Maslach Tükenmişlik Ölçeği kullanılmış; ölçek duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı alt boyutları üzerinden değerlendirilmiştir. Ölçeğin Türkçe geçerlik-güvenirlik çalışmaları Ergin (1992) tarafından yapılmış olup doğrultusunda kullanılabilir olduğu kabul edilmiş; özel gereksinimli çocuk sahibi anneler örnekleminde kullanıma uygunluğu nedeniyle literatürde yer alan uygulama biçimi esas alınmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi SPSS 24.0 ile gerçekleştirilmiştir. Analiz öncesinde veri seti eksik veri, uç değer ve normallik varsayımları açısından kontrol edilmiştir; normallik değerlendirmesinde Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri ile birlikte çarpıklık ve basıklık katsayıları dikkate alınmıştır. Tanımlayıcı istatistikler, frekans-yüzde dağılımları ile ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerler üzerinden raporlanmıştır. Değişkenler arası ilişkilerin incelenmesinde dağılıma bağlı olarak Pearson momentler çarpımı korelasyonu veya Spearman

rho korelasyonu uygulanmıştır. Değişkenler arası etkilerin anlaşılması için de regresyon testi uygulanmıştır.

Bulgular

Araştırmaya katılan annelerin kişisel özelliklerini ve çocuklarına dair tanımlayıcı bilgiler gibi temel özellikler Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Annelerin Demografik Özelliklerine İlişkin Dağılımlar

Değişkenler	Kategoriler	n	%
Anne Yaşı	25-35 Yaş	69	46,0
	36-45 Yaş	66	44,0
	46 Yaş ve Üzeri	15	10,0
Tanı Alma Dönemi	0-2 Yaş	72	48,0
	3-5 Yaş	53	35,3
	6-8 Yaş	21	14,0
	9 Yaş ve sonrası	4	2,7
Medeni Durum	Bekar	3	2,0
	Evli	141	94,0
	Dul	6	4,0
Çocuk Sayısı	Bir	40	26,7
	İki	70	46,7
	Üç	28	18,7
	Dört	8	5,3
	Beş ve üzeri	4	2,7
Ek Bakım Yüğü	Evet	12	8,0
	Hayır	137	91,3
	Diğer/Belirtilmemiş	1	0,7
Çalışma Durumu	Evet	123	82,0
	Hayır	27	18,0
Çalışma Yılı	1 yıldan az	2	1,3
	1-5 yıl	17	11,3
	5-10 yıl	54	36,0
	11 yıl ve üzeri	51	34,0
	Belirtmeyen	26	17,4
Aylık Gelir	Düşük	39	26,0
	Orta	101	67,3
	Yüksek	9	6,0
	Belirtilmemiş	1	0,7
Engel Türü	Otizm	33	22,0
	Down Sendromu	16	10,7
	Serebral Palsi	14	9,3
	Dil Konuşma Bozukluğu	32	21,3
	Özel Öğrenme Güçlüğü	22	14,7
	Diğer	33	22,0
Çocuğun Cinsiyeti	Kız	57	38,0
	Erkek	93	62,0
Çocuğun Yaşı	0-3 yaş	33	22,0
	4-7 yaş	62	41,3
	8-13 yaş	46	30,7
	14 yaş ve üzeri	9	6,0
Zaman Ayıramama	Hiçbir zaman	12	8,0
	Nadiren	21	14,0
	Bazen	48	32,0

	Oldukça sık	47	31,3
	Her zaman	22	14,7
Ömür Boyu Bağımlılık	Hiçbir zaman	38	25,3
	Nadiren	22	14,7
	Bazen	34	22,7
	Oldukça sık	34	22,7
	Her zaman	22	14,7
Baba Desteği	Hiçbir zaman	15	10,0
	Nadiren	34	22,7
	Bazen	44	29,3
	Oldukça sık	28	18,7
	Her zaman	29	19,3
İzolasyon Korkusu	Hiçbir zaman	59	39,3
	Nadiren	32	21,3
	Bazen	31	20,7
	Oldukça sık	24	16,0
	Her zaman	4	2,7
Ruhen Yorgunluk	Hiçbir zaman	12	8,0
	Nadiren	20	13,3
	Bazen	39	26,0
	Oldukça sık	39	26,0
	Her zaman	40	26,7
Bilgi Kazanımı	Nadiren	2	1,3
	Bazen	20	13,3
	Oldukça sık	71	47,3
	Her zaman	57	38,0
Soğukkanlılık	Hiçbir zaman	4	2,7
	Nadiren	23	15,3
	Bazen	44	29,3
	Oldukça sık	61	40,7
	Her zaman	18	12,0
Sosyalleşme	Hiçbir zaman	24	16,0
	Nadiren	27	18,0
	Bazen	42	28,0
	Oldukça sık	40	26,7
	Her zaman	17	11,3
Sert Yaklaşım	Hiçbir zaman	28	18,7
	Nadiren	47	31,3
	Bazen	48	32,0
	Oldukça sık	22	14,7
	Her zaman	5	3,3
Bakım Sorumluluğu	Tamamen katılmıyorum	25	16,7
	Katılmıyorum	20	13,3
	Kararsızım	6	4,0
	Katılıyorum	38	25,3
	Tamamen katılıyorum	61	40,7
Baba Finansal Soruml.	Tamamen katılmıyorum	66	44,0
	Katılmıyorum	76	50,7
	Kararsızım	5	3,3
	Katılıyorum	3	2,0
Baba Eşit Sorumluluk	Tamamen katılmıyorum	10	6,7
	Katılmıyorum	6	4,0
	Kararsızım	2	1,3

Hafta Sonu Etkinlik	Katılıyorum	61	40,7
	Tamamen katılıyorum	71	47,3
	Tamamen katılmıyorum	6	4,0
	Katılmıyorum	5	3,3
	Kararsızım	19	12,7
Bakım Yardımcısı	Katılıyorum	64	42,7
	Tamamen katılıyorum	56	37,3
	Tamamen katılmıyorum	31	20,7
	Katılmıyorum	47	31,3
	Kararsızım	13	8,7
	Katılıyorum	47	31,3
	Tamamen katılıyorum	11	7,3

Tablo 1’de sunulan bulgular birlikte değerlendirildiğinde, araştırmaya katılan annelerin büyük çoğunluğunun 25–45 yaş aralığında, evli ve çalışma yaşamına aktif biçimde katılan bireyler olduğu; buna karşın gelir düzeylerinin ağırlıklı olarak orta ve düşük seviyelerde yoğunlaştığı görülmektedir. Annelerin önemli bir bölümünün iki veya daha fazla çocuğa sahip olması ve bakım sürecinde ek bir yardımcıdan yoksun olduklarını belirtmeleri, bakım sorumluluğunun büyük ölçüde anne üzerinde yoğunlaştığını göstermektedir. Çocukların önemli bir kısmının erken yaşta tanı almış olması ve halen küçük yaş grubunda bulunmaları, bakım yükünün fiziksel ve zamansal açıdan yoğun bir dönemde sürdüğüne işaret etmektedir. Öznel değerlendirmelere ilişkin göstergelerde, annelerin önemli bir bölümünün kendilerine zaman ayıramama, ömür boyu bağımlılık kaygısı ve ruhsal yorgunluk yaşadıkları; buna eşlik eden sosyal izolasyon ve sınırlı sosyalleşme deneyimlerinin bu yükü artırdığı anlaşılmaktadır. Bununla birlikte, annelerin büyük bir kısmının süreç içerisinde bilgi ve problem çözme becerileri kazandığını ve soğukkanlılık geliştirdiğini ifade etmesi, bakım deneyiminin aynı zamanda güçlendirici yönler de barındırdığını göstermektedir. Eş desteğine ilişkin veriler ise babaların bakım ve duygusal destek düzeylerinin çoğunlukla yetersiz algılandığını ve bakım emeğinin cinsiyet temelli olarak annede yoğunlaştığını ortaya koymaktadır.

Güvenilirlik Analizi

Araştırmada kullanılan Zarit Bakıcı Yüğü, Toplumsal Cinsiyet Algısı ve Maslach Tükenmişlik ölçeklerinin, bu örneklem grubunda ne derece tutarlı ölçümler yaptığını belirlemek amacıyla Cronbach’s Alpha iç tutarlılık katsayıları hesaplanmıştır.

Tablo 2. Ölçek ve Alt Boyutların Cronbach’s Alpha Katsayıları

Ölçek ve Alt Boyutlar	Madde Sayısı	Cronbach’s Alpha (α)
Zarit Bakıcı Yüğü Ölçeği	22	,89
Toplumsal Cinsiyet Algısı Ölçeği	25	,84
Maslach Tükenmişlik Ölçeği (Toplam)	22	,81
Duygusal Tükenme	9	,86
Duyarsızlaşma	5	,74
Kişisel Başarı	8	,71

Sosyal bilimler alanında yapılan çalışmalarda güvenilirlik katsayılarının ,70 ve üzerinde olması demek ölçme aracının güvenilir olduğu kabul etmek için yeterli bir değer demektir. Tablo 2’de de görüldüğü üzere bu değerlerle birlikte araştırmada kullanılan tüm ölçekler ve alt boyutlar iyi derecede iç tutarlıdır.

Normallik Analizi

Yapılacak analizlerin seçimi için verilerin normal dağılıp dağılmadığı önemlidir. Bunun için değişkenlerin ortalama, standart sapma değerleri ile Çarpıklık ve Basıklık değerleri analiz edilmiştir.

Tablo 3. Ölçek Toplam Puanlarına İlişkin Normallik Testi Sonuçları

Ölçekler	X ⁻	SS	Çarpıklık	Basıklık
Bakım Yüğü	48,12	12,45	,421	-,155
Cinsiyet Algısı	82,40	15,10	-,552	,224
Tükenmişlik	62,35	11,20	,614	-,082

Tablo 3'teki verilere göre, ölçeklerden elde edilen çarpıklık ve basıklık katsayıları +1,5 ile -1,5 arasındadır. Buna göre verilerin normal dağılım varsayımını karşıladığı ifade edilir. Araştırmanın ilerleyen aşamalarında değişkenler arasındaki ilişkileri ve farkları incelemek için Pearson Korelasyon ve Regresyon parametrik testlerinin kullanılması gerekir.

Özel Gereksinimli Çocuk Sahibi Annelerin Toplumsal Cinsiyet Algısı, Bakım Yüğü ve Tükenmişlik ile Alt Boyutları Arasındaki İlişki

Araştırmanın değişkenleri arasındaki ilişkinin yönü ile şiddeti korelasyon analizi ile belirlenmiştir. Elde edilen katsayılar Tablo 4'tedir.

Tablo 4. Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Katsayıları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6
1. Cinsiyet Algısı	1					
2. Bakım Yüğü	-,103	1				
3. Tükenmişlik (Top.)	-,169*	,406**	1			
4. Duygusal Tükenme	-,135	,476**	,882**	1		
5. Duyarsızlaşma	-,144	,317**	,761**	,641**	1	
6. Kişisel Başarı	,110	-,067	-,597**	-,232**	-,171*	1

*p < ,05; **p < ,01

Tablo 4 incelendiğinde Bakım Yüğü ile Tükenmişlik arasında pozitif yönlü, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki vardır ($r = ,406$; $p < ,01$). Bu bulguya göre annelerin bakım yüğü arttıkça tükenmişlik hisleri de paralel olarak yükselir. Toplumsal Cinsiyet Algısı ile Tükenmişlik arasında zayıf düzeyde negatif bir ilişki ($r = -,169$; $p < ,05$) vardır. Bakım Yüğü ile Cinsiyet Algısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur ($p > ,05$).

Toplumsal Cinsiyet Algısının Bakım Yüğü Üzerindeki Etkisi

Yapılan analize göre toplumsal cinsiyet algısının bakım yüğü üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi yoktur ($R^2 = ,011$; $F = 1,574$; $p > ,05$).

Tablo 5. Toplumsal Cinsiyet Algısının Bakım Yüğü Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Analizi

Değişken	B	Standart Hata	β	t	p
Sabit	49,428	8,114		6,092	,000
Toplumsal Cinsiyet Algısı	-0,105	0,086	0,103	1,225	,212

$R = 0,103$; $R^2 = 0,011$; $F = 1,574$; $p > ,05$

Bu sonuca göre, annelerin cinsiyet rollerine dair algıları hissettikleri bakım yükünü belirleyen ana faktör değildir. Bu bulgu doğrultusunda H1 hipotezi reddedilmiştir.

Bakım Yükünün Tükenmişlik Üzerindeki Etkisi

Bakım yükünün tükenmişlik üzerindeki etkisi için regresyon analizi yapılmış olup Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6. Bakım Yükünün Tükenmişlik Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	B	Standart Hata	β	t	p
Sabit	39,030	2,858		13,655	,000
Bakım Yüğü	,372	,069	,406	5,407	,000
$R=,406$; $R^2=,165$; $F=29,242$; $p=,000$					

Tablo 5'e göre, bakım yükü tükenmişlik düzeyini anlamlı bir şekilde etkiler ($p<,001$). Bakım yükü, tükenmişlikteki toplam varyansın yaklaşık %16,5'ini ($R^2=,165$) açıklamıştır. Yani annelerin bakım yükündeki her 1 birimlik artış, tükenmişlik düzeylerinde ,372 birimlik bir artışa neden olur. Bu bulgu doğrultusunda H2 hipotezi kabul edilmiştir. Araştırmanın üçüncü hipotezi kapsamında, annelerin yaşadığı tükenmişlik düzeyinin onların genel yaşam kalitesini ve sosyal çevreleriyle olan ilişkilerini ne yönde etkilediği incelenmiştir. Bu amaçla, tükenmişlik puanları ile yaşam kalitesini temsil eden sosyal hayattan kopma, ruhen yorgun hissetme ve kendine zaman ayıramama gibi değişkenlerin toplamından oluşan yaşam üzerindeki olumsuz etki puanı arasındaki ilişki analiz edilmiştir.

Tükenmişlik Düzeyinin Yaşam Kalitesi Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Analizi

Tükenmişlik düzeyinin yaşam kalitesi üzerindeki etkisi için regresyon analizi yapılmış olup Tablo 7'de sunulmuştur.

Tablo 7. Tükenmişlik Düzeyinin Yaşam Kalitesi Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Analizi

Bağımsız Değişken	B	Standart Hata	β	t	p
Sabit	2,455	1,193		2,057	,041
Tükenmişlik Düzeyi	,095	,022	,338	4,365	,000
$R=,338$; $R^2=,114$; $F=19,061$; $p=,000$					

Tablo 7'de yer alan regresyon analizi sonuçlarına göre annelerin tükenmişlik düzeyleri, onların yaşamları üzerindeki olumsuz etkileri anlamlı bir şekilde yordamaktadır ($\beta=,338$; $p<,001$). Tükenmişlik, yaşam kalitesindeki bozulmanın yaklaşık %11,4'ünü tek başına açıklar. Bu bulguya göre annelerin tükenmişlik hissi arttıkça, kendilerine zaman ayıramama, sosyal çevreden uzaklaşma ve ruhen yorgun düşme gibi yaşam kalitesini düşüren durumlar daha yoğun yaşanır. Bu sonuçlara göre H3 hipotezi kabul edilmiştir.

Sonuç

Bu çalışmada, özel gereksinimli çocuğa sahip annelerin toplumsal cinsiyet algıları, bakım yükleri ve tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkiler nicel yöntemle incelenmiş; elde edilen bulgular doğrultusunda çeşitli sonuçlara ulaşılmıştır. Analizler, annelerin algıladıkları bakım yükü

ile tükenmişlik düzeyleri arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunduğunu göstermiştir. Bakım yükündeki artışın, annelerin tükenmişlik düzeylerinde belirgin bir yükselişle ilişkili olduğu saptanmıştır. Regresyon analizleri, bakım yükünün tükenmişliği anlamlı biçimde yordadığını ve tükenmişlikte gözlenen varyansın kayda değer bir bölümünü açıkladığını ortaya koymaktadır. Bu bulgu, bakım sürecinin sürekliliği ve yoğunluğunun annelerin fiziksel ve duygusal kaynaklarını zorlayarak tükenmişlik riskini artırdığını düşündürmektedir.

Araştırmada, toplumsal cinsiyet algısının bakım yükü üzerinde doğrudan ve anlamlı bir etkisinin bulunmadığı belirlenmiştir. Annelerin cinsiyet rollerine ilişkin algılarının daha eşitlikçi ya da geleneksel yönde olmasının, hissettikleri bakım yükünü doğrudan belirlemediği görülmüştür. Bu durum, bakım yükünün daha çok çocuğun engel türü ve şiddeti, bakım gereksinimlerinin sürekliliği, ekonomik koşullar ve hizmetlere erişim gibi nesnel ve yapısal etmenlerle ilişkili olabileceğine işaret etmektedir. Bu çerçevede, toplumsal cinsiyet algısının bakım yükünü açıklayan temel bir değişken olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte, toplumsal cinsiyet algısı ile tükenmişlik düzeyi arasında zayıf ancak anlamlı bir ilişki saptanmış; daha eşitlikçi algılara sahip annelerde tükenmişlik düzeylerinin görece daha düşük olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu, toplumsal cinsiyet algısının bakım yükünü doğrudan etkilemese de, annelerin bakım sürecini yorumlama biçimleri, destek arama eğilimleri ve psikolojik başa çıkma kaynakları aracılığıyla tükenmişlik üzerinde dolaylı bir etki oluşturabileceğini düşündürmektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde, toplumsal cinsiyet algısının bakım yükü üzerinde doğrudan bir etkisi bulunmamakla birlikte, tükenmişlik gibi psikolojik sonuçlar üzerinde düzenleyici ve dolaylı bir role sahip olabildiği anlaşılmaktadır. Bu bulgular, özel gereksinimli çocuk annelerine yönelik destekleyici müdahalelerin yalnızca bakım yükünü azaltmaya odaklanmasının yeterli olmadığını; aynı zamanda tükenmişliği önlemeye, psikososyal kaynakları güçlendirmeye ve annelerin sosyal yaşama katılımını desteklemeye yönelik bütüncül ve çok boyutlu yaklaşımların geliştirilmesi gerektiğini göstermektedir.

Kaynakça

1. Açar, F. (2018). *Otistik çocuk sahibi annelerde psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi.
2. Açık Turguter, E. (2025). Özel gereksinimli çocuk anneleri: Muğla-Menteşe örneği. *Dokuz Eylül Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 12(1), 320-346. <https://doi.org/10.69878/deuefad.1587636>
3. Alahan, N. A., Aylaz, R., ve Yetiş, G. (2015). Kronik hastalığı olan çocuğa sahip ebeveynlerin bakım verme yükü. *Annals of Health Sciences Research*, 4(2), 1-5. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/2017067>
4. Bozkur, B., Güler, M., ve Kandeger, A. (2022). The mediating role of maternal resilience in the relationship between internalized sexism and couple burnout in mothers of children with disabilities. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 44(4), 680-693. <https://doi.org/10.1007/s10447-022-09480-2>
5. Ergin C. (1992), *Doktor ve Hemşirelerde Tükenmişlik ve Maslach Tükenmişlik Ölçeğinin Uyarlanması*, VII. Ulusal Psikoloji Kongresi, Ankara.
6. Ersoy, A. F., ve Buluş, S. (2019). Engelli çocuğu olan annelerde tükenmişlik: Nitel bir çalışma. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 23(3), 764-781. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/907883>
7. Findling, Y., Itzhaki, M., ve Barnoy, S. (2024). Parental burnout-A model of risk factors

- and protective resources among mothers of children with/without special needs. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 14(11), 2883-2900. <https://doi.org/10.3390/ejihpe14110189>
8. Graaf, G., Baiden, P., Keyes, L., ve Boyd, G. (2022). Barriers to mental health services for parents and siblings of children with special health care needs. *Journal of Child and Family Studies*, 31(3), 881-895. <https://doi.org/10.1007/s10826-022-02228-x>
 9. Gülbetekin, E., Özdemir, F. K., ve Asut, G. (2024). The mediator role of parenting stress in the effect of stigmatization on burnout in parents of children with autism: A structural equality model. *Journal of Pediatric Nursing*, 78, e323-e329. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2024.07.021>
 10. 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. <https://doi.org/10.51460/baebd.1032785>
 11. İnalı, Ç. (2012). *Zihinsel ve/veya bedensel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin yaşam kalitesi ile tükenmişlik düzeylerine anneye verilen eğitimin ve danışmanlığın etkisi* (Yüksek lisans tezi). Harran Üniversitesi.
 12. Kahriman, İ., Polat, S., ve Gürol, A. (2019). Determination of perceived social support and burnout levels of mothers of children with intellectual disability. *Journal of Pediatric Research*, 6(4), 266-279. <https://doi.org/10.4274/jpr.galenos.2019.86648>
 13. Kaji, N., Ando, S., Nishida, A., Yamasaki, S., Kuwabara, H., Kanehara, A., ... Kasai, K. (2021). Children with special health care needs and mothers' anxiety/depression: Findings from the Tokyo Teen Cohort study. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 75(12), 394-400. <https://doi.org/10.1111/pcn.13301>
 14. Kwiatkowski, P., ve Sekulowicz, M. (2017). Examining the relationship of individual resources and burnout in mothers of children with disabilities. *International Journal of Special Education*, 32(4), 823-841.
 15. Özlü, A., Yıldız, M., ve Aker, T. (2009). *Zarit Bakıcı Yük Ölçeğinin Şizofreni Hasta Yakınlarında Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması*. Nöropsikiyatri Arşivi.
 16. Öztürk, M., ve Alemdar, D. K. (2023). The care burden of mothers of children with disability: Association between family quality of life and fatigue. *Journal of Pediatric Nursing*, 73, e418-e425. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2023.10.010>
 17. Sekulowicz, M., Kwiatkowski, P., Manor-Binyamini, I., Boron-Krupinska, K., ve Cieřlik, 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>
 18. Sevgi, G., ve Ayran, G. (2024). Investigating the caregiving burden and stress of mothers with children with special needs. *Journal of Pediatric Nursing*, 77, e538-e545. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2024.05.020>
 19. Tang, C. S.-K., Yu, I. C.-Y., Ng, K.-H., ve Kwok, H. S.-H. (2025). An ecological approach to caregiver burnout: Interplay of self-stigma, family resilience, and caregiver needs among mothers of children with special needs. *Frontiers in Psychology*, 16, 1518136. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1518136>
 20. Yarımdağ, E., ve Erciyes, J. C. (2021). Engelli çocuğu olan ebeveynlerin sorunları ve kaygılarının toplumsal cinsiyet rolleri bağlamında incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (9), 347-373. <https://doi.org/10.21733/ibad.843293>

The Relationship Between Gender Perceptions, Care Burden, and Burnout Levels Among Mothers of Children with Special Needs

Research Article

Sema Öcal

Üsküdar Üniversitesi,
Çocuk Gelişimi Anabilim Dalı,
Yüksek Lisans Öğrencisi

Dr. Öğr. Üyesi Pınar Demir Asma

Üsküdar Üniversitesi,
Çocuk Gelişimi Anabilim Dalı,
pinar.demirasma@uskudar.edu.tr
ORCID: 0000-0002-3590-446X

DOI: 10.5281/zenodo.18364982

ABSTRACT

This study investigated the relationships between gender perception, caregiver burden, and burnout variables among 150 mothers of children with special needs receiving services from the Çekmeköy Municipality Barrier-Free Life Center, utilizing a quantitative relational survey design. Data were collected through a Personal Information Form, the Zarit Burden Interview, the Gender Perception Scale, and the Maslach Burnout Inventory. Since the assumption of normality was met based on skewness and kurtosis values, Pearson correlation and linear regression analyses were conducted. The findings indicated a moderate, positive, and significant correlation between caregiver burden and burnout; furthermore, it was determined that caregiver burden significantly predicted burnout levels. Accordingly, an increase in caregiving burden is associated with a concomitant increase in burnout. While the effect of gender perception on caregiver burden was found to be non-significant, a weak and negative significant correlation was identified between gender perception and burnout. Additionally, burnout levels were found to significantly predict negative impact scores representing quality of life. In conclusion, the study demonstrates that caregiver burden is one of the most powerful predictors of burnout in mothers. Although gender perception does not directly explain caregiving burden, it remains correlated with burnout. Therefore, interventions should be planned within a holistic framework that focuses not only on reducing caregiving burden but also on preventing burnout, strengthening psychosocial resources, and supporting participation in social life.

Keywords: Child with Special Needs, Caregiver Burden, Parental Burnout, Gender Perception.