T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

AİLE EĞİTİMİ VE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI
AİLE EĞİTİMİ VE DANIŞMANLIĞI PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÇOCUĞA SAHİP EBEVEYNLERİN YAŞAM DOYUMLARININ ÖZ ANLAYIŞ VE PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK DÜZEYLERİ AÇISINDAN İNCELENMESİ

GÖKÇEN BOZDEMİR

İzmir
2023

DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

AİLE EĞİTİMİ VE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI

AİLE EĞİTİMİ VE DANIŞMANLIĞI PROGRAMI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÇOCUĞA SAHİP EBEVEYNLERİN YAŞAM DOYUMLARININ ÖZ ANLAYIŞ VE PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK DÜZEYLERİ AÇISINDAN İNCELENMESİ

GÖKÇEN BOZDEMİR

Doç.Dr. NALAN KAHVECİ

İzmir

2023

ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum "Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumlarının Öz Anlayış Ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Açısından İncelenmesi" adlı çalışmanın içerdiği fikri izinsiz başka bir yerden almadığımı; çalışmamın hazırlık, veri toplama, analiz ve bilgilerin sunumu olmak üzere tüm aşamalarında ve bölümlerinin yazımında bilimsel etik ilke ve kurallara uygun davrandığımı, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada kullanılan her türlü kaynağa eksiksiz atıf yaptığımı ve bu kaynaklara kaynakçada yer verdiğimi, ayrıca bu çalışmanın Dokuz Eylül Üniversitesi tarafından kullanılan bilimsel intihal tespit programıyla tarandığını ve *intihal içermediğini* beyan ederim. Herhangi bir zamanda aksinin ortaya çıkması durumunda her türlü yasal sonuca razı olduğumu bildiririm.

05/01/2023

Gökçen BOZDEMİR

DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS/DOKTORA TEZ ÇALIŞMASI ORİJİNALLİK RAPORU

Tarih: 13/01/2023

Tez Başlığı:

Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumlarının Öz Anlayış ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Açısından İncelenmesi

Yukarıda başlığı belirtilen tez çalışmamın a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam **118** sayfalık kısmına ilişkin, **10/01/2023** tarihinde **tez danışmanım tarafından** Dokuz Eylül Üniversitesi Kütüphane ve Dokümantasyon Daire Başkanlığı'nın sağladığı İntihal Tespit Programından (**Turnitin**-Tez İntihal Analiz Programı) aşağıda belirtilen **filtreleme tiplerinden biri** (uygun olanı işaretleyiniz) uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin **benzerlik oranı %11' dir.**

- http://www.kutuphane.deu.edu.tr/tr/turnitin-tez-intihal-analiz-programi/ adresindeki Tez İntihal Analiz Programı Kullanım Kılavuzunu okudum **X**

Filtreleme Tipi 1(Maksimum %15) □ **Filtreleme Tipi 2(Maksimum %30)** x

□ Kabul/Onay ve Bildirim sayfaları hariç, □ Kaynakça hariç, □ Alıntılar dâhil, □ Altı (6) kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç.	x Kabul/Onay ve Bildirim sayfaları hariç, x Kaynakça dâhil, x Alıntılar dâhil.
EK 1- İntihal Tespit Programı Raporu İLK SAYFA Çıktısı. x **EK 2- İntihal Tespit Programı Raporu (Tümü) Cd İçinde.** □	

Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Uygulama Esasları'nı inceledim ve yukarıda belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmasının herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Gereğini saygılarımla arz ederim.

Adı Soyadı : Gökçen BOZDEMİR
Öğrenci No : 2020950200
Anabilim Dalı : Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Anabilim Dalı
Programı : Aile Eğitimi ve Danışmanlığı
Statüsü : Yüksek Lisans x Doktora □

ÖĞRENCİ

Gökçen BOZDEMİR
13/01/2023

DANIŞMAN

Doç.Dr. Nalan KAHVECİ
13/01/2023

Açıklamalar

1: Bu formu teslim etmeden önce sizden istenen bilgileri uygun kutucuğu (□) işaretleyerek doldurunuz.

Kullanıcı şifre vb. konusunda sorun yaşanması durumunda Üniversitemiz Merkez Kütüphanesinde bulunan Turnitin yetkilisine (Ali Taş Tel: [redacted] /eya [redacted] başvurunuz.

2: Yüksek Lisans/Doktora Tez Çalışması Orijinallik Raporu" formu tezin ciltlenmiş ve elektronik nüshalarının içerisinde ekler kısmında yer alır.

3: Tez savunmasında düzeltme alınması durumunda bu form güncellenerek yeniden hazırlanır.

4: **Turnitin**-Tez İntihal Analiz Programına yükleme yapılırken Dosya Başlığı (document title) olarak **tez başlığının tamamı**, Yazar Adı (author's first name) olarak **öğrencinin adı**, Yazar Soyadı (author's last name) olarak **öğrencinin soyadı** bilgisini yazınız.

TEŞEKKÜR

Çalışma hayatıma özel gereksinimli çocukların öğrenim gördüğü, hayata hazırlandığı bir özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi ile başladım. Özel gereksinimli çocukların ve onların ailelerinin hayatlarına dokunmak bana çok şey kattı. Çalışmam ile bu değerli çocukların ailelerinin öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin yaşam doyumlarına etkisi konusunda daha ayrıntılı bilgi edinip literatüre kazandırmaktan mutluluk duyarım.

Tez çalışmamın ortaya çıkmasında ve yürütülmesinde bilgi ve birikimini benimle paylaşan hoşgörülü ve destekleyici yaklaşımıyla bana zamanını ayıran danışmanım ve değerli hocam Doç.Dr. Nalan KAHVECİ'ye ve Dokuz Eylül Üniversitesi Aile Danışmanlığı Anabilim Dalı'nın değerli öğretmenlerine,

Hayatımın her anında yanımda olan, sonsuz sevgileriyle beni büyüten, en büyük destekçilerim annem Nurhan BİRCAN ve babam Ahmet BİRCAN'a, uzman olmamın mutluluğunu benimle paylaşan canım kardeşim Nur Sinem BİRCAN'a,

Gösterdiği ilgi ve yardım ile en yorucu günlerimde yanımda olan, tüm zorluklara karşı sabırla bana güç vererek yoluma devam etmem için beni motive eden sevgili eşim Tolga Can BOZDEMİR'e,

Katılımcılara ulaşmamda aracılık eden özel eğitime gönül vermiş öğretmen, eğitimci ve tez çalışmamın bir sonuca varmasına katkı sağlayan tüm katılımcılara teşekkür ediyorum.

Gökçen BOZDEMİR

İÇİNDEKİLER

ÖZET xiii

ABSTRACT xv

BÖLÜM I 1

GİRİŞ 1

1.1. Problem Durumu 1

1.2. Amaç ve Önem 3

1.3. Problem Cümlesi / Alt Problem Cümleleri 4

1.4. Sınırlılıklar 4

1.5. Varsayımlar 5

1.6. Tanımlar 5

BÖLÜM II 6

KURAMSAL ÇERÇEVE / KAVRAMSAL ÇERÇEVE / İLGİLİ ARAŞTIRMALAR 6

2.1. Engellilik Tanımı 6

2.1.1. Engellilik Nedenleri 6

2.1.1.1. Doğum Öncesi Nedenler 7

2.1.1.2. Doğum Sırasında Meydana Gelen Nedenler 7

2.1.1.3. Doğum Sonrasındaki Nedenler 7

2.1.2. Engellilik Türleri 7

2.1.2.1. Dil ve Konuşma Güçlüğü 7

2.1.2.2. Görme Engeli 8

2.1.2.3. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu(DEHB) 8

2.1.2.4. Duygusal ve Davranışsal Bozukluk 8

2.1.2.5. Ortopedik Yetersizlik 8

2.1.2.6. İşitme Engeli 9
2.1.2.7. Otizm Spektrum Bozukluğu 9
2.1.2.8. Özel Öğrenme Güçlüğü 9
2.1.2.9. Özel Yetenekli Birey 10
2.1.2.10. Süreğen Hastalıklar 10
2.1.2.11. Epilepsi 10
2.1.2.12. Mikrosefali 10
2.1.2.13. Genetik Hastalıklar 11
2.1.2.14. Zihinsel Yetersizlik 11
2.1.2.15. Serebral Palsi 11
2.2. Anne-Baba Olmak 11
2.2.1. Ebeveynlerin Tepkilerini Açıklayan Modeller 13
2.2.1.1. Travma Sonrası Gelişim Modeli 13
2.2.2. Ailelerin Yaşadığı Güçlükler 14
2.2.2.1. Psikolojik Güçlükler 14
2.2.2.2. Sağlık Güçlükleri 15
2.2.2.3. Sosyal Güçlükler 15
2.2.2.4. Ailesel Güçlükler 16
2.2.2.5. Ekonomik Güçlükler 17
2.2.2.6. Eğitim Güçlükleri 18
2.2.3. Ailelerin Gereksinimleri 19
2.2.3.1. Bilgi ve Eğitim Gereksinimi 19
2.2.3.2. Duygusal Destek Gereksinimi 19
2.2.3.3. Maddi Gereksinimler 20
2.2.3.4. Sosyal Gereksinim 21
2.2.3.5. Bakım Gereksinimi 21

2.2.3.6. Aile İşlevlerine İlişkin Gereksinimler 22
2.3. Yaşam Doyumu 22
2.3.1. Yaşam Doyumu Kavramı Tanımı ve Önemi 22
2.3.2. Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler 23
2.3.3. Yaşam Doyumu Kuramları 25
2.3.3.1. Belli Bir Noktaya Erişme (Ereksel) Kuramı 25
2.3.3.2. Aktivite (Etkinlik) Kuramı 25
2.3.3.3. Yargı Kuramları 25
2.3.3.4. Tabandan Tavana Kuramları 26
2.3.3.5. Bağ Kuramları 26
2.3.4. Yaşam Doyumu ile İlgili Yapılan Araştırmalar 26
2.3.4.1. Yaşam Doyumu Hakkında Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar 26
2.3.4.2. Yaşam Doyumu Hakkında Yurtdışında Yapılan Araştırmalar 28
2.4. Öz Anlayış 28
2.4.1. Öz Anlayışın Alt Boyutları 29
2.4.1.1. Öz Şevkat(Self-Kindness) 30
2.4.1.2. Ortak Paydaşım / Ortak insanlık (Common Humanity) 30
2.4.1.3. Bilinçli Farkındalık (Mindfulness) 31
2.4.2. Öz Anlayış Kavramında Bireysel ve Grup Farklılıkları 31
2.4.2.1. Aile Faktörü 31
2.4.2.2. Cinsiyet Faktörü 32
2.4.2.3. Yaş Faktörü 32
2.4.2.4. Kültür Faktörü 33
2.4.3. Öz Anlayışı Geliştirmek için Kullanılan Teknikler 33
2.4.3.1. Fiziksel Öz Anlayış 34
2.4.3.2. Zihinsel Öz Anlayış 34

2.4.3.3. Duygusal Öz Anlayış 35
2.4.3.4. İlişkisel Öz Anlayış 35
2.4.3.5. Manevi Öz Anlayış 35
2.4.4. Öz Anlayış ile İlgili Yapılan Çalışmalar 36
2.4.4.1. Öz Anlayış Hakkında Yurtiçinde Yapılan Çalışmalar 36
2.4.4.2. Öz Anlayış Hakkında Yurtdışında Yapılan Çalışmalar 37
2.5. Psikolojik Dayanıklılık 38
2.5.1. Psikolojik Dayanıklılığı Etkileyen Faktörler 39
2.5.1.1. Risk Faktörleri 39
2.5.2.2. Koruyucu Faktörler 39
2.5.2. Psikolojik Dayanıklılığı Sağlam Bireylerin Özellikleri 40
2.5.3. Psikolojik Dayanıklılık ile İlgili Yapılan Araştırmalar 41
2.5.3.1. Psikolojik Dayanıklılık Hakkında Yurtiçinde Yapılan Çalışmalar 41
2.5.3.2. Psikolojik Dayanıklılık Hakkında Yurtdışında Yapılan Çalışmalar 42
BÖLÜM III 45
YÖNTEM 45
3.1. Araştırmanın Modeli / Deseni 45
3.2. Evren / Örneklem / Çalışma Grubu / Katılımcılar 45
3.3. Veri Toplama Süreci ve Araçları 48
3.3.1. Yaşam Doyumu Ölçeği 49
3.3.2. Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (YİDÖ) 49
3.3.3. Öz-Anlayış Ölçeği (ÖZAN) 50
3.4. Verilerin Analizi 50
3.5. Araştırmanın Geçerliği ve Güvenirliği 51
3.6. Araştırmacının Rolü 51
BÖLÜM IV 53

BULGULAR 53
4.1. Yaşam Doyumu Ölçeği, Öz Anlayış Ölçeği ve Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğine İlişkin Tanımlayıcı İstatistiklerin İncelenmesi 53
4.2. Yaşam Doyumu, Öz Anlayış ve Psikolojik Dayanıklılık Değişkenlerinin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi 53
4.2.1. Yaşam Doyumu Değişkeninin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi 54
4.2.2. Öz Anlayış Değişkeninin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi 59
4.2.3. Psikolojik Dayanıklılık Değişkeninin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi 64
4.3. Yaşam Doyumu, Öz Anlayış ve Psikolojik Dayanıklılık Değişkenleri Arasındaki Korelasyonel İlişkinin İncelenmesi 69
4.4. Yaşam Doyumu, Öz Anlayış ve Psikolojik Dayanıklılık Değişkenleri Arasındaki Yordayıcı İlişkinin İncelenmesi 70
BÖLÜM V 73
TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER 73
5.1. Tartışma 73
5.1.1. Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumu Değişkeninin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi 73
5.1.1.1. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin anne veya baba olma değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 74
5.1.1.2. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaş grubu değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 74
5.1.1.3. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çalışma durumu değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 75
5.1.1.4. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin eğitim düzeyi değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 75

5.1.1.5. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin birliktelik durumu değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 75

5.1.1.6. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuk sayısı değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 76

5.1.1.7. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının engel türü değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 76

5.1.1.8. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının cinsiyeti değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 77

5.1.1.9. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının yaş grubu değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 77

5.1.1.10. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin sosyal destek değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 78

5.1.1.11. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının özel eğitim alma süresi değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum..... 78

5.1.1.12. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin başka özel gereksinimli çocuğa sahip olması değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 79

5.1.2. Öz Anlayış Değişkeninin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi 79

5.1.2.1. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin anne veya baba olma değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 80

5.1.2.2. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaş değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum..... 80

5.1.2.3. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çalışma durumu değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 81

5.1.2.4. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin eğitim düzeyi değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 81

5.1.2.5. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin aile birliktelik değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 82

5.1.2.6. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuk sayısı değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 82

5.1.2.7. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının sahip olduğu engel türü değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 83

5.1.2.8. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının yaş grubu değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 84

5.1.2.9. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının cinsiyet değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 84

5.1.2.10. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin sosyal destek alma değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 84

5.1.2.11. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının özel eğitim alma süresi değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 85

5.1.2.12. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin başka özel gereksinimli çocuğa sahip olma değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 86

5.1.3. Psikolojik Dayanıklılık Değişkeninin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi 86

5.1.3.1. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin anne veya baba olma değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 86

5.1.3.2. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaş değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 87

5.1.3.3. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çalışma durumu değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 87

5.1.3.4. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin eğitim düzeyi değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 88

5.1.3.5. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin birliktelik durumu değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 88

5.1.3.6. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuk sayıları değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 89

5.1.3.7. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının engel türü değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 89

5.1.3.8. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuğun cinsiyeti değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 90

5.1.3.9. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuğun yaşı değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 91

5.1.3.10. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin sosyal destek alma değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 91

5.1.3.11. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının özel eğitim alma süresi değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 92

5.1.3.12. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin kaç özel gereksinimli çocuğa sahip olduğu değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum 92

5.1.4. Yaşam Doyumu, Öz Anlayış ve Psikolojik Dayanıklılık Değişkenleri Arasındaki Yordayıcı İlişkinin İncelenmesi 92

5.2. Sonuç ve Öneriler 95

KAYNAKÇA 100

EKLER 119

EK 1. ÖĞRENCİNİN AKADEMİK ÖZGEÇMİŞİ 119

EK 2. KİŞİSEL BİLGİ FORMU 120

EK 3. YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ 121

Ek 4. YETİŞKİNLER İÇİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ÖLÇEĞİ 122

EK 5. ÖZ-ANLAYIŞ ÖLÇEĞİ 124

EK 6. GÖNÜLLÜ KATILIMCI ONAM FORMU 129

EK 7. ETİK KURUL ONAY FORMU 130

EK 8. ÖLÇME ARAÇLARININ UYGULANMA İZİNLERİ 131

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Örneklemin Demografik Özelliklerinin Dağılımı 46
Tablo 2 Yaşam Doyumu Ölçeği, Öz Anlayış Ölçeği ve Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler 53
Tablo 3 Yaşam Doyumu Puanlarının Ebeveynlik Durumuna Göre T Testi Sonuçları 54
Tablo 4 Yaşam Doyumu Puanlarının Yaş Gruplarına Göre ANOVA Sonuçları 54
Tablo 5 Yaşam Doyumu Puanlarının Ebeveynlerin Çalışma Durumuna Göre T Testi Sonuçları 54
Tablo 6 Yaşam Doyumu Puanlarının Eğitim Düzeyine Göre ANOVA Sonuçları 55
Tablo 7 Yaşam Doyumu Puanlarının Ebeveynlerin Birliktelik Durumuna Göre T Testi Sonuçları 55
Tablo 8 Yaşam Doyumu Puanlarının Çocuk Sayısına Göre ANOVA Sonuçları..... 56
Tablo 9 Yaşam Doyumu Puanlarının Engel Türüne Göre ANOVA Sonuçları..... 56
Tablo 10 Yaşam Doyumu Puanlarının Çocuğun Cinsiyetine Göre T Testi Sonuçları..... 57
Tablo 11 Yaşam Doyumu Puanlarının Çocuğun Yaş Grubuna Göre ANOVA Sonuçları.... 57
Tablo 12 Yaşam Doyumu Puanlarının Sosyal Destek Alma Durumuna Göre T Testi Sonuçları 58
Tablo 13 Yaşam Doyumu Puanlarının Çocuğun Özel Alma Süresine Göre ANOVA Sonuçları 58
Tablo 14 Yaşam Doyumu Puanlarının Özel Çocuk Sayısına Göre T Testi Sonuçları 59
Tablo 15 Öz Anlayış Puanlarının Ebeveynlik Durumuna Göre T Testi Sonuçları 59
Tablo 16 Öz Anlayış Puanlarının Yaş Gruplarına Göre ANOVA Sonuçları 60
Tablo 17 Öz Anlayış Puanlarının Ebeveynlerin Çalışma Durumuna Göre T Testi Sonuçları 60
Tablo 18 Öz Anlayış Puanlarının Eğitim Düzeyine Göre ANOVA Sonuçları 60
Tablo 19 Öz Anlayış Puanlarının Ebeveynlerin Birliktelik Durumuna Göre T Testi Sonuçları 61
Tablo 20 Öz Anlayış Puanlarının Çocuk Sayısına Göre ANOVA Sonuçları..... 61
Tablo 21 Öz Anlayış Puanlarının Engel Türüne Göre ANOVA Sonuçları..... 62
Tablo 22 Öz Anlayış Puanlarının Çocuğun Cinsiyetine Göre T Testi Sonuçları 62
Tablo 23 Öz Anlayış Puanlarının Çocuğun Yaş Grubuna Göre ANOVA Sonuçları 63
Tablo 24 Öz Anlayış Puanlarının Sosyal Destek Alma Durumuna Göre T Testi Sonuçları. 63
Tablo 25 Öz Anlayış Puanlarının Çocuğun Özel Eğitim Alma Süresine Göre ANOVA Sonuçları 63

Tablo 26 Öz Anlayış Puanlarının Özel Çocuk Sayısına Göre T Testi Sonuçları 64
Tablo 27 Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Ebeveynlik Durumuna Göre T Testi Sonuçları 64
Tablo 28 Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Yaş Gruplarına Göre ANOVA Sonuçları 65
Tablo 29 Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Ebeveynlerin Çalışma Durumuna Göre T Testi Sonuçları 65
Tablo 30 Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Eğitim Düzeyine Göre ANOVA Sonuçları .. 65
Tablo 31 Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Ebeveynlerin Birliktelik Durumuna Göre T Testi Sonuçları 66
Tablo 32 Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Çocuk Sayısına Göre ANOVA Sonuçları 66
Tablo 33 Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Engel Türüne Göre ANOVA Sonuçları..... 67
Tablo 34 Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Çocuğun Cinsiyetine Göre T Testi Sonuçları67
Tablo 35 Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Çocuğun Yaş Grubuna Göre ANOVA Sonuçları 68
Tablo 36 Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Sosyal Destek Alma Durumuna Göre T Testi Sonuçları 68
Tablo 37 Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Çocuğun Özel Eğitim Alma Süresine Göre ANOVA Sonuçları..... 68
Tablo 38 Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Özel Çocuk Sayısına Göre T Testi Sonuçları69
Tablo 39 Yaşam Doyumu, Öz Anlayış ve Psikolojik Dayanıklılık Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları 70
Tablo 40 Psikolojik Dayanıklılığın Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları 70
Tablo 41 Öz Anlayışın Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları 71
Tablo 42 Öz Anlayışın Psikolojik Dayanıklılık Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları 71
Tablo 43 Yaşam Doyumunun Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları .. 72

ÖZET

ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÇOCUĞA SAHİP EBEVEYNLERİN YAŞAM DOYUMLARININ ÖZ ANLAYIŞ VE PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK DÜZEYLERİ AÇISINDAN İNCELENMESİ

Bu araştırmanın amacı özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin yaşam doyumuna etkisini incelemektir. Ayrıca ebeveynlerin yaşam doyumu, öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile çocuğun yaşı, cinsiyeti, engelli kardeşi olup olmadığı, engel türü, kaç yıldır özel eğitim aldığı ile anne babanın yaşı, çalışıp çalışmadığı, eğitim düzeyi, aile birlikteliği, sosyal desteğin varlığı gibi değişkenler açısından farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Bu doğrultuda araştırmanın evreni temsil etmesi için çalışma örneklemini Türkiye geneli 0-18 yaş özel gereksinimli çocuğa sahip anne ve babalar oluşturmaktadır. Araştırmanın çalışma grubunu özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde eğitim gören 0-18 yaş özel gereksinimli çocuğa sahip 373 gönüllü ebeveyn oluşturmakta olup bu katılımcılardan 307'si (%82,3) anne ve 66'sı (%17,7) baba katılımcıyı oluşturmaktadır.

Araştırma ilişkisel tarama modeli kullanılan nicel bir çalışmadır. Araştırmada ebeveynlerin yaşam doyum düzeyini belirlemek amacıyla Yaşam Doyum Ölçeği (Dağlı, Baysal, 2016), öz anlayış düzeylerini belirlemek için Öz Anlayış Ölçeği (Deniz, Şahin ve Sümer, 2008), psikolojik dayanıklılık düzeylerini belirlemek için Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (Basım, Çetin, 2011) veri toplama araçları kullanılmıştır. Ayrıca ailelerin eğitim durumu, çocuk sayısı, yaş, aile birlikteliği gibi sosyodemografik bilgilerini belirlemek için Kişisel Bilgi Formu kullanılmış ve bu değişkenlerin yaşam doyumu, öz anlayış, psikolojik dayanıklılık ile arasında anlamlı ilişki olup olmadığı incelenmiştir.

Araştırma sonucunda elde edilen verilerin analizinde SPSS v22.0 (Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programı) paket programından yararlanılmış, araştırmaya ait bulgular %95 güven aralığında ve %5 anlamlılık düzeyi göz önüne alınarak değerlendirilmiştir. Ayrıca tek yönlü varyans analizi (ANOVA), bağımsız gruplarda t testi, regresyon ve korelasyon analizi kullanılmıştır.

Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumu, öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık puanı incelendiğinde; ebeveynlerin yaşı, çalışma durumu, eğitim düzeyi, birliktelik durumu, sahip olduğu çocuk sayısı, çocuğun cinsiyeti, sahip olduğu özel gereksinimli çocuk sayısı değişkenlerine göre anlamlı farklılık görülmediği tespit edilmiştir.

Anne ya da baba olma değişkeninin ise yaşam doyumu ve öz anlayış düzeyini etkilemediği ancak psikolojik dayanıklılık düzeyi ile arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Çocuğun engel türü değişkeni değerlendirildiğinde ebeveynlerin yaşam doyumu ve öz anlayış puanları arasında anlamlı farklılık olduğu ancak psikolojik dayanıklılık düzeyinde anlamlı farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Çocuğun yaş grubu ile özel eğitim ve rehabilitasyondan yararlanma süresi değişkenlerine göre ebeveynlerin öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık puanının farklılaşmadığı sonucuna ulaşılırken yaşam doyum düzeyinin anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Ebeveynlerin sosyal destek alma değişkenine göre psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyum düzeyleri arasında anlamlı farklılık gözlenmezken öz anlayış düzeyinin sosyal destek almaya bağlı farklılık gösterdiği saptanmıştır.

Diğer önemli bulgu ise ebeveynlerin yaşam doyumu, öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeyi arasında pozitif yönde ve orta düzeyde bir ilişkinin olduğu, psikolojik dayanıklılık ve öz anlayışın yaşam doyumunu yordadığıdır.

Anahtar Kelimeler: Özel Gereksinim, Yaşam Doyumu, Öz Anlayış, Psikolojik Dayanıklılık.

ABSTRACT

INVESTIGATION OF SATISFACTION WITH LIFE OF THE PARENTS WHO HAVE CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS IN TERMS OF PSYCHOLOGICAL RESILIENCE, SELF-COMPASSION LEVELS

The aim of this study is to examine the effects of self-compassion and psychological resilience levels of parents with special needs children on life satisfaction. In addition, it was examined whether the parents' levels of life satisfaction, self-compassion and psychological resilience differed in terms of variables such as the child's age, gender, whether he has a disabled sibling, type of disability, how many years he or she has received special education, age of the parents, whether the parent works, education level, family unity and presence of social support. In order to represent the universe of the research, the study sample consists of parents who have children with special needs 0-18 years of age throughout Turkey. The study group of the research consists of 373 volunteer parents with special needs children aged 0-18 who are educated in a special education and rehabilitation center, 307 (82.3%) mothers and 66 (17.7%) fathers.

This research is a quantitative study using the relational screening model. Life Satisfaction Scale (Dağlı, Baysal, 2016) was used to determine the level of life satisfaction of parents. The Self-Compassion Scale (Deniz, Kesici, Sümer, 2008) was used to determine the levels of self-compassion of parents. The Psychological Resilience Scale for Adults (Basım, Çetin, 2011) was used to determine the levels of psychological resilience of parents. A Personal Information Form was used to determine the sociodemographic information of the families such as educational status, number of children, age, family unity. Then, it was examined whether there was a significant relationship between these variables with life satisfaction, self-compassion, and psychological resilience. SPSS v22.0 (Statistics Package Program for Social Sciences) package program was used in the analysis of the data obtained as a result of the research, and the findings of the research were evaluated at the 95% confidence interval and 5% significance level. In addition, one-way analysis of variance (ANOVA), independent groups t test, regression and correlation analysis were used.

When the life satisfaction, self-compassion and psychological resilience scores of parents with special needs children are examined; It has been determined that there is no significant difference according to the variables of parents' age, employment status, education level, family unity status, number of children they have, gender of their child, and the number

of children with special needs they have. It was observed that the variable of being a parent as a mother or father did not affect the level of life satisfaction and self-compassion, but there was a significant relationship with psychological resilience. According to the variable of the child's disability type, there was a significant difference between the parents' life satisfaction and self-compassion scores but psychological resilience scores did not differ significantly. It was concluded that the self-compassion and psychological resilience scores of the parents did not differ according to the age group of the child and the duration of benefiting from special education and rehabilitation but the level of life satisfaction of the parents differed significantly. While no significant difference was observed between the psychological resilience and life satisfaction levels of the parents according to the variable of receiving social support, it was determined that the level of self-compassion differed depending on the social support.

Other important findings are that there is a positive and moderate relationship between parents' life satisfaction, self-compassion and psychological resilience. In addition, it was determined that psychological resilience and self-compassion predicts life satisfaction.

Keywords: Special needs, Life satisfaction, Self-compassion, Psychological resilience.

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Aile; evlilik ile başlayıp kendisinden olan veya evlat edinme yoluyla edindiği çocuklar ile genişleyen, bireyi hayatı boyunca etkileyen biyolojik, sosyolojik ve psikolojik unsurları barındıran bir kurumdur(Eyce, 2014). İnsanlar başta evlenip aile sistemini kurmak daha sonra da çocuk sahibi olmak için planlar yaparlar. Annenin hamileliğinden itibaren ebeveynlerde normal gelişim gösteren bir çocuğa sahip olma beklentisi doğar(Metin, 2012; Eren, Doğan, 2020). Normal gelişim gösteren bir çocuğun dünyaya gelmesini kendini hazırlayan aile, özel gereksinimli bir çocuğa sahip olması ile beraber ebeveynlik yapmanın zorluğu ve bilinmezliği ile yüzleşmek zorunda kalır(Metin, 2012; Eren, Doğan, 2020). Ebeveynlerde kaygı ve üzüntüye yol açan özel gereksinimli bir çocuğa sahip olmak anne babaya düşen rol ve sorumlulukları arttıracağı gibi psikolojik açıdan da oldukça zorlayıcı bir süreç olacaktır.

Toplumumuzda çocuksuz ev olmayacağı ve çocuğun evlilik bağını kuvvetlendireceği algısı vardır(Yörükoğlu, 1997). Var olan bu algı engelli bir çocuğa sahip olan anne babanın çocuğa ilişkin ümit ve beklentilerinin alt üst olmasına, anne ve babanın birbirlerini suçlamalarına ve bu durumun kendi yetersizliklerinden kaynaklı olduğunu düşünmelerine sebep olur(Dilmaç vd., 2015). Ailenin üyesi olan çocuğun normal gelişim göstermemesi ve büyüdükçe gelişiminin yaşıtlarının gerisinde kaldığının anne ve baba tarafından fark edilmesi aile içi dengeyi bozabilmektedir(Kaytez ve ark., 2015). Oluşan bu duruma uyum sağlama ve dengeyi yeniden kurma sürecinde birçok etmenin etkili olduğu ortaya konmuştur. Çocuğun üzerinde büyük etkiye sahip ebeveynlerin; yaşam doyumları, öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri dengeyi yeniden kurma süreci için büyük öneme sahiptir.

Özel gereksinimli çocuğa sahip aileler için özel gereksinimli çocukların gelişimleri, bakımları, iletişimde kullanılan özel iletişim yöntemleri, yaşıtlarına göre gelişimsel yetersizlik kaynaklı bakım gereksinimi gibi çeşitli stres faktörleri ebeveynlerin ruh sağlığını büyük oranda etkilemekte ve ailede depresyon odağı oluşturabilmektedir(Cantez, İyidoğan, 1990; Avşaroğlu, Okutan, 2018). Engelli çocuğa sahip ailelerin çocuğun bakımı, tedavisi, eğitimi ve yetiştirilmesi konularında karşılaştıkları problemler yaşam doyumlarını olumsuz etkilemektedir(Misura, Memisevic, 2017).

İlk kez Neugarten (1961) tarafından ileri sürülen yaşam doyumu kavramı, kişinin hayattan beklentileri ve elde ettiklerine değer biçerek kendi yaşamına ilişkin öznel ve bilişsel

değerlendirmesidir(Yangın, Camadan, 2020). Yaşam doyumunun bileşenlerinden biri olan aile yaşantısında(Diener ,1984), pozitif duygunun negatif duyguya hakim olması bireyin öznel iyi olma hali için önem arz etmektedir. Yaşam doyumuna yönelik geliştirilen sosyal karşılaştırma teorisine(Fabian, 1990) göre kendilerini daha olumlu yargılayan ebeveynlerin yaşamdan aldıkları memnuniyet daha yüksektir(Kaner, 2004). Ebeveynlerin olumsuz duruma karşı pozitif tutum geliştirmesi yaşamdan aldıkları hazzı arttıracaktır(Altuğ Özsoy vd., 2006).

Kişinin yaşam doyumunu etkileyen önemli faktörlerden biri de öz anlayış düzeyidir. Öz anlayışlı anne baba tutumuna sahip ebeveynler, özel gereksinimli çocuk dünyaya getirmeleri ya da ilerleyen yaşlarda çocuklarının özel gereksinimli olduğunu öğrenmeleri sonucunda yaşadıkları acı ve başarısızlık durumundan sıyrılarak bu olayı yaşamın bir parçası olarak görebilme çabası gösterebilirler(Neff, 2003a). Başarısızlığı yargılamadan kabullenmeyi sağlayan öz anlayışın; psikolojik sağlığı geliştirdiği, negatif duyguları önlediği, benlik saygısını ve yaşam doyumunu arttırdığı ortaya konmuştur(Neff, 2003; Neff vd., 2005).

Ruh sağlığı üzerinde etkili olan diğer faktör psikolojik dayanıklılık olarak bilinen, stresli yaşam olayları ile karşılaştığında bireyin kendini toparlama gücü ve olumlu uyum sürecidir(Terzi, 2008). Psikolojik dayanıklılık düzeyinin düşük olması, sıkıntılı bir yaşam olayına maruz kalan yetişkinin ruh sağlığını olumsuz etkileyerek kişide çeşitli hastalıklara sebebiyet verebilir. Sıkıntılı yaşam olayına direnç göstererek kendini toparlamayı sağlayan davranış biçimi psikolojik dayanıklılık düzeyinin yüksek olduğuna işaret eder(Karaırmak,2006). Psikolojik dayanıklılık bireyin sosyal çevresinden etkilenebileceği gibi sosyal çevresini de etkileyen bir olgudur. Yakın sosyal çevreyi oluşturan aile, bireyin psikolojik dayanıklılığını etkiler ve psikolojik dayanıklılığından etkilenir. Psikolojik dayanıklılık sonradan da kazanılabilen bir beceri olduğu gibi aynı zamanda yitirilebilen bir beceridir(Bektaş, Özben, 2016).

Özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerin çocuklarının engelinin yaşamlarının bir parçası olduğunu kabul etmesinde psikolojik dayanıklılık ve öz anlayış düzeylerinin etkisi büyüktür. Psikolojik dayanıklılığın ve öz anlayışın varlığı iyi olma halini beraberinde getirerek kişinin yaşamını değerli bulmasını, bireyin yaşam doyumuna erişmesini sağlar.

Özel gereksinimli çocuğa sahip anne ve babaların yaşam doyumu, öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri birlikte ele alınarak aralarındaki ilişkinin var olup olmaması araştırmanın problemini oluşturmaktadır.

1.2. Amaç ve Önem

Bu araştırmada, özel gereksinimli çocuğa sahip anne ve babaların öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin yaşam doyumuna etkisi ve yaşam doyumları ile öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişki birlikte ele alınarak incelenmiştir. Literatür incelendiğinde yaşam doyumu, öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeylerini birlikte karşılaştırılmasına ve aralarındaki ilişkinin incelenmesine ilişkin bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu araştırmada Türkiye genelinde, farklı engel türlerine sahip 0-18 yaş çocuğu olan ebeveynlere ulaşmak hedeflenmiştir.

Özel gereksinimli çocuğa sahip olmanın anne babanın ruh sağlığı üzerinde büyük etkiye sahip olduğu bilinmektedir. Özellikle çocuğun bağımsız bir birey olmakta zorlanması, özel bir eğitime gereksiniminin olması, yeni beceriler öğrenme ve gelişen yeni durumlara uyum sağlama konusunda yaşadığı problemlerinin varlığı, ailenin sürekli gelecek kaygısı yaşamasına ve strese girmesine neden olmaktadır. Engelli bir çocuğa sahip olmak ebeveynlerin ruh sağlığını büyük oranda etkilemekte ve ailede depresyon odağı oluşturabilmektedir(Cantez, İyidoğan, 1990; Avşaroğlu, Okutan, 2018).

Engelli çocuğa sahip ailelerin çocuğun bakımı, tedavisi, eğitimi ve yetiştirilmesi konularında karşılaştıkları problemler yaşam doyumlarını olumsuz etkilemektedir(Misura, Memisevic, 2017). Yaşam doyumu; moral, mutluluk gibi farklı açılardan iyilik halini ifade eden ve kişinin hayata ilişkin olumlu değerlendirmelerini içeren iyi oluş halidir(Avşaroğlu vd., 2005). Kişinin yaşam doyumunu etkileyen önemli faktörlerden biri de öz anlayış düzeyidir. Öz anlayış ise kişinin yaşadığı başarısızlık ve yetersizliklerde kendisine anlayış göstermesi, yaşananların yaşamın bir parçası olarak görerek karşılaştığı problemle baş edebilmesidir(Deniz, Kesici ve Sümer, 2008). Özel gereksinimli çocuk için öz-anlayışlı anne-baba tutumu ne kadar önemli ise özel gereksinimli çocukla yaşamakta olan ve psikolojik olarak zorlanan anne ve babanın, psikolojik dayanıklılık düzeylerinin yüksek olması da o kadar önemlidir. Psikolojik dayanıklılığın varlığı sayesinde ebeveynler baş etmeye çalıştıkları duruma uyum sağlayarak duygularını dengeleyebilirler.

Anne babanın öz anlayış düzeyinin ve psikolojik dayanıklılık düzeyinin yüksek olması, yaşam doyumlarını pozitif yönde etkileyerek ruhsal iyi oluşu beraberinde getireceği gibi anne ve babanın çocuklarının eğitimi ve gelişiminde etkin rol almalarına katkı sağlayacaktır. Birbirlerinden etkilenebilen yaşam doyumu, öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık kavramlarının aynı anda ele alınması, aralarındaki ilişkilerin belirlenmesi, çocukların özel gereksinim türleri göz önünde bulundurularak çalışmanın yapılması,

demografik değişkenlere göre araştırılması; çalışmayı özgün kılarak hem özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerin farkındalık kazanmasını hem de özel gereksinimli çocuklar ile çalışan psikologların, öğretmenlerin, çocuk gelişimcilerin, aile danışmanlarının ve birçok meslek gruplarının yapacakları aile eğitimine katkı sağlayacağı düşünülen bu çalışmanın literatürdeki eksik yönleri gidereceği düşünülmektedir.

1.3. Problem Cümlesi / Alt Problem Cümleleri

Araştırmanın problemi "özel gereksinimli çocuğu olan anne ve babaların yaşam doyum düzeyleri ile öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?",

İkinci problemi ise "özel gereksinimli çocuğu olan anne ve babaların yaşam doyumu, öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri yaş, cinsiyet, sosyal destek, eğitim durumu gibi sosyo-demografik değişkenlere göre farklılaşmakta mıdır?"

Araştırmanın amacına uygun alt problemler şu şekildedir;

1. Türkiye'de özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının cinsiyeti, yaşı, engel türü, özel eğitimden yararlanma süresi gibi çocuğa ait değişkenler açısından öz-anlayış, psikolojik dayanıklılık düzeyi ve yaşam doyumu puan ortalamaları anlamlı farklılaşmakta mıdır?
2. Türkiye'de özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin öz-anlayış, psikolojik dayanıklılık düzeyi ve yaşam doyumu puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Türkiye'de özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık ve öz anlayış değişkenleri yaşam doyumunu yordamakta mıdır?
4. Türkiye'de özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin demografik değişkenler açısından öz-anlayış, psikolojik dayanıklılık düzeyi ve yaşam doyumu puan ortalamaları anlamlı farklılaşmakta mıdır?

1.4. Sınırlılıklar

- Araştırmanın sonucu uygulanan ölçekler ile kısıtlıdır.
- Araştırma örneklemini oluşturan gönüllü katılımcılara ölçeklerin Google Formlar üzerinden uygulanması internete erişim ve Google Formlar alt yapısı kullanım becerisi gerektirdiği için katılımı sınırlamaktadır.

- Katılımcılara sosyal medya aracılığıyla ulaşılmıştır. Bu sebeple bazı engel türüne sahip çocukları olan anne ve babalara ulaşılamamıştır. Örneğin görme engelli, özel yetenekli birey vb.

1.5. Varsayımlar

1. Araştırma örneklem grubunun evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
2. Araştırmaya katılan anne ve babaların Kişisel Bilgi Formu, Yaşam Doyumu Ölçeği, Öz Anlayış Ölçeği ve Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nde bulunan sorulara içtenlikte ve doğru şekilde cevap verdikleri varsayılmıştır.
3. Çalışma sonuçlarının engelli çocuğa sahip ebeveynler ile çalışan meslek grupları için farkındalık oluşturarak mesleki müdahale yöntemlerinin geliştirilmesi ve uygulanmasına katkı sağlayacağı varsayılmıştır.

1.6. Tanımlar

Özel Gereksinimli Çocuk: fiziksel, zihinsel, duyuşsal açıdan normal gelişim gösteren akranlarından anlamlı farklılık göstererek koruma, bakım ve rehabilitasyona ihtiyaç duyan bireylerdir (5378 sayılı Özürlüler Kanunu).

Öz Anlayış: Bireyin yaşamında acı ve başarısızlık durumları ile karşılaştığında bu duygulardan kaçmak ve kendini eleştirmesi yerine kendine nazik, anlayışlı davranmayı, yaşadığı olumsuzluk karşısında kendini yaşamdan izole etmek yerine yaşadıklarının yaşamın bir parçası olduğunu kabullenmesidir(Neff, 2003a).

Psikolojik Dayanıklılık: Stres verici durumlar karşısında bireyin uyum sağlayarak kendini iyileştirme ve eski haline gelebilme yeteneğidir(Tusaie, Dyer, 2004).

Yaşam Doyumu: İlk kez Neugarten(1961) tarafından ileri sürülen kavram, kişinin hayattan beklentileri ve elde ettiklerine değer biçerek kendi yaşamına ilişkin öznel ve bilişsel değerlendirmesidir(Yangın, Camadan, 2020).

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE / KAVRAMSAL ÇERÇEVE / İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Engellilik Tanımı

Engellilik kavramı ile ilgili araştırmalar incelendiğinde, genel bir tanımın ve ölçütün olmadığı görülmüş farklı kurumlar ve araştırmacılar tarafından değişik tanımlamalar ile açıklandığı anlaşılmıştır.

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), (World Health Organization, WHO, 1981) engelliliği yetersizlik, özürlülük ve engellilik olmak üzere üç kavram ile tanımlamaktadır. DSÖ "Yetersizlik(Impairment), sağlık açısından eksiklik, psikolojik, fiziksel ya da anatomik yapı ve işlevlerdeki yetersizlik" olarak tanımlarken; "Özürlülüğü (Disability), bireyin bir faaliyeti yapabilme becerisini kaybetmesi ve kısıtlanması hali" şeklinde tanımlanmakta, "Engelliliği (Handicap) ise bireyde eksiklik ya da sakatlık sonucunda ortaya çıkan ve o bireyin, cinsiyet, yaş ve sosyokültürel durumuna göre yapması normal kabul edilebilecek aktivitede bulunma becerisini yerine getirmesini engelleyen ve kısıtlayan durum" olarak tanımlamaktadır.

5378 Engelliler Kanunu'na göre doğum öncesi, doğum sonrası ya da doğum sırasında herhangi bir nedenle bedensel, zihinsel, ruhsal, duyusal ve sosyal yeteneklerini çeşitli derecelerde kaybedilmesi ya da meydana gelen eksikler nedeniyle bireyin temel ihtiyaçlarını karşılama güçlükleri olan ve korunma, bakım, rehabilitasyon, danışmanlık ve destek hizmetlerine ihtiyaç duyan, sosyal hayat uyum sürecinde desteğe ihtiyacı olan kişi "engelli" olarak tanımlanmaktadır.

Ulusal engelli veri sistemine göre Engelli Sağlık Kurulu Raporlarını esas alarak oluşturulan "Ulusal Engelli Veri Sistemi"nde kayıtlı ve hayatta olan engelli sayısı; 1.414.643'ü erkek, 1.097.307'si kadın olmak üzere 2.511.950'dir(Engelli ve Yaşlı İstatistik Bülteni, 2021).

Engellilik durumu değişmez bir durum olmayıp, engelin derecesi, uygun ortam ve eğitim ile uyum sağlanabilen bir durum olduğu bilinmektedir.

2.1.1. Engellilik Nedenleri

Engellilik doğum öncesi, doğum anı ve doğum sonrasına ait nedenler olmak üzere ortaya çıkmaktadır.

2.1.1.1. Doğum Öncesi Nedenler

Doğuştan engelliliğe sebep olan faktörler içerisinde kalıtsal hastalıklar, kan uyuşmazlığı, akraba evlilikleri, annede var olan hipertansiyon, epilepsi, kalp hastalığı, diyabet, annenin yaşının 18'in altı ya da 35'in üzerinde olması, çok sayıda doğum, doktor kontrolünde kullanılmayan ilaçlar, hamilelik döneminde alkol ve madde kullanımı, radyoaktif ışınlara maruz kalmak, psikolojik sorunlar sayılabilir(Baykan, 2020).

2.1.1.2. Doğum Sırasında Meydana Gelen Nedenler

Doğumun beklenen süreden erken ya da geç gerçekleşmesi, doğum kanalında bebeğin oksijensiz kalması, kordon dolanması, doğum eylemini sırasında gerçekleşen fiziksel yaralanmalar doğum sırasında gerçekleşen nedenler arasında belirtilmiştir(Vurgun, 2015).

2.1.1.3. Doğum Sonrasındaki Nedenler

Çocukta sarılığın yüksek derecede olması, ateşli hastalıklar, bebeğin aşılarının düzenli yaptırılmaması, bireyin ihmal ve istismara maruz kalması, beslenme bozuklukları, kazalar ve travmalar, zehirlenmeler, sağlık kontrollerinin gecikmesi doğum sonrası nedenler arasında yer almaktadır(Küçükali, 2014).

Ayrıca annenin hamilelikte frengi, toksoplazma, rubella, herpes, varisella gibi bulaşıcı hastalıklar geçirmesi doğrudan ya da dolaylı olarak bebeğin beyninde çeşitli hasarlara yol açarak zihinsel geriliğe, işitme ve görme duyularında, koordineli beden hareketlerinde çeşitli bozukluklara sebep olabilir(Mert, Öztürk, 2008).

2.1.2. Engellilik Türleri

Farklı nedenlere bağlı oluşan engellilik Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği'ne göre aşağıdaki gibi sınıflandırılmıştır.

2.1.2.1. Dil ve Konuşma Güçlüğü

Sözel iletişimde farklı düzey ve biçimlerde ortaya çıkan; kişinin konuşma şekli, konuşma hızı, konuşma sürekliliği, ifadede karmaşıklık, zihinsel organizasyonda sorunların

varlığı ile ortaya çıkan, bireyin konuşmakta zorluk çekmesi ya da konuşamamasına neden olan engel türüdür(ÖEHY, 2006). Dil konuşma engelinin varlığı afazi, kekemelik, dil dudak tembelliği, konuşmak için çeşitli aletlere ihtiyaç duyma şeklinde görülebilmektedir. Birey iletişimde karşılaştığı güçlükleri minimuma indirmek için özel eğitime ve destek eğitime ihtiyaç duyar(Erdem, 2013).

2.1.2.2. Görme Engeli

Görme organının bir veya ikisinde görme yetisinin kısmen ya da tamamen kaybedilerek bireyin bilişsel ve dil gelişiminin etkilendiği engel türüdür(ÖEHY, 2006). Görme engeli doğuştan gelebileceği gibi çeşitli yaralanmalar ya da hastalıklardan kaynaklanabilir(Kulaksızoğlu, 2017). Gece körlüğü ve renk körlüğü olanlar bireyler de görme engelli birey olarak kabul edilmektedir(Koca, 2017).

2.1.2.3. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu(DEHB)

Çocuğun yaşına ve gelişim seviyesine uygun olmayan konsantrasyon, hareket ve dürtü kontrol bozukluğu şeklinde ortaya çıkan, en az iki farklı ortamda kendini gösteren bozukluktur(Kayaalp, 2008). DEHB çocukluk çağında başlayarak yaşam boyu süren bireyin yetişkinlik döneminde akademik, sosyal ve iş hayatının işlevselliğini bozan nöropsikiyatrik bir hastalıktır(Turhan, 2019).

2.1.2.4. Duygusal ve Davranışsal Bozukluk

Bireyin yaşına uygun olmayan, sosyal ve kültürel normlar içerisinde uyumsuz davranış problemleri göstermesi sebebiyle özel eğitim hizmetine ihtiyaç duyması olarak tanımlanabilir(ÖEHY, 2006).

2.1.2.5. Ortopedik Yetersizlik

Kas iskelet sisteminde meydana gelen yetersizlik, eksiklik ve fonksiyon kayıpları ile vücudun hareket işlevlerini yerine getirememesi durumudur(ÖEHY, 2006). El, kol, ayak, bacak, parmak gibi uzuvlarında ve omurgalarında, kısalık, eksiklik, yokluk, hareket kısıtlılığı, şekil bozukluğu, kas güçsüzlüğü, kemik hastalığı olanlar, felçliler, serebral palsi ve spina

bifida sendromu olanlar bu engel grubuna girmektedir. Birey yetersizliğin derecesinden kaynaklı araç ya da alete gereksinim duyabilmektedir(Aykanat Girgin, Balcı, 2015).

2.1.2.6. İşitme Engeli

İşitme işlevinin kısmen ya da tamamen kaybı ile dil edinim, kullanma ve iletişimde güçlük nedeniyle özel gereksinimi olan bireyleri kapsar(ÖEHY, 2018). İşitme engelli bir çocuk çevreden gelen uyaranların bir kısmını algılayabildiği için tepkileri de ona göre ya kısmen olur ya da hiç olmaz. Konuşma becerisi de bu duruma göre gelişim gösterecektir(Türköz Sarp, 2013).

2.1.2.7. Otizm Spektrum Bozukluğu

Erken çocukluk döneminde ortaya çıkan sosyal etkileşim, sözel ve sözel olmayan iletişim, ilgi sınırlılığı ile ortaya çıkan beynin yapısını ve çalışmasını etkileyen sinir sistemi sorunlarından kaynaklandığı düşünülen bozukluktur(Tohum Otizm Vakfı, 2021). DSM V tanı ölçütlerine göre erken yaşta ortaya çıkan, toplumsal iletişim ve etkileşim yetersizliği, tekrarlayıcı basmakalıp davranışlar, ilgi alanlarında sınırlılık ve yeni durumlara uyum sağlamada aşırı derecede güçlük yaşama ile kendini gösteren spektrum bozukluğudur. Erkeklerde kızlardan daha çok görüldüğü bilinmektedir(Birkan, 2010; Koyuncu, 2021). Otizm spektrum bozukluğu bireyin hayatının çoğu alanında işlevselliğini bozduğu anlaşılmaktadır.

2.1.2.8. Özel Öğrenme Güçlüğü

Bireyin zekasının normal olmasına rağmen bilgi alma süreçlerinde ortaya çıkan dinleme, anlama, konuşma, yazma, dikkat verme, matematik becerilerinde verilen eğitim düzeyine göre beklenen düzeyde öğrenememesi durumudur. Bu güçlüğü yaşayan bireyler eğitim performansı düşüklüğü ve sosyal uyum sorunları yaşamaktadırlar(ÖEHY, 2006). Öğrenme güçlüğünün tanılaması genellikle okul döneminde olmaktadır(Avcıoğlu, 2011; Koyuncu, 2021). Bu bireyler akademik anlamda zorlanmalarının yanı sıra sosyal ilişkilerinde de karşısındakinin duygu durumlarını anlamakta güçlük yaşarlar(Özyürek, 2010; Koyuncu, 2021). En sık rastlanan (Balcı, 2017) öğrenme güçlüğü olan disleksi; akıcı okuma ve okuduğunu anlama sorunu ile kendini gösteren, nörolojik bir öğrenme sorunudur(Saraç, 2014).

2.1.2.9. Özel Yetenekli Birey

En az bir alanda akranlarından ileri performans gösteren, bazı alanlara yoğun ilgi duyan, hızlı öğrenen, güçlü hafızaya sahip, liderliğe ilişkin kapasitesi yüksek ve ilgi alanlarında özgür hareket etmeyi seven bireylerdir(Çelikten, 2017). Bu bireylerinin ilgi ve ihtiyaçları doğrultusunda eğitim alabilmeleri önem arz etmektedir.

2.1.2.10. Süreğen Hastalıklar

Kronik hastalık adı ile de bilinen sürekli ve uzun süre tedavi gerektiren, kişinin yaşamı boyunca süren ve hayat kalitesini düşüren aynı zamanda rehabilitasyon ve özel eğitim gerektiren hastalıklardır(Yıldırım, 2011). Birey tedavi ve bakıma uzun süreli ihtiyaç duyduğu için akademik hayatı, sosyal hayatı ve iş hayatı bu durumdan olumsuz etkilenmektedir(Bural, 2015; Koyuncu, 2021).

2.1.2.11. Epilepsi

Her yaşta görülebilen nörolojik temelli, uzun süreli tedavi ve kontrol gerektiren aynı zamanda yaşam kalitesini olumsuz etkileyen bir hastalıktır(Bambal vd., 2011). Çocuklarda epilepsi çeşitli nedenlerle ortaya çıkabilir. Epilepsinin tedavisiz bırakılması, tedavinin yeterli olmaması; gelişim aşamasında olan beyne kalıcı hasar vererek zeka geriliklerine ve ruhsal bozukluklara yol açabilir(Johnston, 2008; Güner, 2015). Aynı zamanda kullanılan epilepsi ilaçlarının yan etkileri, nöbetin zamanının kestirilememesi ile meydana gelen kazalar, davranış problemleri, öğrenme bozukluğu (Aguiar vd., 2007) çocuğun okul sürecini aksatarak özel eğitim ve rehabilitasyon ihtiyacı doğuracaktır.

2.1.2.12. Mikrosefali

Nörogelişimsel hastalık grubunda yer alan mikrosefali azalan beyin hacmine bağlı bilişsel ve iletişim kısıtlılığına sebep olarak gelişim geriliğinin ortaya çıkmasına yol açar. Hem genetik hem çevresel etmenlerden kaynaklandığı düşünülen mikrosefali bireyin hayatı boyunca devam eden bir bozukluktur(Türker, 2019). Çocuğun yaşam kalitesini bozan ve zeka geriliğine yol açan bozukluk özel eğitim gereksinimi ortaya çıkarır.

2.1.2.13. Genetik Hastalıklar

Doğuştan gelen ya da sonradan ortaya çıkan genler yolu ile çocuğa taşınan kromozomal ve gen kaynaklı hastalıklardır. Bu hastalıklar; down sendromu, albinizm, astım, müsküler distrofi, prader wili v.b. bu gruba örnek verilebilir(Turaçlar vd., 2014).

2.1.2.14. Zihinsel Yetersizlik

Bireyde 18 yaşından önce ortaya çıkan kavramsal, sosyal ve pratik uyum becerilerinde eksiklik ve sınırlılık durumudur. Yapılan zeka testleri sonucu alınan puana göre hafif, orta, ağır ve çok ağır derece zeka geriliği olarak yetersizliğin ağırlık düzeyleri bulunmaktadır (Yıldırım ve Conk, 2005). Zihinsel engelli bireylerin eğitimi; kavramsal becerilerinin öğretiminin yanı sıra yaşama uyum becerilerinden olan öz bakım becerilerinin öğretimini de içermektedir(ÖEHY, 2006).

2.1.2.15. Serebral Palsi

Beyin hasarına bağlı kas sinir sistemi bozukluklarının ortaya çıkar motor becerilerde yetersizliğe yol açan beyin felcidir. Genellikle doğum öncesi, doğum sırası ve doğum sonrası olgunlaşmamış beynin hasar alması sonucu meydana gelir(ÖEHY, 2006).

2.2. Anne-Baba Olmak

Aile; evlilik ile başlayıp kendisinden olan veya evlat edinme yoluyla edindiği çocuklar ile genişleyen, bireyi hayatı boyunca etkileyen biyolojik, sosyolojik ve psikolojik unsurları barındıran toplumun temelini oluşturan en küçük kurumdur(Eyce, 2014). Erikson'un psikososyal gelişim kuramına göre, birey genç yetişkinlik olarak adlandırılan 19-30 yaş aralığını kapsayan dönem *yakınlığa karşı yalıtılmışlık* evresi olarak adlandırılır ve bu dönemde aile kurmaya karar verme süreci yer alır. Erikson yakınlığı kişinin kendisini kaybederek bir başka kişide bulma süreci biçiminde tanımlamış ve kişinin birine kendini adamasının gerektiğini öne sürmüştür. Eğer birey bu dönemde yakın ilişkiler geliştiremezse yalıtılmışlık duygusu yaşayacaktır(Santrock, 2015).

Genç yetişkinlik döneminde eş seçimi, evlilik ile birlikte aile kurma, çocuk sahibi olma ve çocuk yetiştirme gibi gelişim görevleri bulunmaktadır(Havighurst, 1972). Aileye çocuk katılımı insan yaşamının önemli olaylarından biridir. Anne babaya yeni sorumluluklar yükleyen ebeveyn olma süreci ebeveynlerin rollerine hazır olmasını gerektiren bir süreçtir. Eşler çocuk sahibi olacaklarını öğrenmeleri ile birlikte değişikliklere uyum sağlamaya çalışırken aynı zamanda ailenin hayatına yeni bir yön kazandıran çocuğun dünyaya gelecek olması eşlerde çeşitli beklenti, merak duygusunu beraberinde getirir ve gelecek planı yapmaya iter(Bora, Özkardeş, 2021).

Annenin hamileliğinden itibaren ebeveynlerde sağlıklı ve normal gelişim gösteren bir çocuğa sahip olma beklentisi vardır. Ebeveynler için normalden farklı gelişim gösteren ve engeli olan bir çocuğa sahip olmak ebeveynlerde kaygı ve üzüntü yaratacaktır. Metin araştırmasına göre hiçbir ebeveynin kendisini çocuğunun engelli olabileceğine hazırlamadığı, bunun düşüncesinin bile ebeveynlerin kaygılanmalarına sebep olduğunu belirtmiştir(Metin, 2012; Eren, 2019). Aile için normal gelişim gösteren bir çocuğun dünyaya gelmesi aile içi dengeyi değiştirerek uyum sağlanması gereken bir süreçken normal gelişim göstermeyen bir çocuğun aileye katılımı ile aile içi denge alt üst olacaktır(Kaytez ve ark., 2015). Bununla birlikte çocuğun özel gereksiniminin var olduğuyla ilgili bilginin aileye veriliş biçimi, sonraki uyum sürecinin olumlu ya da olumsuz etkilenmesine sebep olacaktır(Sağıroğlu, 2006). Ebeveynler çocuğun engel durumunu kabullenmek için zamana ihtiyaç duyacaktır. Ayrıca ailelerin ve toplumun tepkileri de duruma uyum sağlamaktaki güçlüğü beraberinde getirecektir(Dönmez vd., 2001).

Engelli çocuğun aileye katılımı ile çeşitli stres faktörleri ortaya çıkar. Bu faktörler engel tanısının konması, çocuğun eğitime başlangıcı, okula uyumu, ergenlik dönemi, iş ve meslek edinimi, arkadaşlık ve karşı cins ile iletişim ve evlilik dönemidir. Aile bireyleri de bu dönemlerden farklı derecelerde etkilenir(Dönmez vd., 2001). Hodge vd. yaptıkları araştırmada annenin babadan daha fazla strese maruz kaldığını ortaya koymuşlardır(Hodge, 2011). Bunun sebebinin de annelerin kendilerine ve sosyal destek çevrelerine yeterince zaman ayıramadıkları olabileceği düşünülmektedir(Kazak, Marvin, 1984). Bunun yanı sıra annenin tek yaşıyor olmasının da stres düzeyini arttıran bir durum yaratması (Beckman, 1983), sosyal desteğin önemini ortaya koymaktadır. Engelli çocuğa sahip olmak stres dışında endişe, utanç, suçluluk, kendini toplumdan izole hissetme ve bireyde negatif duygunun hakim olması gibi aile bireylerinin psikolojik problemler yaşamasına sebep olur. Anne ve baba, özel gereksinimli çocuğa sahip olma konusunda kendilerini ve birbirlerini suçlayabilirler(Dilmaç vd., 2015). Bu

durum çiftler arasında çatışma yaratacağı gibi mutsuzluk, hayal kırıklığı ve başarısızlık duygusuna yol açabilir(Deniz vd., 2009).

2.2.1. Ebeveynlerin Tepkilerini Açıklayan Modeller

Çocuklarının özel gereksinimli olduğunu öğrenen anne ve babanın verdiği tepkileri açıklayan çeşitli modeller bulunmaktadır. Bu modellerden olan *aşama modeline* göre ebeveynlerin engel durumuna uyum süreci 3 aşamadan oluşur. İlk aşama çocuklarının engelli olduğunu öğrendikleri anda şok ile başlar. Aile çocuğunun gelişiminde normal gitmeyen bir durum olduğunu sezse bile çocuğa bir tanı konulması aileyi gerçek ile yüzleşmek zorunda bırakmaktadır. Ebeveynler çocuk sahibi olacakları öğrendikleri andan itibaren beklenmedik bir durum olan çocuklarının özel gereksinimli olduğunu öğrenmeleri ile ağlama, çaresizlik, düşünce karmaşıklığı yaşayabilirler(Darıca, 2000; Sağıroğlu, 2006). Anne ve baba savunma mekanizması geliştirerek durumu inkar eder, kabullenmekte zorlanır ve çocuğunun normal gelişim gösterdiğine, durumun geçici olduğuna inanabilir. İnkar sürecinden sonra da depresyon evresi ile yoğun duygular yaşayan aile gerçek ile yüzleşmeye yönelik sürece girer. Ebeveyn yeterli sosyal destek ve kararlılık ile gerçekle yüzleşerek depresyon durumundan sağlıklı şekilde çıkabilir. İkinci aşamada ebeveynlerde *karışık duygular, kızgınlık, suçluluk* ve *utanma* duyguları hakim olur. Çocuğuna bakım vermeye çalışan aile aynı zamanda başına gelen durumun kendi hataları nedeniyle olduğunu düşünerek suçluluk duyabileceği gibi özel gereksinimli bir çocuğa sahip olmaktan dolayı çevresine karşı utanç duyabilir(Gargiulo, Bouck, 2019; Cavkaytar, 2010; Göktaş, 2020) Son aşamada ise *anlaşma, uyma, yeniden düzenleme, kabul* ve *uyum* yaşanmaktadır. *Anlaşma* ile ebeveynler çocuğun normal gelişim gösterebilmesi için çevresi ile anlaşma yapar. *Uyma* ve *yeniden düzenleme* ile ebeveynler çocuklarının akranlarından farklı olması ile yüzleşerek bu durum üzerinde düşünmeye başlarlar. Son olarak aile *kabul* ve *uyum* ile birlikte çocuğun güçlü ve zayıf yönlerini kabullenir. Anne ve babanın çocuğun eğitimi için adım atması kabul sürecine girdiğinin bir göstergesi olabilir. Ebeveynler bu aşamada sorunun üzerinde düşünmeyi bırakıp çözüm yolları aramaya odaklanırlar(Ardıç, 2018; Say, 2020).

2.2.1.1. Travma Sonrası Gelişim Modeli

Bu model yoğun stres altında olan bireylerin yaşama karşı olumsuz bakış açılarını olumluya çevirmeyi amaçlamaktadır. Aynı zamanda bireylere stresle başa çıkmalarında yol

gösterici bir rol üstlenerek destek olunması gerektiğini savunur. Fakat bu modelin henüz gelişim aşamasında olduğu bilinmektedir(Ardıç, 2018; Say, 2020).

Ebeveynlerin verdikleri tepkiler; ailenin yapısal özelliklerine, problemle baş edebilme kapasitelerine, konuyla ilgili bilgi düzeylerine, sosyal destek sistemlerinin yeterliliğine, kişilik özelliklerine ve bakış açılarına göre değişebilmektedir(Özbesler, 2008). Bahsedilen aşamaların birinde takılı kalmak, özellikle kabul aşamasında takılı kalmak; çocuğun tanı, tedavi ve eğitim aşamalarında aksaklıklara sebep olarak ailenin duruma adapte olmasını zorlaştıracak ve çocuğun alması gereken özel eğitimden mahrum kalmasına sebep olacaktır.

2.2.2. Ailelerin Yaşadığı Güçlükler

Özel gereksinimli çocuğun aileye katılımı ile çeşitli güçlükler de beraberinde gelecektir.

2.2.2.1. Psikolojik Güçlükler

Ebeveynler özel gereksinimli çocuğa sahip olduklarını öğrendiklerinde yoğun karmaşık duygular yaşayabilmektedir. Ebeveynler aşama modelinde belirtilen aşamalardan geçerek kabullenme sürecine kadar bir çok psikolojik problem yaşayabilmektedir(Avşaroğlu, Gilik, 2017). Uğuz vd. özel gereksinimli çocuğa sahip annelerde stres, kaygı ve depresyon düzeyinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Annelerde psikolojik problemlerin babalara göre daha fazla görülmesinin nedeni olarak da anne özellikle çalışmıyorsa evde daha çok vakit geçirmesi, çocuk ile daha uzun vakit geçirmesi ve kendine yeterince zaman ayıramaması olarak bulunmuştur(Uğuz vd., 2004). Yapılan çalışmalarda babanın da çocuğunun engel durumundan etkilendiğini göstermektedir. Deveci ve Ahmetoğlu tarafından baş etme becerileri ile ilgili yapılan çalışmada babaların stresle baş etmede sosyal destek sistemini kullandıklarını, özellikle arkadaş desteğini aldıkları ortaya konmuştur(Deveci, Ahmetoğlu, 2018). Çan Aslan yaptığı araştırmasında anne ve babanın problemle baş etmede farklı stratejiler kullandığını belirtmiştir. Anneler dış yardım arama, kaçma, kendini soyutlama, kabul alanlarında yüksek puan alırken; aktif planlama ve kaçma-soyutlama stratejisinde babaların yüksek puan aldığı bulunmuştur. Çan Aslan araştırma sonucunda annelerin dış yardım arama stratejisinin aktif planlamada yetersiz olmaları sonucu kullandıklarını bulmuştur(Çan Aslan, 2010).

Ailenin yaşadığı psikolojik güçlüklerden biri de kaygıdır. Ebeveynler kendilerine bağımlı olan engelli çocuklarının geleceği için kaygılanmakta, kendileri öldükten sonra çocuklarına kimin, ne şekilde bakacağı, çocuklarının hayatının nasıl bir yön izleyeceği ile ilgili endişelenmektedir(Demirbilek, 2013). Coşkun ve Akkaş annelerin sürekli kaygı düzeyleri ve sosyal destek düzeyi ilişkisini inceledikleri çalışmalarında; sosyal desteğin artmasının sürekli kaygı düzeyini düşürdüğü bulunmuştur. Aynı zamanda bu çalışmada annelerin eğitim düzeyleri ve ailenin ekonomik gelir düzeyinin yükselmesiyle sürekli kaygı düzeyinin düştüğü sonucuna ulaşılmıştır(Coşkun, Akkaş, 2009). Babalar ile yapılan bir başka çalışmada engelli çocuğu olan ve olmayan babalar karşılaştırıldığında engelli çocuğa sahip babaların ebeveynlik becerileri konusunda daha fazla stres yaşadıkları, engelli çocuğu olmayan babaların başa çıkma becerilerinin daha iyi olduğu ve yaşam memnuniyetlerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır(Darling, Senatore, Strachan, 2011).

2.2.2.2. Sağlık Güçlükleri

Tonge ve arkadaşları zihinsel engelli çocuğa sahip annelerin toplumun genelinden iki üç kat fazla ruh sağlığı sorunları olabildiğini ifade etmiştir(Tonge vd., 2004; Yıldırım Sarı, 2007). Eisenhower ve Blacher (2004) ise engelli çocuğa sahip tek ebeveynlerin stres düzeyinin yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır(Eisenhower ve Blacher, 2004; Yıldırım Sarı, 2007).

Bebko vd. otizmli çocukların aileleri ile yaptıkları çalışmada ebeveynlerin çocuklarının sağlık sorunlarından, uyku ve dışkılama problemlerinden, kendisine ve çevresine hasar veren davranışlarından etkilenme oranlarını incelemişlerdir. Çalışmada çocuğun semptomu arttıkça ebeveynlerde stres şiddetinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır(Bebko vd., 1987).

2.2.2.3. Sosyal Güçlükler

Anne baba için özel gereksinimli bir çocuğa sahip olmak anne ve babanın sosyal çevresini de büyük oranda etkilemektedir. Aileler engelli çocuğundan kaynaklı ilişkilerinde geri çekilme gösterebilirler(Cangür vd., 2013). Özşenol ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada, annelerin çocuklarının özel gereksinimi sebebiyle yakın çevresinin kendisinden uzaklaştığı fakat bu dönemde sosyal desteğin anne için çok önemli olduğu, sosyal desteğin stres düzeyini düşürdüğü sonucuna ulaşılmıştır(Özşenol vd., 2003).

Ailelerin engelli çocuğa sahip olmalarının eşleri ile ilişkilerinin bozulabileceği gibi eşler arasında çatışma, kızgınlık, suçlayıcı tutum oluşarak aile içi problemler ortaya çıkabilmektedir(Gülşen, Gök Özer, 2009). Ailede çocuğun engelinin kabullenilmemesi de büyük çatışmalara yol açarak boşanmaya sebep olabilmektedir(Ciğerli vd., 2014). Lafçı ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada; özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerde annelerin kendilerine ile yeterince vakit ayıramadığı, eşleri ile ilişkilerinde bozulmalar yaşadıkları, diğer çocukları ile yeterince ilgilenemedikleri, toplumun bakış açısından rahatsız oldukları, ekonomik sıkıntılar yaşadıkları ve ihtiyaç duydukları sosyal desteğin karşılanmadığı sonucuna ulaşılmıştır(Lafçı vd., 2014).

Engel durumu devamlılığı olan bir durum olması sebebiyle aile sürekli bilgilendirme ve yönlendirmeye ihtiyaç duyar. Özel gereksinimli bireyin ve ailenin yasal haklarıyla ilgili, tedavi ve eğitim süreci ile ilgili, sosyal destek ve ekonomik destek alabilecekleri kurumlar ile ilgili bilgiler eksizsiz ve anlaşılır şekilde verilmelidir(Demirbilek, 2013). Engel durumu süreklilik arz eden bir durum olsa da bireyin eğitim sistemine dahil olması ile kaydettiği ilerlemeler hakkında aileye güncel bilgilendirmeler yapılmalıdır.

Engelli bireylerin toplum içinde yaşadığı problemlerden biri de dışlanma durumudur. Toplumun bir parçası olan özel gereksinimli bireylere karşı dışlama, acıma ve ayıplama davranışları ailenin ve çocuğun kendisini suçlu hissetmesine sebep olarak dışlanmış hissetmesine yol açar(Aslan, Şeker, 2011).

Özel gereksinimli çocuğa sahip olmanın getirdiği zorluklar bireylerin psikolojik ve sosyal desteğe, normal gelişim gösteren çocuğa sahip olan ailelere göre daha çok ihtiyaçları olduğunu göstermektedir(Cin, Kılıç, 2005; Arıdağ, Erbiçer, 2018). Sosyal desteğin varlığı ailelerin kaygılarını azalttığı, yaşam doyumlarını arttırdığı araştırmalarda yer almaktadır(Cameron, Armstrong, 1991). Deniz, Dilmaç ve Arıcak çalışmaları sonucu sosyal destek eğitim gurubuna katılan özel gereksinimli çocuğa sahip annelerin eğitim sonrasında kaygı seviyelerinin düştüğü, yaşam doyum düzeylerinin de arttığı sonucuna ulaşmıştır(Deniz vd., 2009).

2.2.2.4. Ailesel Güçlükler

Aileye engelli bir çocuğun katılımı aile içi ilişkileri etkileyerek aile içi denge ve değişimler yaratabilmektedir. Engel durumu ebeveynleri etkilediği gibi evde bir kardeş varsa onu da çeşitli yönlerden etkileyecektir. Ebeveynler normal gelişim gösteren çocuklarının özel gereksinimli çocuklarını kabul etmesini, ona destek olmasını beklemektedirler. Fakat özel

gereksinimli bireyin ekstra ilgi, sevgi ve eğitim ihtiyaçları normal gelişim gösteren kardeşin daha az sevildiğini düşünerek kıskanmasına, kendi için kaygılanmasına neden olabilir. Hatta bu durumdan utanmasına bile sebep olabilmektedir(Ahmetoğlu, 2004). Ailenin işleyişini düzenleyen iletişim, aile içi roller, aile üyeleri arasında hoşgörü gibi faktörler, özel gereksinimli çocuğa dönük ayrıcalıklı yaklaşım normal gelişim gösteren kardeşin gelişimini olumsuz etkileyebilmektedir(Crouthamel, 1988).

Küçük yaşlarda açıkça gözlemlenen kıskançlık çocuk büyüdükçe üstü örtülü şekilde anlaşmazlık, tartışma şeklinde görülebilir. Bu çekişmeler ebeveynlerin eşit davrandığı ailelerde bile gelişebilmektedir. Kardeşler arasında gelişen bu anlaşmazlık zaman zaman artabileceği gibi zaman zaman da daha küçük çaplı olabilmektedir. Gelişen kıskançlık anne babanın yanında daha fazla görülürken kardeşlerin baş başa kaldıkları zamanlarda anlaşmazlıkları olsa da daha az problem yaşadıkları görülmektedir(Yörükoğlu, 1998; Ahmetoğlu, 2004). Bu durum kardeşler arasındaki çatışmaların çoğunun ebeveyn ilgisi için yapıldığını göstermektedir(Adler, 1998; Ahmetoğlu, 2004).

Ailede engelli bir çocuğun varlığın kardeş ilişkilerini etkileyebildiği gibi eşlerin birbirini suçlamasına, ilişkilerinin bozulmasına sebep olabilir. Bawalsah'ın suçluluk ve suçlanma üzerine yaptığı çalışmada; ebeveynlerin birbirlerini suçlaması konusunda çoğunlukla annelerin suçlamayı kabul ettiği, babaların ise kendilerini suçlu ve sorumlu tutmadıkları sonucuna ulaşmıştır(Bawalsah, 2016). Ebeveynler arasında çocuğun sorumluluğu ve iş bölümü ile ilgili sıkıntılar da çıkabilmektedir. Işıkhan çalışmasında annenin boş zaman bulamaması, babanın çocukla yeterince ilgilenmemesi annenin stresini arttırdığı belirtmiştir(Işıkhan, 2005). Winton çalışmasında babanın özel gereksinimli çocuğa olan yetersiz ilgisinin annenin kaygı düzeyini arttırdığını ortaya koymuştur(Winton, 1986). Bu durum ebeveynler arasında iş bölümü ve desteğin önemini vurgulamaktadır.

2.2.2.5. Ekonomik Güçlükler

Aile çocuğunun sahip olduğu özel gereksinim nedeniyle tıbbi masraflar, engel durumuna göre fiziki düzenlemeler, araç gereçler temin etmek zorunda kaldıkları için normal gelişim özelliklerine sahip çocuklu ailelere göre maddi giderleri daha çok olmaktadır(Dyson, 1993; Turnbull ve Turnbull, 1995). Çocuğun engel durumu için kullandığı aletler, ilaçlar, doktor masrafları, tedavi masrafları, devletin karşıladığı özel eğitim dışında ekstra eğitimler aileyi maddi açıdan zorlamaktadır. Ailenin çocuğunun engel durumunu kabullenme aşamasında durumu kabullenemeyip birden fazla doktora başvurmaları, çeşitli özel klinik ve

hastaneler başvurmaları da aileye ekstra maddi yük getirecektir. Ailenin çocuğunun gelişiminde görülen aksaklığın giderilmesi için çeşitli özel ders ve terapilere başvurması ek maddi giderlere yol açacaktır(Eren, 2020). Özel gereksinimli çocukların masrafları normal gelişim gösteren çocukların ihtiyaçlarından farklı ihtiyaçları olması ebeveynleri maddi anlamda zorlamaktadır. Alanda yapılan çalışmalar özellikle annenin çocuğu ile kendilerinden başka ilgilenebilecek kişi olmadığı için herhangi bir işte çalışamadıkları, günün büyük kısmını özel gereksinimli çocuğuna ayırmak durumunda kaldıkları (Atilla Demir, Keskin, 2018:364), çocuklarına bakmak, onların yararlandığı eğitim sisteminden uzak kalmamak için yarı zamanlı işleri tercih etmek zorunda kaldıkları (Turnbull, Turnbull, 1995) gibi sebepler ile anneler çocuklarının masraflarını karşılamakta zorlandıklarını belirtmektedir.

2.2.2.6. Eğitim Güçlükleri

Engelli çocuklar engel türü ne olursa olsun özel eğitime ihtiyaç duymaktadır. Özel eğitim yönetmenliği kapsamında engel durumu nedeniyle ayrı sınıflarda eğitim alması gereken öğrencilerin engel özelliklerine ve yeterliliklerine göre ayrı sınıflarda eğitim verilmektedir(Özel Eğitim Yönetmeliği, 2006). Aileler, verilecek eğitim ve bu eğitimlerin alınacağı kurumlar konusunda bilgi eksikliği yaşayabilmekte ve yönlendirmeye ihtiyaç duymaktadırlar. Engel raporu mevcut bir birey devam ettiği devlet okulunda destek eğitim hizmetinden yararlanma ya da engelli sınıfında eğitim alma hakkı bulunmaktadır. Bu bireyler aynı zamanda özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinden devletin ödediği ders sayısı kadar dersten yararlanma ve ailenin seans ücretini karşıladığı durumda ekstra ders alma hakkına sahiptir.

Ailelerin güçlük yaşadığı bir diğer konu ise özel gereksinimli çocuğuna yeni beceri kazandırmaktır. Bu konuda çocuğun öğretmenleri ile iletişim halinde olarak evde de okulda çalışılan beceriye paralel çalışmalar yapmak beceri kazanımını hızlandıracak ve pratikleştirecektir. Aileler eğitim sürecinde ve günlük hayatta çocuğun davranış problemlerini kontrol etmekte zorlandığı durumlar meydana gelebilmektedir. Bu durum aile içi stres ve kaygı düzeyini yükseltebilmektedir(Upadhyaya, Havalappanavar, 2008; Eren, Doğan, 2020). Aynı zamanda çocuğun engeli sebebiyle beceri kazanmakta zorlanması ve bu durumun ailenin beklentisini karşılamaması da aileyi zorlamaktadır(Eren, Doğan, 2020).

Özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerin çeşitli alanlarda problemlerle karşılaşması hayatlarını ve gelecek planlarını engelli çocuğun gereksinimleri doğrultusunda yeniden düzenlemesini gerektirir. Bunun yanı sıra engelli çocuğa sahip olmanın getirdiği zorluk ve

problemler ebeveyn çocuk arasındaki ilişkiyi ve buna bağlı ebeveynlerin psikolojik sağlığını da etkileyecektir. Bu durum dikkate alınarak bu çalışmada anne babanın öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeyinin yaşam doyumuna etkisi incelenmiştir.

2.2.3. Ailelerin Gereksinimleri

Ebeveynler çocuklarının engelli olduklarını öğrendikten sonra çocuğun engel türünün ne olduğu da büyük önem arz etmektedir(Dilmaç vd., 2015). Engelin türü, yoğunluğu, çocuğun yaşı ailenin gereksinimlerini belirlerken önem taşımaktadır. Araştırmalarda ailelerin çeşitli alanlarda gereksinimleri tespit edilerek sınıflandırılmıştır(Sucuoğlu, 2009; Avşaroğlu, Okutan, 2018).

2.2.3.1. Bilgi ve Eğitim Gereksinimi

Ailelere çocuklarının özel gereksinimi hakkında verilen bilginin nasıl verildiği uyum süreci için önemlidir. Bilgiyi veren uzmanın yaklaşımı ve aileyi yönlendirme tutumu ailenin durumu kabullenmesinde ve harekete geçmesinde etkili olacaktır(Akkök, 2003; Aslan, 2010). Ailenin yeterince bilgi alamaması durumunda kaygı düzeyi artacak ve stres yaşamasına neden olacaktır. İlk olarak bu durumun neden oluştuğu, çocuğun tedavi ve eğitiminin nasıl olacağı, gelecekte neler olabileceği gibi sorular hakkında aile bilgilendirilmelidir. Bahsedilen sorulara verilen yanıtlar ile ailenin bilgi gereksiniminin karşılanması, ailenin çocuğun bakım ve eğitiminde etkin rol almasını sağlar(Sarıhan, 2007). Ailenin gerekli bilgiyi uzman kişilerden alması durumunda kabul süreçlerinin daha hızlı olduğu ortaya konmuştur(Erkan, 1998; Çan Aslan, 2010). Yine Özsoy ve arkadaşları engelli çocuğa sahip ailelerle yaptığı çalışmada ailelerin gelecek kaygısı yaşadığı, çocuğun gelişimi ile ilgili sürekli bilgi gereksinimine ihtiyaç duyduğu sonucuna ulaşmıştır(Özsoy vd., 2006).

2.2.3.2. Duygusal Destek Gereksinimi

Engelli çocuğa sahip olan aileler çocuğunun engel durumunun kendi genetik yapılarından kaynaklandığı, yaptıkları bir hatanın bu duruma yol açtığı düşünceleri ile kendilerine güven konusunda sorun yaşamaktadır. Aynı zamanda toplumun engelli çocuğa bakış açısı, tepkileri de aileyi duygusal açıdan olumsuz etkilemektedir. Ebeveynlere çocuğunun yapabildiği becerileri göstermek ve çocuk hakkında olumlu bir imaj bırakmak

kendilerine olan güveni arttırmada önemli rol oynar(Kurt, 2001; Okutan, 2016). Uğuz ve arkadaşları zihinsel ya da bedensel engelli çocukların annelerinin anksiyete, depresyon ve stres düzeylerinin belirlenmesi için yaptıkları çalışmada engelli çocuğa sahip olan annelerde anksiyete, depresyon ve stres düzeyinin yüksek çıktığı, annelerin ruhsal olarak bu durumdan daha çok etkilendiği sonucunu ortaya koymuşlardır(Uğuz vd., 2004). Yıldırım ve Conk zihinsel yetersizliğe sahip aileler ile yaptıkları yarı deneysel çalışmada eğitim öncesi ve eğitim sonrası uygulanan ölçekler sonucunda; eğitim ortamının ve profesyonel destek almanın anne babanın kendine güven duygusunu arttırdığı ve olumsuz duyguları azalttığı sonucuna ulaşmışlardır(Yıldırım, Conk, 2005).

Literatür incelendiğinde genel anlamda büyükanne ve büyükbabaların engelli çocuğa sahip çocuklarını sosyal ve duygusal açıdan destekledikleri görülmüştür(Kavak, 2007). Baranowski ve arkadaşları büyükanne ve büyükbabaların engelli torunlarının bakımına katılımı, yardım ve desteklerinin değerlendirildiği çalışmada annelerin algıladığı desteği değerlendirmiştir. Çalışmada en fazla desteğin annenin annesinden en az desteğin ise babanın babasından geldiği algılandığı sonucuna ulaşılmıştır. En çok destek veren annenin annesi engel durumunu kabullenmekte önce güçlük çekse de durumu kabullendikten sonra torunu ile vakit geçirmekten keyif aldığı, torununun olumlu özelliklerine odaklandığı, gelişimi ile ilgili olduğu ve diğer normal gelişim gösteren torunları ile eşit derecede davrandığı sonucuna ulaşılmıştır(Baranowski vd., 1999). Aile bireylerinden gelen desteği yanı sıra özel gereksinimli çocuğu olan diğer aileler ile iletişim halinde olmak, bilgi ve beceri paylaşımı da ailenin yalnız hissetmesinin önüne geçerek ailenin duygusal açıdan destek gereksinimlerini karşılayacaktır(Sucuoğlu, 2009; Okutan, 2016).

2.2.3.3. Maddi Gereksinimler

Aileye engelli bir çocuğun katılımı ile normal gelişim gösteren akranlarına göre daha fazla özel ilgiye ihtiyaç duyan çocuğun gereksinimlerini karşılamak için ebeveynlerden biri işten ayrılmak durumunda kalabilmektedir. Özel gereksinimli çocuğa sahip olan aileler çocuğun ilaçları, tıbbi müdahale, engeli için kullandığı araç gereç gibi ekstra harcamalar ile karşı karşıya kalmaktadır(Wallender, 1989: 372).

Özel gereksinimli çocuğun eğitimi için yapılan harcamalar, çeşitli merkezlerden alınan eğitim ve tıbbi hizmetler, bakımı için harcanan harcamalar, yapılan beslenme programları aile için ek maddi giderlere yol açabilmektedir. Çocuğun fiziksel bir engeli olması durumunda kullandığı tekerlekli sandalye, protez, çeşitli cihazlar ekonomik açıdan aileyi

zorlayabilmektedir(Aydoğan, 1999; Okutan, 2016). Engelliliğin süreklilik gösterdiği göz önünde bulundurulduğunda bahsedilen gereksinimlerin süreklilik göstermesi nedeniyle düşük ekonomik gelire sahip aileler için ekonomik kaygılar ebeveynlerde strese yol açmaktadır(Çoban, 2002).

2.2.3.4. Sosyal Gereksinim

İki farklı sosyal destek sistemi vardır. İlki resmi ve özel kurumlar tarafından verilen sosyal destek; ikincisi yakın arkadaşlar, yakın akrabalar ve sosyal çevre tarafından verilen sosyal desteği içerir. Sosyal destek sistemine sahip olmak aileyi daha güçlü hissettirdiği bilinmektedir. Özellikle çocuğun birincil bakıcısı olan annenin sosyal destek sistemine daha çok ihtiyaç duyduğu; çocuğunun bakımı için çalışıyorsa işini bırakmak zorunda kaldığı, kendi istek ve ihtiyaçlarını ertelediği, sosyal aktivitelere katılamadığı bilinmektedir(Çoban, 2002).

Özel gereksinimli çocuğa sahip aileler çevreleri tarafından olumsuz ya da kayıtsız tutumla karşılaşabilmektedirler. Şimşek'in yaptığı araştırmada ailelerin çoğunluğunun yakınları ve komşularının kendilerine karşı olumsuz, kayıtsız tutum sergilediği; araştırmaya dahil olan ailelerin azınlığının desteklenip sosyal çevreleri tarafından olumlu tutum ile karşılaştığı sonucuna ulaşılmıştır(Şimşek, 2002).

Ailenin yakın çevresinin davranış ve tutumları kontrol edilemeyeceği için sosyal destek konusunda meslek elemanlarına büyük rol düşmektedir.

2.2.3.5. Bakım Gereksinimi

Özel gereksinimli çocuğa sahip olan ailelerin normal gelişim gösteren çocuğa sahip ailelere göre ekstra görev ve sorumlulukları bulunmaktadır. Haveman ve arkadaşları ailenin özel gereksinimli çocuğu için yemek yedirme, kişisel bakım verme, ilaçlarını verme, banyo yaptırma, giydirme, tehlikeden koruma, ağız diş bakımı, tekerlekli sandalye ve yardımcı ekipman kullanma, sosyal hayatta yaşanan öfke nöbetlerine müdahale etme konusunda zorlandıklarını ifade etmişlerdir(Haveman vd., 1997).

Sucuoğlu zihinsel engelli çocukların bakımı için ayrılan sürenin normal gelişim gösteren çocuklu ailelere göre daha uzun olduğunu ifade etmiştir. Çocuğun yaşı büyüyüp bağımsız beceriler kazanması ile ailenin yükü hafiflemeye başlar(Sucuoğlu, 2009; Okutan, 2016). Essex ve Hong araştırmasında annelerin evdeki işler ile ilgili sorumluluğunun daha çok olduğu, babaların da çocuk bakımı ve evin bakımı ile ilgili rol aldıklarını belirtmişlerdir(Essex,

Hong, 2005). Hollahan, özel gereksinimli çocuk küçükken ebeveynler arasında görev paylaşımı olduğunu fakat çocuğun yaşı büyüdükçe annenin aldığı sorumluluğun arttığını belirtmiştir(Hollahan, 2003).

Araştırmalar ailenin özel gereksinimli çocuğuna bakım verme konusunda güçlük yaşadığını ve ebeveynlerin çocuğun bakım ihtiyaçları konusunda desteğe ihtiyacı olduğunu göstermektedir.

2.2.3.6. Aile İşlevlerine İlişkin Gereksinimler

Özel gereksinimli bireylerin yer aldığı ailelerde; ailenin ihtiyaçları, rol ve sorumlulukları farklılık gösterebilmektedir. Aile kendi duyguları ile baş ederken aynı zamanda içinde bulunduğu toplumun tutumu ile de baş etmek zorunda kalabilmektedir(Demirbilek, 2013). Ailenin önemli bir diğer gereksinimi; aile içi ilişkilerde, problemlerde, çocuğa etkili anne baba olma, eşit derecede çocuğun bakım ve sorumluluğuna katılım konusunda ve birlikte vakit geçirme gibi konularda aile dinamikleri ile ilgili desteğe ihtiyaç duyduğu belirlenmiştir(Sucuoğlu, 2009; Okutan, 2016).

Engelli çocuğa sahip ailelerin gereksinimleri ile ilgili literatür incelendiğinde ailelerin sosyal destek sisteminin yetersiz olması ile ilgili sıkıntılar yaşadıklarını, çocuğun değerlendirilmesi ile bilgi gereksinimlerinin karşılanması konusunda eksiklerin olduğu ve maddi desteğin çocuğun eğitim ve sağlık giderleri için yetersiz kaldığını göstermektedir.

2.3. Yaşam Doyumu

2.3.1. Yaşam Doyumu Kavramı Tanımı ve Önemi

İlk kez Neugarten (1961) tarafından ileri sürülen yaşam doyumu kavramı, kişinin hayattan beklentileri ve elde ettiklerine değer biçerek kendi yaşamına ilişkin öznel ve bilişsel değerlendirmesidir(Yangın, Camadan, 2020). Bu tanım dikkate alındığında kişinin sahip olmayı istediği şeyleri elde etmesi yaşam doyumunu arttıracaktır. Yaşam doyumu bireyin mutluluğu için önemli bir kavramdır ve bu nedenle bireyin iyi olma halinin bilişsel bir öğesidir(Pavot, Diener, 1993). Yaşam doyumu kavramı literatürde ‘öznel iyi olma hali’ olarak da geçmektedir. Bir başka tanımda ise yaşam doyumunun sadece belli bir alanla ilgili memnuniyet olmadığı, hayatın tümünün olumlu yönde değerlendirilmesi olarak açıklanmıştır(Veenhoven, 1996; Yangın, Camadan, 2020).

Yaşam doyumu; kişinin çalışma durumuna bağlı iş dışında geçirdiği vakitte yaşama karşı verdiği tepki ve aldığı tavırdır. Yaşam doyumu motivasyon, mutluluk, hayata bakış açısı, değerli hissetme gibi farklı açılardan iyilik halini ifade eder(Schmitter, 2003; Yılmaz ve Aslan, 2013). Günlük hayatta olumlu duyguların olumsuz duygulara baskın gelmesi yaşam doyumunun pozitif yönde etkiler.

Yaşam doyumuna yönelik geliştirilen sosyal karşılaştırma teorisine (Fabian, 1990) göre kendilerini daha olumlu yargılayan ebeveynlerin yaşamdan aldıkları memnuniyet daha yüksektir(Kaner, 2004). Ebeveynlerin engelli bir çocuğu sahip olmasına bağlı yüklenen sorumluluklar (Darling vd., 2011), yetersizliğin süreklilik göstermesi; ailenin işlevlerini sınırlandırarak yaşamdan memnuniyetlerini olumsuz yönde etkileyebilmektedir(Kaner, 2004). Bu durum çiftler arasında çatışma yaratacağı gibi mutsuzluk, hayal kırıklığı ve başarısızlık duygusuna yol açabilir(Deniz vd., 2009). Fung ve Rogge çalışmalarında çocuğun özel gereksinimli oluşuna bağlı olarak sosyal ve duygusal alanda yaşam doyumları zayıf ebeveynlerin evlilik memnuniyetlerinin düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır(Fung, Rogge, 2007; Cengiz vd., 2021).

Aile çevreyle etkileşim halinde olan bir birimdir. Çocuğun özel gereksinimli oluşuna bağlı yakın çevresinden yeterli sosyal desteği görmeyen ve suçlama ile karşılaşan ebeveynlerin duygusal sorunlar ile baş edebilme kapasitelerinin düşük olduğu bilinmektedir. Bu durum da yaşam doyumunu negatif yönde etkilemektedir(Altuğ Özsoy vd., 2006). Özel gereksinimli çocuğa sahip olmanın gerektirdiği sorumluluklar ve yaşam koşullarının zorluğu bireylerde negatif duyguyu hakim kılarak yaşamdan memnuniyet algısını olumsuz etkilediği ortaya konmuştur(Darling, Senatore, Strachan, 2011).

Song ve Appleton'a (2008) göre yaşam doyumunun 6 bileşeni bulunmaktadır. (1) kişinin ekonomik düzeyi, (2) mesleği ve sosyal statüsü, (3) sahip olduğu imkânlar ve sosyal hareketliliği, (4) refah durumu, (5) mevcut devlet politikası ve (6) çevre, aile ve sosyal ilişkileri olarak sıralanır(Diener, 1984). Bahsedilen bileşenlerin değişken bir yapısı olduğu, mevcut yaşam standartları ve bireysel standartlardan etkilendiği bilinir(Diener ,1984).

2.3.2. Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler

Yaşam doyumu yaş, cinsiyet, eğitim seviyesi, ırk, iş hayatı, toplumsal yaşam, aile yaşamı kişilik özellikleri gibi farklı değişkenlerle ilişkili olmaktadır(Avşaroğlu, Güleş, 2019). Yaş faktörü ile ilgili araştırma yapanlar genç yaşta hayata olan yüksek beklentinin, yaşlılık döneminde ise amaçlara ulaşmış olmanın yaşam doyumunu arttırdığını ortaya koymuştur.

Ericson'un psikososyal gelişim dönemlerinden *'Benlik Bütünlüğüne Karşı Umutsuzluk'* olarak adlandırdığı yaşlılık evresindeki birey geriye dönüp yaşanmışlıklarını değerlendirdiğinde hayatının üretken ve başarılı geçtiğini düşünürse yaşam doyumu artacak; bu durumun tam tersi ise bireyin çok fazla keşkeleri olması, artık her şey için geç kaldığını düşünmesi bireyin yaşam doyumunu düşürecektir(Santrock, 2015).

Yaşam doyumu üzerinde cinsiyet faktörünün etkisinin oldukça az olduğu fakat kadınların olumsuz duygu ifade etmelerine rağmen yaşam doyumlarının erkeklerden daha fazla olduğu bulunmuştur. Yetim aynı çalışmada evlilik ile yaşam doyumu arasında anlamlı düzeyde ilişki olmadığını ortaya koysa da yapılan diğer çalışmalarda evliliğin yaşam doyumu ile pozitif ya da negatif ilişki halinde olduğu ortaya koymuştur(Yetim, 1991).

Yaşam doyumunu etkileyen faktörlerden biri de iş hayatıdır. Gününün büyük bir kısmını iş hayatına ayıran bireyin işten sağladığı doyum ile yaşam doyumu arasında güçlü bir ilişki vardır(Dağdelen, 2008). Bireyin aldığı maaş, sahip olduğu konum, iş yerindeki sorumluluğu, çalışma şartları gibi etkenler de yaşam doyumunu etkilemektedir.

Çivilidağ'a göre özsaygı yaşam doyumunu etkileyen önemli bir etmendir. Bireyin kendisiyle ilgili olumlu bir benlik algısı oluşturması yaşam doyumunu pozitif yönde etkilerken, karşılaşılan çatışmalarla baş edememe yaşam doyumunu olumsuz etkileyecektir(Çivilidağ, 2018).

Campbell 1981'de yaptığı araştırmada eğitimin yaşam doyumu üzerinde etkisinin olduğunu fakat tek başına etkileyen bir değişken olmadığını, yaşam doyumunun gelir değişkeniyle pozitif ilişkili olduğunu ortaya koymuştur(Yetim, 1991).

Schmıtter'in görüşüne bakıldığında ise kişinin hayattan hoşnutluk duyması, hayatına değer vermesi, amaçlarına ulaşabilmesi, olumlu benlik algısının varlığı, bireyin fiziksel açıdan yeterli hissetmesi, maddi rahatlık ve sosyal birey olma yaşam doyumunu etkileyen faktörlerdir(Schmıtter, 2003; Erdinç, 2018).

Yaşam doyumunu ile ilişkili diğer bir değişken ise öz anlayıştır. Neff(2003) tarafından geliştirilen öz anlayış kavramı kişinin başarısızlık durumunda kendini sert şekilde eleştirmek yerine anlayışlı ve nazik davranması ve olumsuz deneyimini yaşamın bir parçası olarak görmesidir(Neff, 2003a).

Yapılan çalışmalara bakıldığında kişilerin yaşam doyumu birçok farklı değişkenden etkilenmektedir. Yaşam doyumunu etkileyen değişkenler bireyden bireye farklılık gösterdiği için genelleme yapmak doğru bir yaklaşım olmayacaktır.

2.3.3. Yaşam Doyumu Kuramları

2.3.3.1. Belli Bir Noktaya Erişme (Ereksel) Kuramı

1960 yılında Wilson tarafından öne atılan kuram; kişinin ihtiyaçlarının doyurulması hazza ulaşıp mutluluğuna sebep olurken, ihtiyaçlarının doyurulmaması mutsuzluğuna sebep olur görüşüne dayanır. Bir başka ifade ile kişinin gereksinimlerini karşılaması mutluluğa, gereksinimlerinin ihmali ise kişiyi mutsuzluğa götürmektedir(Yetim, 1991).

Ereksel kuramda önemli olan kişinin amaç ve gereksinimleridir. Kişinin doğumundan itibaren sahip olduğu ihtiyaçlarının yanı sıra sonradan öğrendiği ihtiyaçları bulunmaktadır. Kişi bu ihtiyaçları bilinçli ya da bilinçsiz doyurması ile mutluluğa ulaşır. Kişinin amaçları ise günlük hayatında var olan bilinçli olarak talep ettiği gereksinimleridir. Kişinin doyuma ulaşıp mutlu olabilmesi için amaçlarına erişmesi önem arz etmektedir(Michalos, 1980).

2.3.3.2. Aktivite (Etkinlik) Kuramı

Bu kurama göre mutluluk insan aktivitesi sonucu ortaya çıkar. Kuramın ilk ve en önemli savunucularından olan Aristo başarılı aktivitenin mutluluğu sağladığını savunur. Ereksel kuramdan farkı belirlenen aktivitede sarf edilen çabanın hedefe ulaşmaktan daha önemli olmasıdır(Diener, 1984).

Kuram, seçilen etkinliğin kişinin yapabilme becerisi oranında kişiye haz verdiğini savunmaktadır. Beceri seviyesine uygun aktivite kişinin doyum düzeyini arttıracaktır(Yetim, 1991).

2.3.3.3. Yargı Kuramları

Kişinin var olan yaşam koşulları ile kendisinin belirlediği yaşam standartları kıyaslamasının sonucudur. Gerçekte var olan yaşam koşulları kişinin belirlediği standartın üzerine çıkabildiyse kişi doyuma ulaşabilecektir. Yapılan bu kıyaslama bilinçli ya da bilinçsiz yapılabilir(Diener, 1984). Birey büyük amaçlara sahip ise yaşam koşulları iyi dahi olsa kendini kötü yaşam koşullarında görür ve buna bağlı yaşam doyumu düşüktür. Bireyin amacı küçüldükçe mevcut durumundan memnuniyeti arttığı için yaşam doyumu da daha yüksektir(Yetim, 2001).

2.3.3.4. Tabandan Tavana Kuramları

Kişi yaşadığı haz ve acıların toplamının değerlendirmesini yapmakta ve bunun sonucunda mutlu ya da mutsuz hissetmektedir. Kişi yaşadığı olaylara ne kadar pozitif bakabiliyorsa yaşam doyumu da o yönde olumlu etkilenmektedir(Diener, 1984). Demokritos'a göre mutluluğun kaynağı dış koşullara bağlı olmayıp kişinin zihinsel süreci ile ilgilidir. Yani önemli olanın yaşanan olaylar değil bu olaylara verilen tepki olduğunu savunur(Yetim, 2011; Berktaş, 2019).

2.3.3.5. Bağ Kuramları

Bilişsel psikologlara göre bireyin geçmişte yaşadığı mutluluğun bellekte bir ağı vardır. Birey ne kadar mutlu ise olumlu ilişkilere bağlı zengin bir ağa sahipken, mutsuz bireyler de olumsuz ilişkilere bağlı yalıtılmış bir ağa sahiptir(Yetim, 2011; Berktaş, 2019). Bower kişilerin var olan duygu durumlarını geçmişte yaşadıkları olumlu ve olumsuz olayları baz alarak yorumladığı fikrindedir. Bağ kuramına göre kişi geçmişe baktığında pozitif olayları daha fazla yaşamış ise yaşadığı anı daha güzel bir şekilde değerlendirerek daha mutlu olur(Bower, 1981).

2.3.4. Yaşam Doyumu ile İlgili Yapılan Araştırmalar

2.3.4.1. Yaşam Doyumu Hakkında Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar

Akandere vd. zihinsel ve fiziksel engelli çocuğa sahip anne ve babaların yaşam doyumu ve umutsuzluk düzeylerini inceledikleri çalışmada zihinsel, fiziksel ve zihinsel-fiziksel engelli çocuğa sahip olan anne-babaların umutsuzluk ve yaşam doyum düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu saptamışlardır. Bu ilişkide anne babanın yaş, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, engelli çocuklarının cinsiyetinin de anlamlı değişkenler olduğu sonucuna ulaşılmıştır(Akandere vd., 2009).

Temiz çalışmasında görme engelli bireylerin ruhsal durumlarının yaşam doyumu ile stresle baş etme biçimlerine etkisini incelediğinde; görme engelli bireylerin yaşam doyumlarının orta ve yüksek derecede olduğu görülmüştür. Görme engelli bireylerin stresle baş etme düzeylerine bakıldığında stresle baş edebildikleri ve streslerini yönetebildikleri sonucuna ulaşılmıştır(Temiz, 2010).

Arıdağ ve Erbiçer tarafından özel gereksinimli çocuğa sahip annelere grup ile psikolojik danışma uygulamasının kaygı düzeyleri ve yaşam doyum düzeylerine etkisi incelenmiştir. Çalışma, özel eğitime gereksinimi olan ve rehabilitasyon merkezine devam eden 3-17 yaşları arasındaki çocukların anneleri ile yürütülmüştür. Çalışma sonucunda grupla psikolojik danışma alan annelerin durumluk sürekli kaygılarının anlamlı düzeyde azaldığı ve yaşam doyumlarının da arttığı saptanmıştır(Arıdağ, Erbiçer, 2018).

Avşaroğlu, Güleş çalışmalarında özel gereksinimli çocuğa sahip anne babaların yaşam doyumlarını öz anlayış ve merhamet düzeyleri açısından incelemiş; öz anlayış ve merhamet düzeyinin yaşam doyumunu yordadığı sonucuna ulaşmışlardır. Bununla birlikte özel gereksinimli çocuğa sahip annelerin babalara göre yaşam doyumlarının daha düşük olduğu anlaşılmıştır(Avşaroğlu, Güleş, 2019).

Avşaroğlu ve Okutan zihin engelli çocuğu olan anne babaların yaşam doyumları, iyimserlik ve psikolojik belirti düzeyleri çalışmasında iyimserlik ve psikolojik belirtilerinin, yaşam doyumunu yordayıp yordamadığını incelemiştir. Araştırma sonucunda ebeveynlerin psikolojik belirtilerinin yaşam doyumunu negatif yönde etkilediği ve iyimserlik düzeylerinin yaşam doyumlarını pozitif yönde etkilediği belirlenmiştir(Avşaroğlu ve Okutan, 2018).

Tepeli Temiz ve Tarı Cömert üniversite öğrencileri örneklemini kullanarak yaptığı araştırmada; bağlanma stilleri, yaşam doyumu ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiyi ve psikolojik dayanıklılık düzeyine bağlı yaşam doyumunun farklılık gösterip göstermediğini incelemiştir. Araştırma sonucunda güvenli bağlanma, pozitif gelişim ve öznel iyi oluşun yaşam doyumunu etkilediği saptanmıştır. Bireylerin kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stillerine sahip olması yaşam doyum düzeylerini düşürmektedir. Bunlara ek olarak öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin yaşam doyumlarını etkilediği bulunmuştur(Tepeli Temiz, Tarı Cömert, 2018).

Yıldırım vd. zihinsel engelli çocuğu olan ebeveynlere verilen eğitimin onların yaşam doyumuna, yardım arama konusunda kendilerini damgalamasına, depresyonlarına ve stresle başa çıkma tarzlarına etkisini değerlendirdiği araştırmada; bireylerin kendilerini damgalama ve depresyon düzeylerindeki azalmanın; stresle başa çıkma becerisi kazanmada ve yaşam doyumunda olumlu artışa sebep olduğu sonucuna ulaşmıştır(Yıldırım vd., 2020).

Cengiz vd. özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynler ile tipik gelişim gösteren çocuğa sahip ebeveynlerin stres ve yaşam doyum düzeylerinin karşılaştırılması araştırmasında özel gereksinimi bulunan çocukların ebeveynlerinin stres puanları normal gelişim gösteren çocuğa sahip ebeveynlere göre daha yüksek, yaşam doyumu puanları ise daha düşük olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Araştırmada özel gereksinimli çocuğa sahip olmanın yaşam doyumu üzerinde

yüksek etkinliğe sahip olduğu ve olumsuz psikolojik ölçütlerin ebeveynlerin yaşam doyumunu etkilediği anlaşılmıştır(Cengiz vd., 2021).

2.3.4.2. Yaşam Doyumu Hakkında Yurtdışında Yapılan Araştırmalar

Yang vd. umudun öz anlayış ve yaşam doyumuna aracılık rolü ile ilgili 320 yetişkin ile yaptıkları çalışmada öz-anlayışın umut ve yaşam doyumu ile pozitif yönde ilişkili olduğuna ve öz-anlayış ile yaşam doyumu arasındaki pozitif ilişkiye umudun aracılık ettiği sonucuna ulaşmıştır. (Yang, 2016).

Mantelou ve Karakasidou kısa bir öz-merhamet müdahale programının öz-şefkat, olumlu ve olumsuz duygular ve yaşam doyumu üzerine etkinliğini ölçmek için yaptıkları çalışmada; öz-şefkat programına dahil olan bireylerin öz anlayış düzeylerinde gerçekleşen güçlü artış sonucu öz anlayışın yaşam doyumunu artırırken aynı zamanda bireylerin olumlu duygulanım düzeylerinde de artışa sebep olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Ulaşılan bulgular belirli müdahale programlarının uygulanmasının öz şefkatin psikolojik sağlamlılık üzerinde etkinliğini ortaya koyar(Mantelou, Karakasidou, 2017).

Reyes vd. Kolombiyalı yaşlı yetişkinlerde yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluş ile dayanıklılık ve sosyoekonomik durum arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmada yaşam doyumunun psikolojik sağlamlılık ve psikolojik iyi oluşu pozitif yönde etkilediği, aynı zamanda psikolojik iyi oluşun da yüksek sosyoekonomik statüden etkilendiği sonuçlarına ulaşılmıştır. Araştırmacılar kültürel faktörün de psikolojik sağlamlılığı etkilediğini belirlemişlerdir(Reyes vd., 2019).

Labrague öğrenci hemşirelerde Covid-19 pandemisi ile ilişkili stres, yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide aracı olarak psikolojik sağlamlık düzeyini ölçen ve Filipinli hemşire öğrencileri ele alan kesitsel bir çalışma yapmıştır. Pandemi stresini yüksek düzeyde yaşayan Filipinli hemşire öğrencilerin dayanıklılıkları, yaşam doyumları ve psikolojik iyi oluşları orta-yüksek düzeyde bulunmuştur. Çalışmada artan pandemi ile ilişkili stres; yaşam memnuniyetinin azalması ve daha düşük psikolojik refah ile ilişkilendirildi. Ayrıca psikolojik dayanıklılığın, pandemi ile ilişkili stresin öğrenci hemşirelerin yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşları üzerindeki olumsuz etkilerini azalttığı bulunmuştur(Labrague, 2021).

2.4. Öz Anlayış

Öz-anlayış bireyin yaşamında acı ve başarısızlık durumları ile karşılaştığında bu duygulardan kaçmak ve kendini eleştirmesi yerine kendine nazik, anlayışlı davranması, yaşadığı olumsuzluk karşısında kendini yaşamdan izole etmek yerine yaşadıklarının yaşamın bir parçası olduğunu kabullenmesi, tüm bireylerin yaşayabileceği deneyimin bir parçası olarak görmesi, negatif duygu ve düşüncelerin üzerinde yoğunlaşmak yerine bireyin olumsuz deneyimleri ile mantıklı bir bilinçle başa çıkması olarak açıklanır(Neff, 2003a). Öz anlayış genel olarak anlayışlı olmayı ifade eder. Bu anlayış kişinin hataları nedeniyle kendine saldırmak, kendini yok saymak ya da kandırmak yerine hatalarını koşulsuz kabul etmeyi ifade eder.

Bireyler yaşamları boyunca yas, tükenmişlik, ayrılık, yalnızlık ve üzüntü gibi olumsuz duygular yaşar. Bireyin yaşamına ruh sağlığını koruyarak devam edebilmesi için başarısızlığı yargılamadan anlayıp kabullenmesi büyük önem arz etmektedir(Deniz, Kesici ve Sümer, 2008). Bahsedilen olumsuz durumla mantıklı bir bilinçle başa çıkabilmek kişiyi anksiyete, depresyon, zihin baskısından kurtulacaktır. Öz anlayışın psikolojik sağlığı geliştirdiği, negatif duyguları önlediği, benlik saygısını ve yaşam doyumunu arttırdığı çeşitli çalışmalar ile ortaya konmuştur(Neff, 2003a).

Ayrıca birçok psikolojik kuram kişinin diğerlerinden ziyade kendilerini daha çok düşündüğünü varsayarken öz anlayış ise kişinin yalnızca kendisine karşı olumlu tutumu değil diğer bireylerin üzüntü ve acılarına karşı da anlayış geliştirmesini desteklemektedir(Sarıcaoğlu, 2015).

Kişinin yüksek öz anlayışa sahip olması pasif kişilik yapısında olabileceğini düşündürse de kişi öz anlayış tutumunu özümsemişse bu durum söz konusu olamaz. Öz anlayışa sahip olmak bireyin kendini eleştirmemesini gerektirse de birey hatalı olduğu ya da başarısız olduğu durumlarda bilinçli bir şekilde hata ya da başarısızlığını kabul ederek olumsuz duyguyu olumlu duyguya dönüştürebilme becerisine sahip olmasıdır(Neff, 2003b).

Germer ve Neff tarafından 2012 yılında uygulanmış öz şevkat arttırma programı pilot çalışmasında anlamlı sonuçlar elde edilmiştir. Programa dahil edilen bireylerin psikolojik iyi oluşlarında, yaşam doyumunda artış ve mutluluğun ortaya çıkmasının yanı sıra programa dahil olan bireylerde düşük düzeyde depresyon, kaygı ve stres gözlemlenmiştir. Çalışma ile öz anlayışın öğretilebilir bir beceri olduğu ve genel yaşam kalitesini arttırdığı ortaya konmuştur(Neff, Germer, 2013).

2.4.1. Öz Anlayışın Alt Boyutları

Neff (2003a) öz anlayış kavramını işlevsel hale getirebilmek için üç temel ögeye ayırmıştır. *Self-kindness* (kendine şefkat, öz şefkat, öz merhamet), *Common humanity* (Ortak paydaşım, paylaşımların bilincinde olma), *Mind fulness* (Bilinçli farkındalık).

2.4.1.1. Öz Şevkat(Self-Kindness)

Kişinin kendisine sert bir yargılama yapmaktansa kendi duygu ve düşüncelerini farkına vararak kendisine karşı şevkatli ve nazik bir tutum sergilemesi anlamına gelir(Neff, Dahm, 2015). Birey bir hata yaptığında yetersizlik hisseder ve başarısız olduğunu düşünebilir. Birey yaptığı hataya ve bu hatayı nasıl yaptığına odaklanmak yerine kendisinin nasıl mutlu ve daha iyi olacağına odaklanması öz şevkat gelişimini destekler nitelikte olacaktır(Kirkpatrick, 2005). Öz şevkate sahip bir birey olumsuz bir durumla karşılaştığında kendini yatıştırmaya çalışır, kendine karşı sabırlı ve nazik davranarak benliğinin zarar görmesini engeller(Neff, 2003a). Bahsedilen olumlu tutum ile birey gelişime ve değişime açık hale gelerek geniş bir bakış açısı kazanır. Sonuç olarak öz şevkate sahip bireyin yaşadığı olumsuz deneyimler nedeniyle kendini cezalandırmak yerine, kendine öz şevkatle yaklaşması benliğini koşulsuz kabul etmesini kolaylaştırır. (Neff, Dahm, 2015).

2.4.1.2. Ortak Paydaşım / Ortak insanlık (Common Humanity)

Ortak paydaşımı benimseyen bireyler yaşadıkları kötü tecrübe ve başarısızlıkların sadece kendi başına gelmediğini farkına vararak diğer tüm insanların benzer tecrübeler yaşadıklarını kabul eder. Bireyin böyle bir farkındalığa sahip olması; yaşadığı bu sürecin yalnız kendisine özgü olmadığı, bu durumun insanlığın ortak deneyiminin parçası olduğu düşüncesini benimsemesi ile kendini topluma ait hissetmesini sağlar. Ortak paydaşım; aynı zamanda kişinin huzursuzluk veren negatif duygulardan kaçmak ya da kaçınmak yerine bu duyguları pozitif biçimde düzenlemesidir(Neff, 2003a). Bu şekilde bireyin zorlukla baş etmesi kolaylaşır kendine ve çevresine öz şevkatli davranır(Özyeşil, 2011). Ortak paydaşım bilincinde olmamak bireyin tüm kötü olayların kendisinin başına geldiğini düşündürerek suçlu hissetmesine, kendini toplumdan izole etmesine ve yalnız hissetmesine yol açar(Neff, 2003a). Bu da bireyin yaşadığı acının daha da ağırlaşmasına sebep olur(Neff, 2011). Ancak ortak paydaşım ile diğer bireylerin de yaşadıkları benzer problemler bireyin kendi yaşamına daha geniş bir perspektiften bakmasını sağlar(Neff, Dahm, 2015). Ortak paydaşım kaynağını kültürden, adaletten, eşitlikten ve bağımsızlıktan alır. Ortak paydaşım bilincine varan bireyler

kendi kültürel değerlerini korudukları gibi diğer kültürel değerlere de saygı gösterirler. Bu tutumları da insani ilişkilerine yansır(Neff, Harter, 2003; Deniz, Sümer, 2010).

2.4.1.3. Bilinçli Farkındalık (Mindfulness)

Bireyin acı verici olaylar ile karşılaştığı zaman varolan sorunun üzerine yoğunlaşmak yerine sorunun farkına varmasıdır. Farkına varmak ile kastedilen bireyin sorunu görmezden gelmesi ya da abartması değil dengeli bir farkındalıktır(Neff, 2003a). Farkındalığı varma süreci oluşan birey kendini suçlamak ve yargılamak yerine sorunu olduğu gibi kabul eder. Bu durum oluştuğu zaman bireyin öz şevkati gelişir. Bireyin karşılaştığı problemi içinde bulunduğu şartlara göre yargılamayan bir tutumla düzenlemesi olumlu düşünceleri arttırıp olumsuz düşünceleri azaltmasına aynı zamanda bireyin kendisini anlamasına yardımcı olur(Deniz, Kesici, Sümer, 2008). Bilinçli farkındalık bireye şevkat, sevgi ve bağışlayıcı olmayı öğreterek öz anlayışlı olmasını sağlar(Germer, 2009).

Öz anlayışın bu üç bileşeni ne kadar ayrı tanımlansa da bu üç bileşen birbiriyle ilişkili ve etkileşim halindedir. Bu bileşenler arasında bilinçlilik diğer boyutlara göre doğrudan katkı sağlamaktadır. Öz anlayışa sahip bireyler bir problem yaşadıklarında bilinçli farkındalık sayesinde probleme odaklanmak yerine olumlu düşünceleri üreterek öz şevkatlerini geliştirir(Neff, 2003a).

2.4.2. Öz Anlayış Kavramında Bireysel ve Grup Farklılıkları

2.4.2.1. Aile Faktörü

Erken çocukluk döneminde çocuğun duygu düzenleme ile ilgili beyin bağlantıları gelişmektedir. Erken çocukluk dönemi yaşantılarında çocuğa birinci derece bakım verenin çocuğa hassas ve şefkatli yaklaşmadığında çocuğun öz anlayışa dair beyin bağlantıları gelişmeyeceğinden yetişkinlik dönemine erişen birey kendisine şefkatli davranamamaktadır(Göveç, 2014). Çocuk ilerleyen yaşamında mizacını oluşturacak becerileri içinde bulunduğu çevreden öğrenir. Çocuğun yetiştirilmesinde rol oynayan ebeveynlerin tutumları büyük önem arz etmektedir. Erken çocukluk döneminde sık sık eleştirilen ve cezalandırılan çocuk yetişkinlik döneminde tüm bireylerin yaşayabileceği olumsuz durumlar ile karşılaştığında kendisine şefkat göstermeyebilir. Birey bu durumun yalnızca kendi başına

geldiğini düşünerek kendini diğer insanlardan uzaklaştırıp olayı objektif şekilde değerlendiremeyecektir(Korkmaz, 2018).

Schafer iç psişik empati tecrübe etme yeteneğini, bireylerin duygularına yeterince dikkat edebilme becerisi olarak tanımlamıştır. Bunun yanında bu becerinin çocukluk döneminde gelen empatik cevapları içselleştirme ile geliştiğini savunmuştur(Schafer, 1964, 1968; Sümer, 2008). Buna benzer olarak Stolorow, Brandchaft ve Atwood çocukların erken yaşta kendilerini yetiştirenlerden iç duygu durumlarını anlamlandırma ve dikkat etme becerisini öğrendiklerini savunmuştur(Stolorow, Brandchaft ve Atwood, 1987; Sümer, 2008).

Bu da çocukluk döneminde sıcak ve destekleyici ilişkiler yaşayan, anlayış ve sevgi ile büyüyen çocukların yetişkinlikte empati yeteneği yüksek bireyler oldukları, kendisine ve çevresine karşı duyarlı tutum sergiledikleri bilinmektedir. Bu durumun tersi olarak eleştirel, katı kuralları olan, ilgi ve sevgiden mahrum bir aile ortamında yetişen çocukların yetişkinlikte öz şefkat konusunda yetersiz, psikolojik rahatsızlıklara yatkın bireyler oldukları görülmektedir(Neff, 2003a). Ort vd. tarafından yapılan araştırmada yüksek öz saygıya sahip bireylerin daha az depresyon ve anksiyete yaşadıkları ortaya konmuştur(Orth, Robins, Meier ve Conger, 2016; Sowislo ve Orth, 2013).

2.4.2.2. Cinsiyet Faktörü

Öz anlayış ile ilgili yapılan bazı çalışmalarda cinsiyet faktörüne göre öz anlayış düzeyinin değiştiği sonucuna ulaşılmıştır. Deniz vd. çalışmasında öz anlayış, yaşam doyumu ve negatif pozitif duygu çalışmasında farklı ülkelerin üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada Türkiye'de kız öğrencilerin erkek öğrencilere oranla daha yüksek öz anlayışa ve pozitif duyguya sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır(Deniz vd., 2012).

Neff ve arkadaşları tarafından yapılan çalışmada kadınların erkeklere oranla daha az öz anlayışlı olma özelliğine sahip oldukları, kadınların daha fazla özeleştiride bulundukları, olumsuz olaylar ile karşılaştıklarında kendi içlerine dönerek yalnız hissetmeye eğilimli oldukları saptanmıştır(Neff vd., 2003b).

2.4.2.3. Yaş Faktörü

Gelişim dönemlerine bakıldığında ergenlik öz anlayış oranının en düşük olduğu dönemdir(Neff, 2003a). Ergenlik döneminde benmerkezciliğin etkisiyle ergenin öz farkındalığı artar. David Elkind (1976)'e göre ergen benmerkezciliğinin unsurlarından biri

olan hayali seyirci; ergen herkesin dikkatinin onda olduğunu, sürekli izlendiğini düşünmesi ve kendini sürekli sahnedeymiş gibi hissetmesidir. Ergenlik ile birlikte Piaget'in bahsettiği bilişsel gelişim dönemlerinden soyut işlemler dönemine girilir(Santrock, 2015). Ergen düşüncesinin soyut nitelik kazanması ile çocukluğun verdiği olaya başkasının gözünden bakamama durumu yerini çevredeki insanların düşüncesini önemseme, ne tepki alacağını düşünmeye bırakır(Bacanlı, 2000; Sümer, 2008).

Neff ve McGehee'nin (2010) ergenler ve genç yetişkinler ile yaptığı öz şevkat ve psikolojik dayanıklılık düzeylerini inceledikleri çalışmada yetişkin ve ergenlerde psikolojik iyi oluşun öz anlayış ile pozitif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca aile ve bilişsel faktörlerin öz anlayıştaki bireysel farklılıkların yordayıcıları olduğu araştırmanın bulguları arasındadır(Neff, McGehee, 2010).

2.4.2.4. Kültür Faktörü

Öz anlayış kavramı farklı kültürlerde ele alındığında yapılan çalışmalarda kültürler arası farklılık gösterdiği sonuçlarına ulaşılmıştır. Yazıcıoğlu ve Deniz tarafından yapılan Kanadalı ve Türk üniversite öğrencilerinin öz anlayış merhamet ve duygusal zekalarının arasında fark olup olmadığını araştırdıkları çalışmada Türk öğrencilerin öz anlayış düzeylerinin anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır(Yazıcıoğlu, Deniz, 2019).

Deniz vd. tarafından Türk ve diğer ülke üniversite öğrencilerinin(İngiltere, Fransa, Polonya, Romanya, İtalya, Brezilya, İspanya, Ukrayna) öz-anlayış, yaşam doyumu, negatif ve pozitif duygu durumu karşılaştırmıştır. Çalışma sonucunda Türk öğrencilerin öz anlayış puanlarının diğer ülke öğrencilerine göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır(Deniz vd., 2012).

Neff öz anlayış ölçeğinin yapı geçerliliği çalışmasında Budist olan ve Budist olmayan grup arasında yaptığı karşılaştırmada Budist olanların öz anlayış düzeylerinin Budist olmayanlara göre daha yüksek çıktığı sonucuna ulaşmıştır(Neff, 2003b).

2.4.3. Öz Anlayışı Geliştirmek için Kullanılan Teknikler

Germer'e göre öz anlayışı geliştirmek için bireyin acısını kabullenerek kendini sakinleştirmeye istekli olması gerekmektedir. Tüm bireylerde öz anlayışlı olma güdüsü vardır. Fakat bu güdü kişi tarafından baskılanmış olabilir. Birey baskıladığı öz anlayışlı olma güdüsünü ortaya çıkarmaya başladığı andan itibaren kendisinde meydana gelen değişiklikleri

fark ederek içsel motivasyonun geliştiğini fark edecektir. Bu da bize öz anlayışın geliştirilebilir olduğunu gösterir(Germer, 2009).

Germer'e (2009) göre öz anlayışı geliştirmek için 5 temel yöntem vardır;

- Fiziksel
- Zihinsel
- Duygusal
- İlişkisel
- Manevi

2.4.3.1. Fiziksel Öz Anlayış

Stres altında vücut kendini korumaya almak için kaslar kasılır. Tehlike içsel kaynaklı olsa da dışsal kaynaklı olsa da beyin bunu algılayamaz. Bu sebeple kendine fırlatılan toptan kaçan bireyin yaşadığı stres ve zamanında uyanamayıp işe geç kalmak üzere olan bireyin endişe durumunda yaşadığı stres sonucu beyin tehlikede hisseder ve kaslar kasılır. Çünkü beyin tehlikenin içten mi dıştan mı geldiğini algılayamaz, tehlikenin varlığına odaklanır(Germer, 2009).

Stres altındayken bireyin kendini rahatlatmak için vücudunu sakinleştirmek ve gevşemek için yaptığı tüm fiziksel her şey fiziksel öz anlayış kategorisine girer. Yapılan nefes ve gevşeme egzersizleri, spor faaliyetleri, sağlıklı ve düzenli beslenmek fiziksel öz anlayış içerisinde yer alır. Yapılan aktiviteler fiziksel öz anlayışa uygun olup aynı zamanda zihni de rahatlatır(Germer, 2009).

2.4.3.2. Zihinsel Öz Anlayış

Bireyin zihni olumsuz düşüncelerle meşgulken o düşünce üzerine yoğunlaşıp zihninde tekrar etmek yerine düşüncelere direnmekten vazgeçerek zihninden uzaklaşmasını sağlamak önem arz etmektedir. Zihinsel öz anlayışı geliştirmek için 'slogan' yöntemi kullanılabilir. Bu sloganlar her bireyin yaşadığı durum ve oluşan ihtiyacına göre şekillenmelidir. Örneğin 'kendini sev', 'sadece senin başına gelmiyor' veya 'sadece sen hata yapmıyorsun' gibi sloganlar kullanılabilir. Bu sloganların tekrarlanması zihni rahatlatarak zihinsel öz anlayışın gelişimine destek olacaktır(Germer, 2009).

Sorunların çözüldüğünü ve mutlu bir insan olduğunu hayal etme de zihinsel öz anlayışı geliştirme yöntemlerinden biridir. Ayrıca bireyin ölümünü düşünmesi de yaşamının değerini

anlamasına sebep olarak zihinsel öz anlayış içinde yer alan bir egzersiz sayılabilir(Germer, 2009).

2.4.3.3. Duygusal Öz Anlayış

Üzüntü veren olaylarla başa çıkabilmek için duygularını kontrol altına alabilmek anlamına gelir. Duygusal öz anlayış, empati, sevgi, şefkat, affedici olmak, düşüncelilik ile ortaya çıkar. Çoğu insan bir hata yaptığında kendini affetmekte zorlanır ve kendine karşı anlayışlı olamaz. Kişinin kendini affetmesi için kendine yönelik olumsuz tekrarlayıcı düşüncelerden uzaklaşması duygusal öz anlayış oluşturmaya yardımcı olur. Bireyin duygularıyla barışık olması için çeşitli aktivitelerle olumsuz duygularını boşaltması yerinde olacaktır. Müzik dinlemek, yemek yapmak, belgesel izlemek, çiçek yetiştirmek, seyahat etmek gibi aktiviteler rahatsız edici duygulardan uzaklaşmayı sağlayarak bireye yardımcı olur(Germer, 2009).

2.4.3.4. İlişkisel Öz Anlayış

İnsanlarla olan iletişimi sürdürüp yalıtılmışlıktan uzak durmak öz anlayışın bir parçasıdır. İnsanlar yalnız olmasa da bazen kendilerini yalıtılmış hissedebilirler. Yalıtılmışlık duygusu bireylerde umutsuzluğa neden olarak bireyi mutsuzluğa sürükleyebilir. Birey kendini diğer insanlardan izole ederek sosyal destek çevresini küçültür. Oysaki diğer bireylerle kurulan iletişim duygusal açıdan büyük etkiye sahiptir. İnsanlara karşı şefkatli olmak, iyilik yapmak ve empati kurmak bireye iyi hissettirerek ilişkisel öz anlayışın gelişmesini sağlar(Germer, 2009).

2.4.3.5. Manevi Öz Anlayış

Tanrı, sevgi, barış, değerler v.b. soyut manevi değerleri içerir. Dini inanç ve değerleri içeren manevi öz anlayış kendine ve başkalarına değer vermenin önemli olduğu inancıyla hareket etmeyi sağlar. Bireyin manevi olarak inancının olması, önem verdiği değerlerini korumaya çalıştığı değerler olması; bireyi kendini korumaya ve kendine karşı anlayışlı olmaya yöneltir(Germer, 2009).

Öz anlayışı geliştirmek için Gilbert ve Irons kendilerini acımasızca eleştiren bireyler için Compassionate Mind Training (CMT) terapotik yaklaşım programı geliştirmişlerdir. Bu

yaklaşım bireyin sakinleşmesini, güven kazanmasını ve bireyin hatalarına karşı tolerans geliştirmesini sağlar. Yaklaşımın etkililiği ile ilgili araştırmalar henüz başlangıç aşamasında olmasına rağmen programın bireylerin kendine öfke, anksiyete ve depresyonu azalttığı sonuçlarına ulaşılmıştır(Neff ve ark., 2007).

Kabat ve Zinn stres yönetimi için Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) programı oluşturmuştur. Shapiro, Astin, Bishop ve Cordova (2005) tarafından yapılan araştırmada programın öz anlayış seviyesine etkisi araştırılmıştır. Çalışmaya katılan bireyler altı haftalık MBSR programına dahil edilmiş, program sonunda katılımcıların öz anlayış seviyelerinin önemli ölçüde artış olduğu sonucuna ulaşılmıştır(Shapiro vd., 2007).

2.4.4. Öz Anlayış ile İlgili Yapılan Çalışmalar

2.4.4.1. Öz Anlayış Hakkında Yurtiçinde Yapılan Çalışmalar

Yılmaz üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada öz anlayışa anne ve baba tutumunun etkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda anne baba tutumunun öz anlayış üzerindeki etkisini anlamlı bulmuştur. Araştırmada incelenen cinsiyet, sosyoekonomik düzey, anne babanın eğitim düzeyi değişkenleri ile öz anlayış düzeyi arasındaki fark anlamsız bulunmuştur. Ayrıca öz anlayış puanı ile kardeş sırasındaki fark; son kardeşin ilk ve ortanca kardeşe göre puanının yüksek bulunduğu görülmüştür(Yılmaz, 2009).

Bolat araştırmasında üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlıkları ve öz-anlayışları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Necmettin Erbakan Üniversitesi öğrencileri üzerinde yapılan araştırma sonucunda ulaşılan öz anlayış puanları; psikolojik sağlamlılık ile güçlü olma, girişimci olma, iyimser olma ve iletişim arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Ayrıca öz anlayış puanları ile psikolojik sağlamlılık alt boyutlarından öngörü, amaca ulaşma, lider olma, araştırıcı olma ve psikolojik sağlamlılık toplam puanları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur(Bolat, 2013).

Duran tarafından yapılan araştırmada zihinsel engelli bireylerin ebeveynlerine yönelik verilen psikoeğitimin öznel iyi oluş ve öz duyarlılığa etkisi araştırılmıştır. Uygulanan program deney ve kontrol grubu bulunan, 8 oturumdan oluşan bir programdır. Program sonucunda engelli bireye sahip ebeveynlerin öznel iyi oluş ve öz duyarlılık düzeylerinde artışlar görülmüştür. Aynı zamanda ülkemizde engelli bireylerin ailelerine yönelik müdahale programlarının çok az olduğu sonucuna ulaşılmıştır(Duran, 2014).

Barutçu Yıldırım ve Demir'in araştırmasında öz saygı, öz anlayış ve akademik özyeterlilik değişkenlerinin kendini engellemeyi ne derecede etkilediğini üniversite öğrencileri örnekleminde incelemişlerdir. Öz saygı ve öz anlayış ile kendini engelleme arasında negatif ilişki olduğu, akademik öz yeterlilik arttıkça kendini engellemenin azaldığı bulunmuştur. Yani öz saygı, öz anlayış ve akademik öz yeterlilik arttıkça öğrencilerin kendini engelleme eğilimi azalmaktadır(Barutçu Yıldırım, Demir, 2017).

Avşaroğlu ve Güneş özel gereksinimli bireye sahip ebeveynlerin yaşam doyumlarını öz anlayış ve merhamet düzeylerine göre incelemiştir. Araştırmaya katılan ebeveynlerin öz anlayışları, merhamet düzeyleri ve yaşam doyumları arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Ebeveynlerin merhamet düzeyi alt boyutları olan umursamazlık, sevecenlik ve paylaşımların bilincinde olma puanlarının yaşam doyumu puanları ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür. Sonuç olarak özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin öz anlayış ve merhamet tutumlarının arttırılması yaşam doyumunu da arttıracaktır(Avşaroğlu, Güneş, 2019).

Sarıcaoğlu ve Arslan bireylerin öz anlayış düzeylerini yükseltmeyi hedefleyen bilinçli öz anlayış programını geliştirerek üniversite öğrencilerine uygulamışlardır. Deney ve kontrol grubunun yer aldığı deneysel araştırmada program öncesinde deney ve kontrol grubunun öz anlayış düzeylerinde anlamlı bir farklılık olmadığı; program uygulandıktan sonra yapılan öz anlayış ölçeği puanlarının deney grubundaki katılımcıların kontrol grubu katılımcılarına göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonucunda bilinçli öz anlayış programının öz anlayışı arttırmada etkili olduğu ortaya konmuştur(Sarıcaoğlu, Arslan, 2019).

2.4.4.2. Öz Anlayış Hakkında Yurtdışında Yapılan Çalışmalar

Kirkpatrick araştırmasında Gestalt iki sandalye tekniğini kullanarak öz-anlayışı geliştirmeyi amaçlamıştır. Kontrol ve deney grubu kullanarak yürütülen çalışma sonucunda öz anlayış ve psikolojik sağlık arasında anlamlı bir ilişkinin var olduğunu bulmuştur. Çalışma grubunun öz anlayışını arttırmak için kullandığı tekniğin öz anlayışı arttırabildiği bunun da insanların sosyal bağlarını, benlik saygılarını, kişisel gelişimlerini, özerklik ve iyimserlik becerilerini arttırırken; öz eleştiri, depresyon ve anksiyete gibi olumsuzlukları azalttığı sonucuna ulaşmıştır(Kirkpatrick, 2005).

Leary, Tate, Adams, Allen ve Hancock çalışmalarında olumsuz günlük yaşam olayları sonucu oluşan duyuşsal ve bilişsel tepkilerin kişinin öz anlayış düzeyinden etkilendiğini ortaya

koymuşlardır. Öz anlayışın varlığının olumsuz olaylardan etkilenme oranını azatlığını bulmuşlardır(Leary vd., 2007).

Thompson ve Waltz tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan araştırmada travma geçirmiş öğrencilerin travma sonrası stres bozukluğu ile öz anlayış düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda kaçınmacı başa çıkma stratejileri ile öz anlayış arasında negatif yönde ilişki bulunmuştur. Bunun sonucunda yaşanan travmatik yaşantılar ile başa çıkmada öz duyarlılığın kolaylaştırıcı etkisi olduğu ortaya konmuştur(Thompson, Waltz, 2008).

Neff ve McGehee'nin araştırmasında ergen ve genç yetişkinlerin psikolojik dayanıklılıklarını incelemiştir. Yapılan çalışma sonucunda yetişkinlerde ve ergenlerde öz anlayışın psikolojik iyi oluşu benzer düzeyde etkilediği bulunmuştur. Çalışmada ortaya çıkan öz anlayıştaki bireysel farklılıkların aile faktörü ve bilişsel faktöre bağlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır(Neff, McGehee, 2010).

2.5. Psikolojik Dayanıklılık

Psikolojik dayanıklılık bir tehdit, travma, ailesel sıkıntılar, ciddi sağlık problemleri, iş yeri problemleri ve ciddi tehlikelere maruz kalma gibi stres verici durumlar karşısında bireyin uyum sağlayarak kendini iyileştirme ve eski haline gelebilme yeteneğidir(Tusaie, Dyer, 2004). Aynı zamanda psikolojik dayanıklılık zorluğa karşı dirençlilik, esneklik, sağlamlılık ve hızlı iyileşebilme kapasitesi gibi kişilik özellikleri anlamında da kullanılır(Karaırmak, 2006).

Fraser, Richman ve Galinsky bir başka tanımda psikolojik dayanıklılığı kişinin olağandışı koşullara uyum sağlayarak olumlu ve beklenenin dışında başarılar kazanması olarak tanımlamıştır(Fraser vd., 1999).

Yüksek riskli dezavantajlı gruplarda düşük akademik başarı, sosyal beceride yetersizlik, düşük öz güven olası sonuçlardır. Fakat bu bireylerin psikolojik sağlamlılığa sahip olması; stres verici durumlarla başa çıkabilme, uyum sağlama ve yeniden düzen oluşturabilme kapasitelerinin yüksek olduğuna işaret eder(Masten, 1994; Karaırmak, 2006). Psikolojik sağlamlılık çalışmalarında öncü kabul edilen Garmezy psikolojik sağlamlılığın anahtarının toparlanma gücü olduğu ve bireyin stres verici olayı yaşamadan önceki haline dönebilme yeteneği olduğunu ifade etmiştir(Garmezy, 1993).

Masten ve Coatsworth psikolojik sağlamlılığı ciddi risk durumlarına uyum sağlayıp gelişmeye neden olan yetkinlik olarak tanımlayıp iki noktaya dikkat çekmiştir. Bunlar ciddi tehdit veya risk durumunda gösterilen uyumun etkililiğidir(Masten, Coatsworth, 1998).

Richardson psikolojik sağlamlılık kavramını 3 boyut ile açıklamıştır. İlk boyutta psikolojik sağlamlılığı özelliklerini içeren koruyucu faktörler yer almaktadır. İkinci boyutta yaşanan olaylar ile baş edebilme, sonuncu boyutta ise psikolojik sağlamlılığı oluşturan özellikleri geliştirebilme yer almaktadır. Bahsedilen son boyutta kişinin doğuştan gelen potansiyelini ortaya çıkarması vurgulanmaktadır(Richardson, 2002).

Psikolojik sağlamlılıkla ilgili tanımlara genel olarak bakıldığında risk faktörleri, koruyucu faktörler ve ortaya çıkan risk karşısında uyum dikkat çekmektedir. Garmezy psikolojik sağlamlılık ile ilgili araştırmaların; yaşam olaylarının bireyleri olumsuz etkileyen çocukluk yaşantıları, aile ve çevreden kaynaklanan risk faktörleri ve risk durumlarında bireyin uyum sağlamasına yardımcı olan koruyucu faktörlerin neler olduğuna cevap vermesi gerektiğini ifade etmiştir(Garmezy, 1993).

2.5.1. Psikolojik Dayanıklılığı Etkileyen Faktörler

2.5.1.1. Risk Faktörleri

Çocukluk ve ergenlik döneminden itibaren zorluk, sıkıntı ve tehlike durumları ile karşı karşıya kalmak bireyin gelişim döneminde aksamalara yol açacaktır. Aynı şekilde yetişkinlik döneminde de yaşadığı olumsuz deneyimler, problemin oluşması ve devam etmesi bireyin psikolojik sağlamlılığını korumasında risk faktörü oluşturur(Werner, 1989). Risk faktörleri kişiye, aileye ve sosyal çevreye bağlı ortaya çıkabilir. Kişiyle ilgili risk faktörleri; düşük benlik saygısı, oto kontrol güçlüğü, başa çıkma mekanizmasının yetersiz oluşu, olumsuz yaşam olayları, kronik veya ruhsal hastalığın varlığını içermektedir(Werner, 1989). Aile ile ilgili risk faktörleri; ebeveynlerin ayrılığı, ebeveyn yokluğu, istismar, ihmal, iletişim kopukluğu yer almaktadır(Ruther, 1987; Sipahioğlu, 2008). Toplumsal risk faktörleri; sosyoekonomik sıkıntılar, sosyal destek çevresinin olmayışı, madde kullanımı, işsizlik, göç yer alır(Gürgan, 2014). Bu risk faktörlerinin psikolojik sağlamlılığı olumsuz etkilerini azaltmada aile, toplum ve okul çevresi etkili olacaktır(Gürgan, 2006).

Masten ortaya çıkan bir risk durumu olmadan kişinin psikolojik dayanıklılığının var olup olmayacağının anlaşılamayacağını ifade etmiştir(Masten, 2001; Werner, 1989).

2.5.2.2. Koruyucu Faktörler

Psikolojik dayanıklılıkla ilgili önemli bir mekanizmadır. Olumsuz yaşam olaylarına karşı negatif etkiyi azaltarak bireyin uyum sürecinin hızlanmasını sağlar(Karaırmak, 2006). Kişilik özelliği olarak kabul edilen psikolojik dayanıklılık kaynağını içsel ve dışsal koruyucu faktörlerden alır. Olumlu kişilik özelliği içsel; sosyal destek çevresi dışsal koruyucu faktördür(Murray, 2003).

Akademik beceri, zeka, özgüven, problem çözebilme becerisi (Kohler, 1993), ileriye dönük olumlu ve iyimser bakış açısı bireye bağlı koruyucu faktörlerdir. Bu alanda öncü olan Garmezy tarafından yüksek sosyoekonomik düzey, aile içi iletişim, ebeveynlerin kendini yeterli hissetmesi gibi olumlu algı, sosyal becerilerin varlığı psikolojik dayanıklılığı pozitif yönde destekleyen koruyucu faktörler olduğu belirlenmiştir(Garmezy, 1987).

Werner koruyucu faktörleri bireyin kendisiyle ilgili olumlu yöneltmesi, aile içi duygusal bağlar ve toplumsal destek ağının varlığı olarak üç başlıkta açıklamıştır.

Bireysel Faktörler; öz yeterlilik, özgüven, sevilen biri olma, sosyal beceriye sahip olma(Werner, 1989).

Aile ile İlgili Faktörler; ebeveynler ile olumlu ilişki, sosyoekonomik düzeyin iyi durumda olması, aile bağlarının güçlü olması(Werner, 1989).

Aile Dışındaki Koruyucu Faktörler; aile dışındaki bir bireyle yakın ilişki, sosyal destek ağının varlığı, akran desteği(Werner, 1989).

Psikolojik dayanıklılığı etkileyen faktörler olumlu ise psikolojik sağlamlılık korunurken, olumsuz faktörler ruhsal sağlığı olumsuz etkileyerek psikolojik sağlamlılığı olumsuz etkilemektedir(Öz, Bahadır Yılmaz, 2009). Psikolojik dayanıklılığı gelişimsel açıdan araştıran araştırmacılar risk faktörleri ve olumsuz deneyimlere rağmen bireyin zorluklara uyum sağlayarak normal gelişimi tamamlaması şeklinde tanımlamışlardır(Fonagy vd., 1994).

Tüm bireysel ve çevresel koruyucu faktörler incelendiğinde bu faktörlerin riskli durumlara karşı tek başlarına etki ettiği ya da doğrudan psikolojik sağlamlılığın sebebi sayılamayacağı, psikolojik sağlamlılığın faktörlerin birbiriyle etkileşimi ve pek çok faktörün bir araya gelmesi sonucu oluştuğu bilinmektedir(Fraser, 1997; Gizir, 2007).

2.5.2. Psikolojik Dayanıklılığı Sağlam Bireylerin Özellikleri

Bazı araştırmacılar genetik özelliklere odaklanarak psikolojik dayanıklılığın doğuştan getirildiğini öne sürmüştür(Block, Block, 1980; Basım, Çetin, 2011). Fakat psikolojik dayanıklılığın öğrenilebilir bir kişilik özelliği olduğunu ortaya çıkaran araştırmalar da bulunmaktadır(Beardslee, Podorefsky, 1988). Psikolojik dayanıklılık ile ilişkili birçok kişilik

özelliği bulunmaktadır. Özsaygı (Dumont, Provost, 1999), umut ve öğrenilmiş iyimserlik (Seligman, 1990), yaşam doyumu (Fredrick vd., 2003), özgüven (Dubois vd., 2002) gibi kişilik özellikleri literatürde psikolojik dayanıklılık ile ilişkilendirilmiş kişilik özellikleridir.

Uyum sağlama, mizah anlayışı, farklı bakış açılarına sahip olma, esneklik gibi kişilik özelliklerine sahip olma; psikolojik dayanıklılığı yüksek bireyleri, psikolojik dayanıklılığı düşük bireylerden ayırdığı ortaya konmuştur(Masten, 1986; Karaırmak, 2006).

2.5.3. Psikolojik Dayanıklılık ile İlgili Yapılan Araştırmalar

2.5.3.1. Psikolojik Dayanıklılık Hakkında Yurtiçinde Yapılan Çalışmalar

Ülkemizde konuya ilişkin ilk çalışma Gizir tarafından ilköğretim sekizinci sınıfa giden yoksul çocuklar üzerinde yapılmıştır. Çalışma psikolojik dayanıklılığın akademik boyutu olan akademik sağlamlılık düzeyi ve akademik düzeyi etkileyen koruyucu faktörler üzerine yapılmıştır. Araştırma sonuçları en önemli dış koruyucu faktörlerin ailenin yüksek beklentisi ve akran ilişkilerinin olduğu; içsel koruyucu faktörlerin de olumlu benlik algısı, akademik yatkınlık, eğitime olan ihtiyaç, empatik düşünce, öz kontrol ve geleceğe ümit ile bakma olduğu bulunmuştur(Gizir, 2004).

Eminağaoğlu sokak çocuklarının dayanıklılığı üzerine yaptığı çalışmada sokak çocukları ve çalışan çocuklar örneklemini kullanmıştır. Araştırma sonucunda sokak çocuklarının çalışan çocuklara göre iş birliği ve duygusal yakınlık kurmaya daha yatkın olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bulguya göre sokak çocuklarının akran ilişkilerinin iyi olmasında, akranları olan sokak çocuklarının en önemli sosyal desteği sağlaması olduğu düşünülmektedir. Bunun yanında sokak çocuklarının daha çok depresif duygulanıma, işbirliğinde yetersizliğe ve daha fazla bilişsel katılığa sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır(Eminağaoğlu, 2006).

Terzi üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmasında; bireylerin psikolojik dayanıklılıkları ile algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda öğrencilerin algıladıkları sosyal destek ile psikolojik dayanıklılıkları arasında ilişki olduğu bulunmuştur. Araştırmacı kişilik özelliklerinin bireyin sosyal çevresiyle etkileşimini etkilediğini, sosyal çevreninde kişilik üzerinde etkin olduğunu saptamıştır. Ve psikolojik dayanıklılığın da kişilik özelliği olduğu bu nedenle de sosyal destek ile ilişkili olduğu ortaya konmuştur(Terzi, 2008).

Çakır İngiltere'de yaşayan Türk göçmen kadınların psikolojik sağlamlılığını ölçmek için nitel ve nicel yöntemler kullanmıştır. Nicel verilere göre orta ve yüksek eğitim düzeyi,

kültüre adapte olma, psikolojik sıkıntının minimum düzeyde olması ölçülen psikolojik sağlamlılık düzeyinin yüksek çıkması ile ilişkili bulunmuştur. Nitel sonuçlara bakıldığında kadınların eğitime ilgi ve yöneliminin veya eğitimini geliştirme tutumunun olması, psikolojik dayanıklılığın koruyucu bir faktör olması sonucu ile ilişkili bulunmuştur(Çakır, 2009).

Bayraklı tarafından 2008-2009 öğretim yılında Ankara ilinde devlet okulunda kaynaştırma sınıfına devam eden engelli olmayan öğrencilerin ve aynı okula devam eden zihinsel engelli kaynaştırma öğrencilerinin anneleri ve özel eğitim merkezleri, eğitim uygulama okullarına devam eden zihinsel engelli öğrencilerin anneleri ile çalışma yapılmıştır. Zihinsel engelli çocuğu olan ve zihinsel engelli çocuğu olmayan annelerde sosyal desteğin niceliği ve niteliği iki kısım halinde; problem odaklı başa çıkma ve yılmazlık üzerindeki etkisi incelendiğinde, sosyal desteğin niceliği ve niteliğinin problem odaklı başa çıkmayı olumlu yönde, yılmazlığı ise düşük ve olumlu yönde, son olarak da problem odaklı başa çıkmanın yılmazlığı olumlu ve yüksek düzeyde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır(Bayraklı, 2010).

Demir tezinde otizmli çocuk annelerinin benlik saygısı ve somatizasyon düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonuçlarına bakıldığında sağlıklı çocuk annelerinin benlik saygısı düzeylerinin otizmli çocuk annelerine göre daha yüksek bulunmuştur. Otizmli çocuk annelerinin somatizasyon düzeyleri sağlıklı çocuk annelerinden daha yüksek olmasına rağmen anlamlı bir fark bulunamamıştır. Sonuç olarak benlik saygısı ile ruhsal belirti düzeyi ve somatizasyon düzeyleri arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür(Demir, 2010).

Saban zihinsel engelli kardeşe sahip olan ve olmayan çocukların kaygı durumları ve benlik saygılarını incelediği çalışmasında özel eğitim merkezine devam çocukları örneklem olarak seçmiştir. Araştırma sonucunda zihinsel engeli olan ve olmayan kardeşi olan çocukların sürekli kaygı düzeyleri ile benlik saygıları arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir. Zihinsel engelli kardeşe sahip çocukların benlik saygısının kardeşlerinin durumundan etkilenmediği bulunmuştur. Ayrıca zihinsel engelli kardeşi olan kız çocuklarının engelli kardeşi olmayan kız çocuklarına oranla kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür(Saban, 2010). Bu çalışma ile zihinsel engele sahip kardeşi olan ve olmayan çocukların yaşına, cinsiyetine, ebeveyn mesleğine ve kaçıncı çocuk olduğuna göre benlik saygısı düzeylerinin değişmediği sonucuna ulaşılmıştır(Saban, 2010).

2.5.3.2. Psikolojik Dayanıklılık Hakkında Yurtdışında Yapılan Çalışmalar

Dumont ve Provost'ın ergenler üzerinde yaptıkları araştırmada psikolojik dayanıklılık özelliğine sahip ergenlerin, savunma mekanizması olmayan ergenlere göre öz saygı puanları

daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca psikolojik dayanıklılığa sahip ergen grubunun problem çözme becerisi de yüksek bulunmuştur(Dumont, Provost, 1999).

Voegler barınakta yaşayan evsiz 9-15 yaş çocuk ve anneleriyle yaptığı çalışmada evsiz gençlerin psikolojik dayanıklılığı üzerinde çoklu riskin etkisini azaltmada anne ve çocuğun rolünü araştırmıştır. Çocukların yüksek risk karşısında sosyal davranışları ve sosyal yaşantıları koruyucu olarak rol almıştır. Çocukların dayanıklılıkları en çok bilişsel yetenek, sosyal yeterlilik ile ilişkili bulunmuştur(Voegler, 2000).

Heiman zihinsel, fiziksel engelli ve öğrenme güçlüğü olan çocukların ailelerinin dayanıklılıkları, başa çıkma becerileri ve gelecek beklentileri ile ilgili araştırmasında; ebeveynlerin çocuklarının engel durumlarını öğrendiklerinde ilk tepkileri, duyguları, sosyal destek ağları ve bu yönde kullandıkları hizmetler, gelecekten beklentileri konularını incelemiştir. Araştırma sonucunda ebeveynlerin büyük çoğunluğunun özel gereksinimli bir çocuğa sahip olduklarını öğrendiklerinde hayatlarında değişiklik yapmak zorunda kaldıkları öğrenilmiştir. Bu aileler sosyal yaşamlarında da hayal kırıklığı ve memnuniyetsizlik duyguları geliştirdiklerini ifade etmişlerdir. Aynı zamanda ebeveynler doğru yaklaşımın engel durumunu kabul etmede, geleceğe karşı güçlü bir inanç ve iyimser bir bakış açısının etkili olduğunu ifade etmişlerdir(Heiman, 2002).

Sills vd. üniversite öğrencileri örneklemi üzerinde psikolojik dayanıklılık, kişilik özellikleri, başa çıkma tarzları ve psikiyatrik belirtiler arasındaki ilişkileri incelemiştir. Psikolojik dayanıklılık kişilik boyutu olan dışa dönüklülük ve vicdanlılık ile pozitif yönde ilişkiliyken nevrotizm ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Başa çıkma şekillerinin psikolojik dayanıklılığı kişilik özelliklerine göre daha çok etkilediği bulunmuştur. Araştırmaya göre başa çıkma şekillerinden görev yönelimli başa çıkma; psikolojik sağlamlılık ile olumlu yönde ilişkili; duygu yönelimli başa çıkma psikolojik sağlamlılık ile olumsuz yönde ilişkilidir(Sills vd., 2006).

Bonnano vd. 11 Eylül saldırılarına tanık olan 2752 birey ile yaptıkları çalışmada travma sonrası psikolojik dayanıklılığın bu bireyler arasındaki yaygınlığını incelemişlerdir. Araştırma 11 Eylül saldırısı sonrası altı ay içerisinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmada travma sonrası stres bozukluğunun bir belirtisini gösteren ya da hiç belirti göstermeyen birey olarak psikolojik dayanıklılığın var olup olmadığı incelenmiştir. Araştırma sonucunda psikolojik dayanıklılığın örneklem içinde yaygın olduğu bulunmuştur. Yapılan cinsiyet karşılaştırmasında erkek katılımcıların kadın katılımcılara oranla psikolojik dayanıklılıklarının daha yüksek olduğu görülmüştür(Bonnano, 2009).

Lloyd ve Hastings zihinsel engelli çocuğa sahip anne ve babaların psikolojik dayanıklılığı etkileyen umut faktörünü inceledikleri çalışmada; ebeveynler umut ve olumlu duygularını, psikolojik dayanıklılığın alt boyutları olan anksiyete, stres gibi duygularını ve çocukların davranış sorunlarını bildirdiler. Annelerinin umut düzeylerinin düşük olması ve çocuklarının davranış problemlerinin varlığı, anneyi depresyona ittiği ortaya konmuştur. Tersi olarak umudun fazlalığı ve davranış sorunlarının az olması annelerin psikolojik dayanıklılıklarını arttırdığı bulunmuştur. Babaların ise kaygı ve umutsuzluğun, umutluluk seviyesini düşürdüğü, pozitif duygulanımın da umutluluk seviyesini arttırdığı bulunmuştur(Lloyd, Hastings, 2009).

McConnell ve Savage araştırmalarında zihinsel engelli çocuğa bakım veren ailelerin psikolojik dayanıklılık düzeylerini incelemiştir. Zihinsel engelli çocuğa sahip ebeveynler ortalamanın üzerinde stres, kaygı ve depresyon oranları bildirme eğilimindedir. Psikolojik sıkıntının kronikleşmesi evlilik sorunları, aile işlev bozukluğu ve pek çok fiziksel zihinsel sağlık sorunu ortaya çıkarabilmektedir. Zihinsel engelli çocuğa sahip olmak literatürde stres faktörü olarak ortaya çıkmaktadır. Araştırma ailenin çocuğa başarılı bir şekilde bakım verebilmesi için uyum sağlaması gerektiğini savunmaktadır. Sonuç olarak psikolojik dayanıklılık düzeyini etkileyen risk faktörlerinin ortadan kaldırılması özel gereksinimli çocuğun bakımına adaptasyonu olumlu yönde etkiler(McConnell, Savage, 2015).

Literatüre bakıldığında öz anlayış, psikolojik sağlamlılık ve yaşam doyumu kavramlarının birbiriyle ilişkili değişkenler olduğu anlaşılmıştır. Fakat bu değişkenlerin ilişki düzeylerinde aracı etkisinin olup olmadığı net olarak bilinmemektedir. Ayrıca literatürde özel gereksinimli çocuğa sahip anne ve babalar ile yapılan çalışmaların sınırlı olduğu dikkat çekmektedir. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşadıkları problemler, bu problemle başa çıkabilme düzeylerine göre öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin yaşam doyumlarına etkisi konusunda daha ayrıntılı bilgi edinip literatüre kazandırmak amacıyla bu çalışma yapılmıştır.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın modeli\deseni, evren ve örneklem, veri toplama araçları, veri toplanırken kullanılan ölçekler, veri toplama şekli ve toplanan verilerin analizine ilişkin yöntem ve teknikler hakkında bilgilere yer verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Modeli / Deseni

Bu araştırmada özel gereksinimli çocuğa sahip anne babaların öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin yaşam doyumuna etkisi ve aralarındaki ilişkilerin inceleneceği betimsel yönteme dayalı ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

3.2. Evren / Örneklem / Çalışma Grubu / Katılımcılar

Bu araştırmanın evrenini basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile Türkiye'de bulunan, 0-18 yaş özel gereksinimli çocuğa sahip gönüllü anne ve babalar oluşturmaktadır. Örneklem sayısı belirlenirken Türkiye'de bulunan özel gereksinimli birey sayısı (2.511.950, Engelli ve Yaşlı İstatistik Bülteni, 2021) dikkate alınmış ve örneklemin evreni temsil etmesi amaçlanmıştır.

Çalışmaya katılım gönüllülük esasına göre yapılmıştır. Katılımcılara çalışmaya ilişkin bilgi verilmiş, çalışmanın amacı açıklanarak herhangi bir kişisel bilgi alınmayacağı belirtilmiştir. Çalışmaya tüm engel grupları dahil edilmiş, çalışmaya katılan ailelere "Google Formlar"da hazırlanan, içeriğinde Kişisel Bilgi Formu, Yaşam Doyumu Ölçeği, Öz Anlayış Ölçeği ve Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin bulunduğu form online olarak iletilmiştir.

Google formlar üzerinden gönüllü katılımcılarla paylaşılan ölçeklerden önce katılımcılara gönüllü katılımcı onam formu sunulmuş bu formu onaylamaları halinde ölçekler yanıtlanmaya açılmıştır. Gönüllü katılımcı onam formunda araştırmanın amacı, araştırma sırasında alınan bilgilerin gizli tutulacağı ve sadece araştırma amaçlı kullanılacağı, araştırmaya katılımın gönüllü olduğu ve çalışmaya katıldıktan sonra çalışmadan çıkabilecekleri açıkça belirtilmiş olup araştırma sürecinde konuyla ilgili her türlü soru ve görüşleri için araştırmacının iletişim bilgisi verilmiştir.

Araştırma 307'si (%82,3) anne ve 66'sı (%17,7) babadan oluşan toplam 373 0-18 yaş özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Ebeveynlerin 18'i (%4,8) 25 yaş ve altında, 144'ü (%38,6) 26-35 yaş aralığında, 158'i (%42,4) 36-45 yaş aralığında ve 53'ü (%14,2) 46 yaş ve üzerindedir. Ebeveynlerin 120'si (%32,2) çalışmaktadır ancak 253'ü (67,8) çalışmamaktadır. Ebeveynlerin 10'u (%2,7) okuryazar, 62'si (%16,6) ilkokul mezunu, 82'si (%22,0) ortaokul mezunu, 84'ü (22,5) lise mezunu, 121'i (%32,4) üniversite mezunu ve 14'ü (%3,8) lisansüstü mezunudur. Ebeveynlerin 343'ü (%92,0) birlikte iken 30'u (%8,0) ayrılmıştır. Ebeveynlerin 103'ü (27,6) tek çocuk sahibi, 186'sı (%49,9) 2 çocuk sahibi, 66'sı (%17,7) 3 çocuk sahibi ve 18'i (%4,8) 4 ve daha fazla çocuk sahibidir.

Özel gereksinimli çocukların 123'ü (%33,0) otizm spektrum bozukluğu, 67'si (18,0) iletişim bozukluğu, 33'ü (%8,8) entelektüel yeti yitimi, 18'i (%4,8) nörogelişimsel bozukluk, 39'u (%10,5) işitme engeli, 38'i (%10,2) genetik/down/müsküler bozukluk, 19'u (%5,1) özgül öğrenme bozukluğu, 15'i (%4,0) fiziksel engel ve 21'i (%5,6) diğer kategorisinde (belirtmeyen, asperger sendromu, spina bifida, epilepsi, kardiovasküler sistem hastalıkları, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, serebral palsi) yer alan engellere sahiptir.

122 ebeveyn (32,7) kız, 251 ebeveyn (67,3) erkek özel gereksinimli çocuğa sahiptir. Özel gereksinimli çocukların 105'i (%28,2) 5 yaş ve altında, 187'si (%50,1) 6-12 yaş aralığında, 56'sı (%15,0) 13-18 yaş aralığında ve 25'i (%6,7) 18 yaş ve üzerindedir. Ebeveynlerin 191'i (%51,2) özel gereksinimli çocuğu olduğu için sosyal destek alırken 182'si (%48,8) sosyal destek almamaktadır. Özel gereksinimli çocukların 74'ü (%19,8) 1 yıldır, 72'si (%19,3) 2 yıldır, 57'si (%15,3) 3 yıldır ve 170'i (%45,61) 4 yıl ve daha fazla süredir özel eğitim almaktadır. Özel gereksinime sahip çocuğu bulunan ebeveynlerinin 30'unun (%8,0) başka özel gereksinime sahip çocuğu bulunurken 343'ünün (92,0) başka özel gereksinime sahip çocuğu bulunmamaktadır.

Tablo 1 *Örneklemin Demografik Özelliklerinin Dağılımı*

		N	**%**
Ebeveynlik Durumu	*Anne*	307	82,3
	Baba	66	17,7
Ebeveyn Yaş	*25 yaş ve altı*	18	4,8
	26-35 yaş	144	38,6
	36-45 yaş	158	42,4
	46 yaş ve üzeri	53	14,2

Çalışma Durumu	*Çalışıyor*	120	32,2
	Çalışmıyor	253	67,8
Ebeveyn Eğitim Düzeyi	*Okuryazar*	10	2,7
	İlkokul	62	16,6
	Ortaokul	82	22,0
	Lise	84	22,5
	Üniversite	121	32,4
	Lisansüstü	14	3,8
Aile Birliktelik	*Birlikte*	343	92,0
	Ayrılmış	30	8,0
Çocuk Sayısı	*1 çocuk*	103	27,6
	2 çocuk	186	49,9
	3 çocuk	66	17,7
	4 çocuk ve üzeri	18	4,8
Engel Türü	*Otizm Spektrum Bozuklukları*	123	33,0
	İletişim Bozuklukları	67	18,0
	Entelektüel Yeti Yitimi	33	8,8
	Nörogelişimsel Bozukluklar	18	4,8
	İşitme Bozukluğu	39	10,5
	Genetik/Down/Müsküler	38	10,2
	Özgül Öğrenme Bozuklukları	19	5,1
	Fiziksel Bozukluklar	15	4,0
	Diğer	21	5,6
Özel Gereksinimli Çocuk Cinsiyeti	*Kız*	122	32,7
	Erkek	251	67,3

Özel Gereksinimli Çocuk Yaş	*5 yaş ve altı*	105	28,2
	6-12 yaş	187	50,1
	13-18 yaş	56	15,0
	18 yaş ve üzeri	25	6,7
Sosyal Destek Alma	*Evet*	191	51,2
	Hayır	182	48,8
Kaç Yıldır Özel Eğitim Alıyor	*1 yıl*	74	19,8
	2 yıl	72	19,3
	3 yıl	57	15,3
	4 yıl ve üzeri	170	45,6
Başka Özel Gereksinimli Çocuk Var Mı	*Evet*	30	8,0
	Hayır	343	92,0

Tablo 1 incelendiğinde araştırmaya gönüllü katılımcı olan ebeveynlerin cinsiyet dağılımlarında kadın katılımcıların belirgin şekilde daha fazla olduğu görülmüş bunun sebebinin de özel gereksinimli çocuğa sahip annelerin birincil bakıcı olma görevini üstlenmesi ve iş hayatına dahil olamamaları olarak yorumlanabilir. Aynı zamanda annelerin gönüllü çalışmalara ilgilerinin babalara göre daha fazla olduğu şeklinde yorumlanabilir.

3.3. Veri Toplama Süreci ve Araçları

Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'nün 06.12.2021 tarih ve 153835 sayılı EK 7'de yer alan etik kurul onayına istinaden araştırmaya başlanmıştır. Araştırmada çalışma grubunu oluşturan gönüllü katılımcılara sosyal medya ve elektronik ileti aracılığıyla, Türkiye'de bulunan özel eğitim ve rehabilitasyon merkezleri ile kurulan iletişim aracılığıyla ulaşılmıştır. Araştırmada Türkiye'de bulunan, 0-18 yaş özel gereksinimli çocuğa sahip anne ve babalara "Kişisel Bilgi Formu", "Yaşam Doyumu Ölçeği", "Öz Anlayış Ölçeği" ve "Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği", gönüllü katılımcı onam formu Google Formlar aracılığı ile uygulanmıştır. Veri toplama sürecinde özel gereksinimli çocuğun bakımını üstlenen birincil ebeveynin anneler olduğu görülmüş, babalara ulaşmak oldukça zor olmuş ve katılımcılar anne ağırlıklı olmuştur. Çalışma için 465 örnekleme ulaşılmış fakat eksik

bilgi, ölçeklerin tam anlaşılamaması gibi sebeplerden dolayı 373 örneklem ile çalışma yapılmıştır. Veri toplama süreci 2022 Ocak ayından başlayıp 2022 Mayıs ayına kadar devam etmiştir.

3.3.1. Yaşam Doyumu Ölçeği

Deiner, Emmans, Lorsen ve Giffin (1985) tarafından geliştirilen Yaşam Doyumu Ölçeğinin Türkçe'ye çevrilmesi ve uyarlanması Köker (1991) tarafından yapılmıştır. Ölçek toplam 5 maddeden oluşmakta, çalışmaya katılan katılımcılardan bunları 1'den 7'ye kadar derecelendirmesi istenmiştir. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık kat sayısı 0,88 olarak saptanmıştır(Dağlı, Baysal, 2016). Her madde 1-7 arasında puanlanmakta ve 5-35 arasında bir toplam puan elde edilmekte, yüksek puanlar yaşam doyumunun yüksekliğine işaret etmektedir.

3.3.2. Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (YİDÖ)

Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Friborg (2003) tarafından geliştirilen, çevresel şartları da dikkate alarak tüm psikolojik dayanıklılık boyutlarını içine alan, yetişkinler için kullanılabilecek bir ölçektir. Basım ve Çetin (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği'nin geçerliliği ve güvenilirliği test edilmiş ve ulusal literatüre kazandırılmıştır. Ölçek 5 faktörden oluşan likert tipi bir ölçektir. Ölçek 33 sorudan oluşmakta olup ölçekte ters puanlanmış maddeler bulunmaktadır. Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği kişisel güç "kendilik algısı" (1, 7,13 ,19, 28, 31), "gelecek algısı" (2, 8, 14, 20) ikiye ayrılır, "yapısal stil" (3, 9, 15, 21) "sosyal yeterlilik" (4, 10, 16, 22, 25, 29), "aile uyumu" (5, 11, 17, 23, 26, 32) ve "sosyal kaynaklar" (6, 12, 18, 24, 27, 30, 33) olmak üzere 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alfa değeri .86 olarak hesaplanmış olup alt boyutlarının iç tutarlılık katsayıları 'Kendilik Algısı' için 0.80, 'Gelecek Algısı' için 0.75, 'Sosyal Yeterlilik' için 0.82, 'Aile Uyumu' için 0.86, 'Sosyal Kaynaklar' için 0.84 ve 'Yapısal Stil' için 0.76 olarak bulunmuştur(Basım, Çetin, 2011). Ölçekte puanlar ile psikolojik dayanıklılığın doğru orantılı olması istendiği takdirde cevap kutucukları soldan sağa doğru 1'den 5'e kadar numaralandırılır ve işaretlenen kutucuğa göre puanlar hesaplanır. Bu şekilde puanlandığı takdirde ölçekte yer alan 1-3-4-8-11-12-13-14-15-16-23-24-25-27-31-33 numaralı sorular ters soru olarak puanlama yapılmaktadır.

3.3.3. Öz-Anlayış Ölçeği (ÖZAN)

Öz-Anlayış Ölçeği Neff (2003) tarafından geliştirilmiştir. Deniz, Kesici ve Sümer (2008) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Öz-Anlayış Ölçeği'nin dil eşdeğerliliği, geçerliliği ve güvenilirliği test edilmiş ve ulusal literatüre kazandırılmıştır. Öz-Anlayış Self-Compassion Scale 26 madde ile birlikte 6 alt ölçekten oluşur. Ölçekteki 1-3-5-7-10-12-15-17-19-22-23 numaralı sorular için ters soru olarak puanlama yapılmaktadır. Türkçe Öz-Anlayış Ölçeği (ÖZAN) orijinal ölçekten farklı bir biçimde tek boyut olarak ortaya çıkmıştır ve aynı zamanda madde toplam korelasyonunda .30' altında maddeler çıkarılmış olan 24 maddelik bir ölçektir. Beşli likert tipe göre derecelendirilen ölçekte maddelere verilen cevaplar "Hemen hemen hiçbir zaman=1" ve "Hemen hemen her zaman=5" şeklindedir. Ayrıca Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .89 ve test-tekrar test korelasyon .83 olarak hesaplanmıştır(Deniz, Kesici ve Sümer, 2008).

3.3.4. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından düzenlenen kişisel bilgi formunda anne, baba ve çocuk ile ilgili demografik bilgileri içeren sorular (anne ve babanın yaşı, aile birliktelikleri, eğitim düzeyi, gelir durumu, çocuk sayısı, başka bir engelli çocuğa sahip olma ve sosyal destek alma durumları, çocuğun engel türü, yaşı, cinsiyeti vb. bilgiler) ve çocuğun özel gereksinim durumu hakkında sorular yer almaktadır.

3.4. Verilerin Analizi

Bu tez çalışmasında elde edilen verilerin değerlendirilmesinde sosyal bilimler için istatistik programı (SPSS 22.0) kullanılmıştır. Veri toplama aşamasında toplam 373 katılımcıya ulaşılmıştır ve katılımcılara ait veriler SPSS programına girilmiştir. Veri temizliği, sayıltı testleri gibi ön analiz hazırlıklar SPSS programı aracılığıyla yapılmıştır. Örneklem özelliklerini tespit edebilmek amacıyla frekans analizi yapılmıştır.

Verilerin parametrik ya da nonparametrik analizlere uygun olduğuna karar verebilmek adına, Kolmogorov-Simirnov normal dağılım analizi yapılmıştır. Bunun yanı sıra verilere ait tanımlayıcı analizler (mod, medyan, ortalama, basıklık, çarpıklık, vb.) incelenmiştir.

İkili grup içeren demografik değişkenlerin ilgili değişkenlerin puan ortalamalarıyla karşılaştırılması için "Bağımsız örneklemler t testi"; ikiden fazla grup içeren demografik

değişkenlerin ilgili değişkenlerin puan ortalamalarının karşılaştırılmasında "Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)" uygulanmıştır.

İkili değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla da Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Araştırmaya ait bulgular %95 güven aralığında ve %5 anlamlılık düzeyi göz önüne alınarak değerlendirilmiştir(Büyüköztürk, 2018).

3.5. Araştırmanın Geçerliği ve Güvenirliği

Araştırmada kullanılan Yaşam Doyumu Ölçeği, Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Öz Anlayış Ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Bu çalışma kapsamında güvenilirlik için ölçeklerden elde edilen Croanbach alfa katsayıları Yaşam Doyumu Ölçeği için .85, Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık için .84, Öz Anlayış için ise .84 olarak hesaplanmıştır. Ölçeklerden elde edilen iç tutarlılık katsayı puanlarının yüksek düzeyde güvenilirlikte olduğu saptanmıştır(Büyüköztürk, 2018).

3.6. Araştırmacının Rolü

Araştırmaya başlamadan önce araştırmada kullanılacak ölçeklerin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmalarını yapmış olan araştırmacılardan ölçekleri uygulamak için izin alınmıştır. Tez öneri formu ve ölçek uygulama izinleri ile birlikte Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü etik kuruluna başvurulmuştur. Etik kurul onay formu EK 7 'de yer almaktadır. Ölçeklerin uygulanabilmesi için ölçekler Google Formlar'a yüklenerek düzenlemeler yapılmıştır. Ölçeklerin tamamlanmasında olası aksaklıkları gidermek için herhangi bir soru boş bırakıldığında katılımcının cevapları sisteme kaydedilemeyecek şekilde sınırlandırılmıştır.

Ölçeklerin uygulaması amacıyla Türkiye'de bulunan özel eğitim ve rehabilitasyon merkezleri ile iletişim kurulmuş ve ölçeklerin bulunduğu Google Formlar uzantısı elektronik ileti aracılığıyla kurumlara ve katılımcılara ulaştırılmıştır. Çalışmaya katılmak için yönlendirilen Google Formlar uzantısında öncelikli olarak araştırmanın amacı, süreci, gizlilik ilkeleri ve etik kuralları açıklanmış çalışmaya katılımın gönüllülük esasına dayalı olduğu hakkında bilgilendirmede bulunulmuştur. Uygulama formları; Gönüllü Katılımcı Onam Formu, Kişisel Bilgi Formu, Yaşam Doyumu Ölçeği, Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (YİDÖ), Öz Anlayış Ölçeği (ÖZAN)'nden oluşmaktadır. Katılımcılar çalışmaya

gönüllü katıldıklarına dair uzantıda bulunan gönüllü katılımcı onam formunu onayladıktan sonra ölçeklere yönlendirilmiştir.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın alt problemleri doğrultusunda yapılan analizlerin detaylı sonuçlarına yer verilmiştir.

4.1. Yaşam Doyumu Ölçeği, Öz Anlayış Ölçeği ve Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğine İlişkin Tanımlayıcı İstatistiklerin İncelenmesi

Çalışmada kullanılan yaşam doyumu, öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık değişkenlerinin normal dağılım gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Kolmogorov-Simirnov (KS) normal dağılım analizi ve tanımlayıcı analizler (ortalama, standart sapma, min-max değerleri, basıklık ve çarpıklık) yapılmıştır. Yapılan Kolomogorov-Simirnov testi sonucuna göre değişkenler normal dağılım göstermemektedir. Ancak, değişkenlere ait puanların dağılımları ve tanımlayıcı istatistikleri incelendiğinde normal dağılım gösterdiği görülmektedir. Aynı zamanda değişkenin basıklık ve çarpıklık değerleri de +1 ile -1 arasında yer aldığı için değişkenin normal dağılım gösterdiği varsayılarak sonraki analizlerde parametrik analizler ile devam edilmiştir. Analizlere ilişkin sonuçlar tablo 2'den incelenebilmektedir.

Tablo 2 *Yaşam Doyumu Ölçeği, Öz Anlayış Ölçeği ve Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler*

	N	***X***	**Ss**	**Min.**	**Maks.**	**Çarpıklık**	**Basıklık**	**KS**
Yaşam Doyumu	373	13.74	4.68	5	25	.017	-.679	.000
Öz Anlayış	373	78.4	13.57	44	116	.218	-.011	.000
Psikolojik Dayanıklılık	373	118.96	18.52	68	165	.105	-.547	.028

4.2. Yaşam Doyumu, Öz Anlayış ve Psikolojik Dayanıklılık Değişkenlerinin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi

4.2.1. Yaşam Doyumu Değişkeninin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi

Yaşam doyumunun özel gereksinimli çocuğa sahip anne ve babalar arasında farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla bağlantısız örneklemler t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların yaşam doyumu puanlarının ortalamaları anne ya da baba olmalarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, t (371) = .439, p >.05.

Tablo 3 *Yaşam Doyumu Puanlarının Ebeveynlik Durumuna Göre T Testi Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**t**	***p***
Yaşam Doyumu	Anne	307	13.79	4.67	.439	.661
	Baba	66	13.51	4.76		

Yaşam doyumunun özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaş gruplarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda; katılımcıların yaşam doyumu puanları, yaş gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, F(3,369)= 1.886, $p>.05$.

Tablo 4 *Yaşam Doyumu Puanlarının Yaş Gruplarına Göre ANOVA Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**F**	***p***
	25 yaş ve altı	18	13.72	3.73	1.886	.131
Yaşam	26-35 yaş	144	14.39	4.48		
Doyumu	36-45 yaş	158	13.48	4.85		
	46 yaş ve üzeri	53	12.75	4.87		

Yaşam doyumunun özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çalışma durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla bağlantısız örneklemler t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların yaşam doyumu puanlarının ortalamaları çalışıp çalışmamalarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, t (371) = 1.386, p >.05.

Tablo 5 *Yaşam Doyumu Puanlarının Ebeveynlerin Çalışma Durumuna Göre T Testi Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**t**	***p***
Yaşam	Çalışıyorum	120	14.23	4.52	1.386	.166
Doyumu	Çalışmıyorum	253	13.51	4.75		

Yaşam doyumunun özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin eğitim düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda; katılımcıların yaşam doyumu puanları, eğitim düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, $F(5,367)= .597$, $p>.05$.

Tablo 6 *Yaşam Doyumu Puanlarının Eğitim Düzeyine Göre ANOVA Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**F**	***p***
Yaşam Doyumu	Okuryazar	10	14.4	5.56	.597	.702
	İlkokul	62	13.61	463		
	Ortaokul	82	14.1	4.86		
	Lise	84	13.67	4.75		
	Üniversite	121	13.38	4.35		
	Lisansüstü	14	15.28	5.84		

Yaşam doyumunun özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin birliktelik durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla bağlantısız örneklemler t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların yaşam doyumu puanlarının ortalamaları birlikte ya da ayrı olmalarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, t (371) = .989, p >.05.

Tablo 7 *Yaşam Doyumu Puanlarının Ebeveynlerin Birliktelik Durumuna Göre T Testi Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**t**	***p***
Yaşam Doyumu	Birlikte	343	13.81	4.67	.989	.323
	Ayrılmış	30	12.93	4.88		

Yaşam doyumunun özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuk sayılarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda; katılımcıların yaşam doyumu puanları, çocuk sayılarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, $F(3,369)= .323$, $p>.05$.

Tablo 8 *Yaşam Doyumu Puanlarının Çocuk Sayısına Göre ANOVA Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**F**	***p***
Yaşam Doyumu	1	103	13.56	4.65	.323	.809
	2	186	13.86	4.57		
	3	66	13.92	4.98		
	4 ve üzeri	18	12.88	5.17		

Ebeveynlerin yaşam doyumlarının özel gereksinimli çocukların sahip oldukları engel türüne göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda; katılımcıların yaşam doyumu puanları, engel türüne göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir, *Welch* $F(8,91.108)= 4.533$, $p<.01$.

Anlamlı farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu tespit amacıyla Games-Howell çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır. Yapılan çoklu karşılaştırma testi sonucuna göre, işitme engeli olan çocukların ebeveynlerinin yaşam doyumu puanı ortalamaları (X=16.3), otizm spektrum bozukluğu olan çocukların ebeveynlerinin yaşam doyumu puanı ortalamalarından (X=13.43), özgül öğrenme bozukluğu olan çocukların ebeveynlerinin yaşam doyumu puanı ortalamalarından (X=12.84) ve diğer kategorisindeki çocukların ebeveynlerinin yaşam doyumu puanı ortalamalarından (X=11.8) istatistiksel olarak daha yüksektir. Diğer ikili karşılaştırmalar arasında anlamlı bir farklılaşmaya rastlanmamıştır.

Tablo 9 *Yaşam Doyumu Puanlarının Engel Türüne Göre ANOVA Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**F**	***p***
Yaşam Doyumu	Otizm Spektrum Bozuklukları	123	13.43	4.66	4.533	.000
	İletişim Bozuklukları	67	14.17	4.53		
	Entelektüel Yeti Yitimi	33	13.33	5.57		
	Nörogelişimsel Bozukluklar	18	13.72	4.59		
	İşitme Bozukluğu	39	16.3	3.4		
	Genetik/Down/Müsküler	38	14.36	5.34		
	Özgül Öğrenme Bozuklukları	19	12.84	3.68		

Fiziksel Bozukluklar	15	10.93	3.63	
Diğer	21	11.8	4.3	

Ebeveynlerin yaşam doyumunun özel gereksinimli çocuğun cinsiyetine göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla bağlantısız örneklemler t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, ebeveynlerin yaşam doyumu puanlarının ortalamaları özel gereksinimli çocuğun cinsiyetin göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, t (371) = 1.274, p >.05.

Tablo 10 *Yaşam Doyumu Puanlarının Çocuğun Cinsiyetine Göre T Testi Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**t**	***p***
Yaşam Doyumu	Kız	122	14.18	4.94	1.274	.203
	Erkek	251	13.52	4.55		

Ebeveynlerin yaşam doyumunun özel gereksinimli çocuğun yaş grubuna göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda; katılımcıların yaşam doyumu puanları, özel gereksinimli çocuğun yaş grubuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir, $F(3,369)= 3.617$, $p<.05$.

Anlamlı farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu tespit amacıyla Bonferroni çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır. Yapılan çoklu karşılaştırma testi sonucuna göre, 5 yaş ve altı yaş grubunda çocuğu bulunan ebeveynlerin yaşam doyumu puanı ortalamaları (X=14.78), 13-18 yaş grubunda çocuğu bulunan ebeveynlerin yaşam doyumu puanı ortalamalarından (X=12.41) istatistiksel olarak daha yüksektir. Diğer ikili karşılaştırmalar arasında anlamlı bir farklılaşmaya rastlanmamıştır.

Tablo 11 *Yaşam Doyumu Puanlarının Çocuğun Yaş Grubuna Göre ANOVA Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**F**	***p***
Yaşam Doyumu	5 yaş ve altı	105	14.78	4.51	3.617	.013
	6-12 yaş	187	13.68	4.66		
	13-18 yaş	56	12.41	4.66		

	18 yaş ve üzeri	25	12.84	4.92		

Yaşam doyumunun özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin sosyal destek alma durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla bağlantısız örneklemler t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların yaşam doyumu puanlarının ortalamaları sosyal destek alıp almamalarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, t (371) = .323, p >.05.

Tablo 12 *Yaşam Doyumu Puanlarının Sosyal Destek Alma Durumuna Göre T Testi Sonuçları*

	Sosyal Destek Alma	**N**	***X***	**Ss**	**t**	***p***
Yaşam Doyumu	Evet	191	13.82	4.7	.323	.747
	Hayır	182	13.66	4.68		

Ebeveynlerin yaşam doyumunun özel gereksinimli çocuğun özel eğitim alma süresine göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda; katılımcıların yaşam doyumu puanları, özel gereksinimli çocuğun kaç yıldır özel eğitim aldığına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir, F(3,369)= 3.951, p<.05.

Anlamlı farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu tespit amacıyla Bonferroni çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır. Yapılan çoklu karşılaştırma testi sonucuna göre, çocuğu 1 yıldır özel eğitim alan ebeveynlerin yaşam doyumu puanı ortalamaları (X=14.94), çocuğu 4 ve daha fazla yıldır özel eğitim alan ebeveynlerin yaşam doyumu puanı ortalamalarından (X=12.9) istatistiksel olarak daha yüksektir. Diğer ikili karşılaştırmalar arasında anlamlı bir farklılaşmaya rastlanmamıştır.

Tablo 13 *Yaşam Doyumu Puanlarının Çocuğun Özel Alma Süresine Göre ANOVA Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**F**	***p***
Yaşam Doyumu	1 yıl	74	14.94	4.31	3.951	.009
	2 yıl	72	14.3	4.41		
	3 yıl	57	14.0	4.52		

	4 yıl ve üzeri	170	12.9	4.88		

Yaşam doyumunun ebeveynlerin kaç özel gereksinimli çocuğa sahip olduğuna göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla bağlantısız örneklemler t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların yaşam doyumu puanlarının ortalamaları başka özel çocuğa sahip olup olmamaya göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, t (371) = -.705, p >.05.

Tablo 14 *Yaşam Doyumu Puanlarının Özel Çocuk Sayısına Göre T Testi Sonuçları*

	Başka Özel Çocuk Var Mı	**N**	***X***	**Ss**	**t**	***p***
Yaşam Doyumu	Evet	30	13.16	5.27	-.705	.482
	Hayır	343	13.79	4.63		

4.2.2. Öz Anlayış Değişkeninin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi

Öz anlayışın özel gereksinimli çocuğa sahip anne ve babalar arasında farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla bağlantısız örneklemler t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, ebeveynlerin öz anlayış puanlarının ortalamaları anne ya da baba olmalarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, t (371) = .564, p >.05.

Tablo 15 *Öz Anlayış Puanlarının Ebeveynlik Durumuna Göre T Testi Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**t**	***p***
Öz Anlayış	Anne	307	78.58	13.95	.564	.573
	Baba	66	77.54	11.73		

Öz anlayışın özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaş gruplarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda; katılımcıların öz anlayış puanları, yaş gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, F(3,369)= 1.528, p>.05.

Tablo 16 *Öz Anlayış Puanlarının Yaş Gruplarına Göre ANOVA Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**F**	***p***
Öz Anlayış	25 yaş ve altı	18	72.5	10.63	1.528	.207
	26-35 yaş	144	79.23	12.62		
	36-45 yaş	158	77.91	14.67		
	46 yaş ve üzeri	53	79.6	13.32		

Öz anlayışın özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çalışma durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla bağlantısız örneklemler t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların öz anlayış puanlarının ortalamaları çalışıp çalışmamalarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, t (371) = .789, p >.05.

Tablo 17 *Öz Anlayış Puanlarının Ebeveynlerin Çalışma Durumuna Göre T Testi Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**t**	***p***
Öz Anlayış	Çalışıyorum	120	79.2	12.68	.789	.430
	Çalışmıyorum	253	78.01	13.99		

Öz anlayışın özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin eğitim düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda; katılımcıların öz anlayış puanları, eğitim düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, F(5,367)= .673, $p>.05$.

Tablo 18 *Öz Anlayış Puanlarının Eğitim Düzeyine Göre ANOVA Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**F**	***p***
Öz Anlayış	Okuryazar	10	72.7	7.18	.673	.644
	İlkokul	62	77.74	12.74		
	Ortaokul	82	77.56	12.35		
	Lise	84	78.7	13.8		
	Üniversite	121	79.23	14.74		
	Lisansüstü	14	81.35	16.01		

Öz anlayışın özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin birliktelik durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla bağlantısız örneklemler t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların öz anlayış puanlarının ortalamaları birlikte ya da ayrı olmalarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, t (371) = -.335, p >.05.

Tablo 19 *Öz Anlayış Puanlarının Ebeveynlerin Birliktelik Durumuna Göre T Testi Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**t**	***p***
Öz Anlayış	Birlikte	343	78.3	13.58	-.335	.738
	Ayrılmış	30	79.2	13.7		

Öz anlayışın özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuk sayılarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda; katılımcıların öz anlayış puanları, çocuk sayılarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, F(3,369)= .808, p>.05.

Tablo 20 *Öz Anlayış Puanlarının Çocuk Sayısına Göre ANOVA Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**F**	***p***
Öz Anlayış	1	103	13.35	1.32	.808	.490
	2	186	13.8	1.01		
	3	66	13.33	1.64		
	4 ve üzeri	18	13.65	3.21		

Ebeveynlerin öz anlayışlarının özel gereksinimli çocukların sahip oldukları engel türüne göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda; katılımcıların öz anlayış puanları, engel türüne göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir, *Welch* F(8,91.931)= 4.113, p<.01.

Anlamlı farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu tespit amacıyla Games-Howell çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır. Yapılan çoklu karşılaştırma testi sonucuna göre, diğer kategorisindeki çocukların ebeveynlerinin öz anlayış puanı ortalamaları (X=70.66), otizm spektrum bozukluğu olan çocukların ebeveynlerinin öz anlayış puanı ortalamalarından (X=79.47), iletişim bozukluğu olan çocukların ebeveynlerinin öz anlayış puanı ortalamalarından (X=77.46) ve işitme engeli olan çocukların ebeveynlerinin öz anlayış puanı

ortalamalarından (X=83.94) istatistiksel olarak daha düşüktür. Diğer ikili karşılaştırmalar arasında anlamlı bir farklılaşmaya rastlanmamıştır.

Tablo 21 *Öz Anlayış Puanlarının Engel Türüne Göre ANOVA Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**F**	***p***
Öz Anlayış	Otizm Spektrum Bozuklukları	123	79.47	13.54	4.113	.000
	İletişim Bozuklukları	67	77.46	11.72		
	Entelektüel Yeti Yitimi	33	75.39	16.93		
	Nörogelişimsel Bozukluklar	18	77.27	12.6		
	İşitme Bozukluğu	39	83.94	14.46		
	Genetik/Down/Müsküler	38	79.02	14.95		
	Özgül Öğrenme Bozuklukları	19	80.0	12.4		
	Fiziksel Bozukluklar	15	74.5	12.3		
	Diğer	21	70.66	6.7		

Ebeveynlerin öz anlayışının özel gereksinimli çocuğun cinsiyetine göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla bağlantısız örneklemler t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, ebeveynlerin öz anlayış puanlarının ortalamaları özel gereksinimli çocuğun cinsiyetin göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, t (371) = 1.105, p >.05.

Tablo 22 *Öz Anlayış Puanlarının Çocuğun Cinsiyetine Göre T Testi Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**t**	***p***
Öz Anlayış	Kız	122	79.51	13.41	1.105	.270
	Erkek	251	77.86	13.65		

Ebeveynlerin öz anlayışının özel gereksinimli çocuğun yaş grubuna göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda; katılımcıların öz anlayış puanları, özel gereksinimli çocuğun yaş grubuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir, F(3,369)= 1.296, p>.05.

Tablo 23 *Öz Anlayış Puanlarının Çocuğun Yaş Grubuna Göre ANOVA Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**F**	***p***
Öz Anlayış	5 yaş ve altı	105	78.08	13.5	1.296	.275
	6-12 yaş	187	78.94	13.8		
	13-18 yaş	56	75.75	11.91		
	18 yaş ve üzeri	25	81.6	15.34		

Öz anlayışın özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin sosyal destek alma durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla bağlantısız örneklemler t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların öz anlayış puanlarının ortalamaları sosyal destek alıp almamalarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir, t (371) =-2.230, p <.05. Buna göre, sosyal destek alan ebeveynlerin öz anlayış puanı ortalamaları (X=76.87), sosyal destek almayan ebeveynlerin öz anlayış puanı ortalamalarından (X=80.0) istatistiksel olarak daha düşüktür.

Tablo 24 *Öz Anlayış Puanlarının Sosyal Destek Alma Durumuna Göre T Testi Sonuçları*

	Sosyal Destek Alma	**N**	***X***	**Ss**	**t**	***p***
Öz Anlayış	Evet	191	76.87	13.41	-2.230	.026
	Hayır	182	80.0	13.6		

Ebeveynlerin öz anlayışının özel gereksinimli çocuğun özel eğitim alma süresine göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda; katılımcıların öz anlayış puanları, özel gereksinimli çocuğun kaç yıldır özel eğitim aldığına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir, $F(3,369)= .149$, $p>.05$.

Tablo 25 *Öz Anlayış Puanlarının Çocuğun Özel Eğitim Alma Süresine Göre ANOVA Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**F**	***p***
Öz Anlayış	1 yıl	74	78.29	11.59	.149	.930
	2 yıl	72	77.5	13.02		
	3 yıl	57	78.8	15.53		

	4 yıl ve üzeri	170	78.69	14.0		

Öz anlayışın ebeveynlerin kaç özel gereksinimli çocuğa sahip olduğuna göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla bağlantısız örneklemler t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların öz anlayış puanlarının ortalamaları başka özel çocuğa sahip olup olmamaya göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, t (371) = -1.165, p >.05.

Tablo 26 *Öz Anlayış Puanlarının Özel Çocuk Sayısına Göre T Testi Sonuçları*

	Başka Özel Çocuk Var Mı	**N**	***X***	**Ss**	**t**	***p***
Öz Anlayış	Evet	30	76.63	11.1	-1.165	.245
	Hayır	343	78.64	13.76		

4.2.3. Psikolojik Dayanıklılık Değişkeninin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi

Psikolojik dayanıklılığın özel gereksinimli çocuğa sahip anne ve babalar arasında farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla bağlantısız örneklemler t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları anne ya da baba olmalarına göre istatistiksel olarak marjinal düzeyde anlamlı farklılaşmaktadır, t (371) = 1.931, p =.05. Buna göre annelerin psikolojik dayanıklılık puanı ortalamalar (X=119.82) babaların psikolojik dayanıklılık puanı ortalamalarından (X=114.98) istatistiksel olarak daha yüksektir.

Tablo 27 *Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Ebeveynlik Durumuna Göre T Testi Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**t**	***p***
Psikolojik Dayanıklılık	Anne	307	119.82	18.37	1.931	.054
	Baba	66	114.98	18.83		

Psikolojik dayanıklılığın özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaş gruplarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda; ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık

puanları, yaş gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, *F*(3,369)= .776, *p>.05.*

Tablo 28 *Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Yaş Gruplarına Göre ANOVA Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**F**	***p***
Psikolojik Dayanıklılık	25 yaş ve altı	18	112.55	14.99	.776	.508
	26-35 yaş	144	119.21	19.36		
	36-45 yaş	158	119.52	18.42		
	46 yaş ve üzeri	53	118.79	17.55		

Psikolojik dayanıklılığın özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çalışma durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla bağlantısız örneklemler t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları çalışıp çalışmamalarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, *t* (371) = 1.223, *p* >.05.

Tablo 29 *Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Ebeveynlerin Çalışma Durumuna Göre T Testi Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**t**	***p***
Psikolojik Dayanıklılık	Çalışıyorum	120	120.66	18.02	1.223	.222
	Çalışmıyorum	253	118.15	18.73		

Psikolojik dayanıklılığın özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin eğitim düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda; katılımcıların psikolojik dayanıklılık puanları, eğitim düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, *F*(5,367)= .682, *p>.05.*

Tablo 30 *Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Eğitim Düzeyine Göre ANOVA Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**F**	***p***
Psikolojik Dayanıklılık	Okuryazar	10	122.8	18.17	.682	.638
	İlkokul	62	115.48	18.24		
	Ortaokul	82	119.56	20.33		

Lise	84	120.35	19.47	
Üniversite	121	118.78	16.87	
Lisansüstü	14	121.35	17.62	

Psikolojik dayanıklılığın özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin birliktelik durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla bağlantısız örneklemler t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları birlikte ya da ayrı olmalarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, t (371) = .513, p >.05.

Tablo 31 *Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Ebeveynlerin Birliktelik Durumuna Göre T Testi Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**t**	***p***
Psikolojik Dayanıklılık	Birlikte	343	119.11	18.54	.513	.608
	Ayrılmış	30	117.3	18.51		

Psikolojik dayanıklılığın özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuk sayılarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda; katılımcıların psikolojik dayanıklılık puanları, çocuk sayılarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, F(3,369)= .809, p>.05.

Tablo 32 *Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Çocuk Sayısına Göre ANOVA Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**F**	***p***
Psikolojik Dayanıklılık	1	103	119.0	17.5	.809	.490
	2	186	118.42	18.59		
	3	66	121.59	20.6		
	4 ve üzeri	18	114.72	17.73		

Ebeveynlerin psikolojik dayanıklılıklarının özel gereksinimli çocukların sahip oldukları engel türüne göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda; katılımcıların

psikolojik dayanıklılık puanları, engel türüne göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir, $F(8,364)= 1.922$, $p>.05$.

Tablo 33 *Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Engel Türüne Göre ANOVA Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**F**	***p***
Öz Anlayış	Otizm Spektrum Bozuklukları	123	118.86	18.07	1.922	.056
	İletişim Bozuklukları	67	119.76	18.19		
	Entelektüel Yeti Yitimi	33	116.09	19.69		
	Nörogelişimsel Bozukluklar	18	123.72	17.85		
	İşitme Bozukluğu	39	123.48	18.63		
	Genetik/Down/Müsküler	38	122.92	20.04		
	Özgül Öğrenme Bozuklukları	19	117.10	18.84		
	Fiziksel Bozukluklar	15	111.73	18.03		
	Diğer	21	108.71	13.92		

Ebeveynlerin psikolojik dayanıklılığının özel gereksinimli çocuğun cinsiyetine göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla bağlantısız örneklemler t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları özel gereksinimli çocuğun cinsiyetin göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, t (371) =.216, p >.05.

Tablo 34 *Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Çocuğun Cinsiyetine Göre T Testi Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**t**	***p***
Psikolojik Dayanıklılık	Kız	122	119.26	19.49	.216	.829
	Erkek	251	118.82	18.06		

Ebeveynlerin psikolojik dayanıklılığının özel gereksinimli çocuğun yaş grubuna göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda; katılımcıların psikolojik dayanıklılık puanları, özel gereksinimli çocuğun yaş grubuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir, $F(3,369)= .150$, $p>.05$.

Tablo 35 *Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Çocuğun Yaş Grubuna Göre ANOVA Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**F**	***p***
Psikolojik Dayanıklılık	5 yaş ve altı	105	118.68	19.55	.150	.930
	6-12 yaş	187	119.5	18.33		
	13-18 yaş	56	117.67	17.67		
	18 yaş ve üzeri	25	119.0	18.21		

Psikolojik dayanıklılığın özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin sosyal destek alma durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla bağlantısız örneklemler t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları sosyal destek alıp almamalarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, t (371) = .473, p >.05.

Tablo 36 *Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Sosyal Destek Alma Durumuna Göre T Testi Sonuçları*

	Sosyal Destek Alma	**N**	***X***	**Ss**	**t**	***p***
Psikolojik Dayanıklılık	Evet	191	119.4	18.28	.473	.637
	Hayır	182	118.5	18.8		

Ebeveynlerin psikolojik dayanıklılığının özel gereksinimli çocuğun özel eğitim alma süresine göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda; katılımcıların psikolojik dayanıklılık puanları, özel gereksinimli çocuğun kaç yıldır özel eğitim aldığına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir, F(3,369)= 1.151, p>.05.

Tablo 37 *Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Çocuğun Özel Eğitim Alma Süresine Göre ANOVA Sonuçları*

		N	***X***	**Ss**	**F**	***p***
Psikolojik Dayanıklılık	1 yıl	74	121.28	19.6	1.151	.329
	2 yıl	72	115.76	19.11		
	3 yıl	57	118.57	19.19		

4 yıl ve üzeri	170	119.44	17.5	

Psikolojik dayanıklılığın ebeveynlerin kaç özel gereksinimli çocuğa sahip olduğuna göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla bağlantısız örneklemler t testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları başka özel çocuğa sahip olup olmamaya göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır, t (371) = -1.752, p >.05.

Tablo 38 *Psikolojik Dayanıklılık Puanlarının Özel Çocuk Sayısına Göre T Testi Sonuçları*

	Başka Özel Çocuk Var Mı	**N**	***X***	**Ss**	**t**	***p***
Psikolojik Dayanıklılık	Evet	30	113.3	15.83	-1.752	.081
	Hayır	343	119.46	18.67		

4.3. Yaşam Doyumu, Öz Anlayış ve Psikolojik Dayanıklılık Değişkenleri Arasındaki Korelasyonel İlişkinin İncelenmesi

Yaşam doyumu, öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık değişkenleri arasında ne yönde ne derecede bir ilişki olduğunu tespit edebilmek amacıyla bir dizi Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Yapılan analizlere ilişkin korelasyon analizi sonuçları, Tablo 36'da sunulmuştur.

Yapılan analiz sonuçlarına göre, özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumları ile öz anlayışları arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönde ve orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=.374, p<.001$).

Benzer şekilde, özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumları ile psikolojik dayanıklılıkları arasında da istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönde ve orta düzeyde bir ilişki bulunmaktadır ($r=.393$ $p<.001$).

Son olarak, özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik dayanıklılıkları ile öz anlayışları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönde ve orta düzeyde bir ilişki gözlemlenmiştir ($r=.475$ $p<.001$).

Tablo 39 *Yaşam Doyumu, Öz Anlayış ve Psikolojik Dayanıklılık Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları*

	Yaşam Doyumu	**Öz Anlayış**	**Psikolojik Dayanıklılık**
Yaşam Doyumu	1		
Öz Anlayış	.374**	1	
Psikolojik Dayanıklılık	.393**	.475**	1

*: $p<.05$; **: $p<.01$

4.4. Yaşam Doyumu, Öz Anlayış ve Psikolojik Dayanıklılık Değişkenleri Arasındaki Yordayıcı İlişkinin İncelenmesi

Psikolojik dayanıklılığın yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcı olup olmadığını tespit etmek amacıyla regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucuna göre, psikolojik dayanıklılık puanları ebeveynlerin yaşam doyumu puanlarını istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordamaktadır, R=.393 R^2=.152, F(1,371)=67.924, p<.01. Buna göre, özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumlarına ait varyansın %15'inin psikolojik dayanıklılık puanları ile açıklandığı ifade edilebilir.

Tablo 40 *Psikolojik Dayanıklılığın Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları*

	B	**Standart Hata**	**β**	**t**	**R**	**R^2**	**F**	**p**
Psikolojik Dayanıklılık	.100	.012	.393	8.242	.393	.152	67.924	.000

Öz anlayışın yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcı olup olmadığını tespit etmek amacıyla regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucuna göre, öz anlayış puanları ebeveynlerin yaşam doyumu puanlarını istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordamaktadır, R=.374 R^2=.140, F(1,371)=60.276, p<.01. Buna göre, özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumlarına ait varyansın %14'ünün öz anlayış puanları ile açıklandığı ifade edilebilir.

Tablo 41 *Öz Anlayışın Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları*

	B	**Standart Hata**	**β**	**t**	**R**	**R^2**	**F**	**p**
Öz Anlayış	.129	.017	.374	7.764	.374	.140	60.276	.000

Öz anlayışın psikolojik dayanıklılığın anlamlı bir yordayıcı olup olmadığını tespit etmek amacıyla regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucuna göre, öz anlayış puanları ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık puanlarını istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordamaktadır, R=.475 R^2=.226, F(1,371)=108.229, p<.01. Buna göre, özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik dayanıklılıklarına ait varyansın %23'ünün öz anlayış puanları ile açıklandığı ifade edilebilir.

Tablo 42 *Öz Anlayışın Psikolojik Dayanıklılık Üzerindeki Etkisine İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları*

	B	**Standart Hata**	**β**	**t**	**R**	**R^2**	**F**	**p**
Öz Anlayış	.648	.062	.475	10.403	.475	.226	108.229	.000

Psikolojik dayanıklılık ve öz anlayış değişkenlerine göre yaşam doyumunun yordanmasına ilişkin çoklu regresyon analizi yapılmıştır.

Yordayıcı değişkenler ile bağımlı (yordanan) değişken arasındaki ikili ve kısmi korelasyonlar incelendiğinde, psikolojik dayanıklılık ile yaşam doyumu arasında pozitif ve orta düzeyde bir ilişkinin olduğu (r=.393, ancak öz anlayış değişkeni kontrol edildiğinde, psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin r=.264 olarak hesaplandığı görülmektedir.

Benzer şekilde, öz anlayış ile yaşam doyumu arasında da pozitif ve orta düzeyde bir ilişki (r=.374) bulunmaktadır. Ancak psikolojik dayanıklılık kontrol edildiğinde, öz anlayış ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin r=.231 olarak hesaplandığı görülmektedir.

Psikolojik dayanıklılık ve öz anlayış değişkenleri birlikte, ebeveynlerin yaşam doyumu puanları ile istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vermektedir, R=.444 R^2=.200, p<.01. Psikolojik dayanıklılık ve öz anlayış birlikte, yaşam doyumundaki toplam varyansın %20'sini açıklamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayısına göre, yordayıcı değişkenlerin yaşam doyumu üzerindeki göreli önem sırası; psikolojik dayanıklılık ve öz anlayıştır.

Tablo 43 *Yaşam Doyumunun Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları*

	B	**Standart Hata**	**β**	**t**	**R**	**R^2**	**F**	**p**	**İkili r**	**Kısmi r**
Psikolojik Dayanıklılık	.071	.013	.279	5.272	.447	.200	46.213	.000	.393	.264
Öz Anlayış	.083	.018	.241	4.568					.374	.231

BÖLÜM V

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. Tartışma

Bu çalışmada 0-18 yaş aralığında özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumu, psikolojik dayanıklılık ve öz anlayış düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları; Yaşam Doyumu Ölçeği, Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Öz-Anlayış Ölçeği, Kişisel Bilgi Formu'dur. Kişisel Bilgi Formu ile her bir ölçeğe ilişkin ortalamalar arasında anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını tespit etmek için Bağımsız Örneklem t-testi ve ANOVA analizinden yararlanılmıştır. Bunun yanında yaşam doyumu, öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelemek için Regresyon Analizi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen veriler literatürdeki benzer çalışmalar ile karşılaştırılarak, benzer ve farklı bulgular bu bölümde incelenmiştir.

Araştırmada özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaş, eğitim düzeyi, çalışma durumu, ebeveyn birliktelik durumu, çocuk sayısı, çocuğun cinsiyeti, çocuğun yaşı şeklindeki sosyodemografik faktörlerin yanında sosyal desteğin varlığı, çocuğun özel eğitimden yararlanma süresi, ailedeki özel gereksinimli çocuk sayısı gibi faktörlerin yaşam doyumu, psikolojik dayanıklılık ve öz anlayış arasındaki ilişki incelenmiştir. Bahsedilen amaçlar doğrultusunda ilgili analizler uygulanarak çeşitli bulgular elde edilmiştir.

5.1.1. Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumu Değişkeninin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi

Elde edilen bulgular sonucunda yaşam doyumunun özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin; anne veya baba olmalarına, yaş gruplarına, çalışma durumlarına, eğitim düzeylerine, birliktelik durumlarına, çocuk sayılarına, çocuğun cinsiyetine, kaç özel gereksinimli çocuğa sahip oldukları, sosyal destek alıp almamaya göre anlamlı farklılık göstermediği; engel türü, çocuğun yaş grubu, çocuğun özel eğitim alma süresi değişkenleri ile anlamlı farklılık gösterdiği sonucu elde edilmiştir.

5.1.1.1. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin anne veya baba olma değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırma sonucunda yaşam doyumunun özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin anne veya baba olmalarına göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusu elde edilmiştir. Araştırma örnekleminin %82,3 oranında kadınlardan oluşması ve araştırma verilerinin rehabilitasyon ve özel eğitim merkezlerine devam eden çocuğa sahip ebeveynlerden toplanması göz önünde bulundurulduğunda, literatürdeki engelli çocuğa bakım verenin genellikle anneler olduğu sonucu ile çalışma uyuşmaktadır(Örn., Uğuz ve ark., 2004, Erdoğanoğlu ve ark., 2007, Bahar ve ark., 2009, Özbulut ve ark., 2009, Karahan ve ark., 2013).

Hisoğlu (2018) otizm spektrum bozukluğu tanılı çocukların ebeveynleri ile yaptığı çalışmada ebeveynlerin cinsiyet değişkenlerine göre yaşam doyumu puanlarında anlamlı düzeyde farka rastlamaması bu çalışmanın sonucunu destekler nitelikteyken, Avşaroğlu ve Güleş (2019) özel gereksinimli çocuğa sahip babaların yaşam doyum düzeyinin annelerin yaşam doyum düzeyine göre daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Ayrıca Deniz, Dilmaç ve Arıcak (2009) kadınların sürekli kaygı düzeylerinin erkeklere göre yüksek olduğu ve buna bağlı erkeklerin yaşam doyumunun kadınlardan yüksek olduğu, Dereli ve Okur (2008) da özel gereksinimli çocuğa sahip annelerin babalara göre depresyon düzeyinin yüksek ve yaşam doyum düzeyinin düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır.

5.1.1.2. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaş grubu değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırmada yaşam doyumunun özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusu elde edilmiştir. Hisoğlu (2018) otizm spektrum bozukluğu tanılı çocukların ebeveynleri ile yaptığı çalışmada ebeveynlerin yaşlarının yaşam doyumlarını etkilemediği, Kantar (2014) engelli çocuğa sahip 36 yaş ve altı ile 35 yaş ve üstü ebeveynlerin yaşam doyumu arasında fark olmadığı sonucuna ulaşırken, Gülcan (2015) daha genç yaşa sahip olan ve engelli çocuğu olan ebeveynlerin yaşam doyumlarının yüksek olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Bunun yanında Balkanlı (2008) çalışmasında annelerde yaşı fazla olanların yaşam kalitesinin olumsuz etkilendiği bunun da yaşam doyumunun daha düşük olmasına sebep olduğu sonucuna ulaşmıştır.

5.1.1.3. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çalışma durumu değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Bu çalışmada özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumlarının çalışma durumlarına göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulgusu elde edilmiştir. Hisoğlu (2018) özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çalışıp çalışmama durumunun yaşam doyumunu etkileyen bir değişken olmadığı, Toprak (2018) çalışmasında ebeveynlerin çalışma durumlarının yaşam doyumunu etkilemediği bulgusuna ulaşmıştır. Bunun yanı sıra literatürde iş doyumunun yaşam doyumunu pozitif yönde etkilediğine yönelik çalışmalar mevcuttur(Dikmen, 1995).

5.1.1.4. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin eğitim düzeyi değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Bu araştırmada özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumlarının ebeveynlerin eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulgusu elde edilmiştir. Boru (2020) engelli çocuğa sahip ailelerin yaşam doyumunu ölçtüğü çalışmasında ebeveynlerin eğitim düzeyi fark etmeksizin yaşam doyumlarının birbirine benzer olduğu sonucu araştırma bulgularını destekler nitelikteyken, Kahraman (2019) ve Ende İnce, Güdücü Tüfekçi (2015) tarafından yapılan çalışmalarda ebeveynlerin eğitim düzeyi ne kadar yüksekse yaşam doyumunun da o yönde arttığı sonucu çalışmanın aksi yönünde bulguların da olduğunu gösterir.

5.1.1.5. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin birliktelik durumu değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırmada elde edilen bulgulara göre özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumlarının ebeveynlerin birliktelik durumu değişkenine göre farklılaşmadığı bulgusu elde edilmiştir. Ünal Karagüven, Demirtaş (2022) araştırmasında rehabilitasyon merkezine devam eden engelli çocuğa sahip ailelerin eş desteğinin yaşam doyumunu anlamlı düzeyde etkilemediği sonucu ile aile birliktelik durumunun da ebeveynlerin yaşam doyum düzeyinde anlamlı düzeyde değişkenlik yaratmayacağı sonucu araştırmanın bulgularını destekler nitelikteyken, Çolak (2019) çalışmasında engelli çocuğa sahip ailelerin eğitim

düzeyinin artmasının ebeveynlerin yaşam kalitesini pozitif yönde etkilediği sonucuna ulaşmıştır(Çolak, 2019; Boru, 2020).

5.1.1.6. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuk sayısı değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırma bulgularında elde edilen sonuca göre ebeveynlerin yaşam doyumu puanlarının ortalamaları çocuk sayısı değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır. Hisoğlu (2018) çocuk sayısının ebeveynlerin yaşam doyumunu etkileyecek bir değişken olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Çocuk sayısı değişkeninin literatürde çok fazla üstünde durulan bir değişken olmadığı görülmüştür.

5.1.1.7. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının engel türü değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Ebeveynlerin yaşam doyumlarının özel gereksinimli çocukların sahip oldukları engel türüne göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda; katılımcıların yaşam doyumu puanları, engel türüne göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Anlamlı farklılaşmanın işitme engeli olan çocukların ebeveynlerinin yaşam doyumu puanı ortalamaları, otizm spektrum bozukluğu olan çocukların ebeveynlerinin yaşam doyumu puanı ortalamalarından, özgül öğrenme bozukluğu olan çocukların ebeveynlerinin yaşam doyumu puanı ortalamalarından ve diğer kategorisindeki çocukların ebeveynlerinin yaşam doyumu puanı ortalamalarından istatistiksel olarak daha yüksek olduğu saptanmıştır. Literatür araştırmaları incelendiğinde araştırmanın sonucunda rastlanan engel türünün yaşam doyumu düzeyini etkileyen bir değişken olduğu bulgusu ile paralel çalışmalara rastlanmıştır. Akandere vd. (2009) zihinsel engelli çocuğa sahip babaların, fiziksel engelli çocuğa sahip babalara göre yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Erdoğan (2019) zihinsel engeli bulunan çocuğa sahip ailelerle yaptığı çalışmada; hafif düzeyde zihinsel engeli olan çocuğa sahip annelerin karamsarlık düzeyinin, özgül öğrenme güçlüğü olan ve otizmli çocuğa sahip annelere kıyasla daha fazla olduğu sonucuna ulaşmıştır. Arslan, Hamarta ve Deniz (2002) araştırmasında özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının engel türüne göre yaşam doyum puanlarının değiştiği; yaşam doyumu en yüksek grubun işitme engelli çocuğa sahip ebeveynlerken en düşük yaşam doyumu puanı down sendromu ve zihinsel engelli çocuğa sahip ebeveynlerin aldığı sonucuna

ulaşmıştır(Arslan, Hamarta, Deniz, 2002; Deniz vd., 2009). İşitme engeli diğer engel türlerine göre tedavi edilebilirliğinin bulunması ya da cihaz ile engelin minimum düzeye indirilebilir olması çocuğun yaşıtlarını gelişimsel olarak yakalayabilme şansı vermesinden kaynaklı işitme engelli çocuğu olan ailelerin durumun pozitif yönlerine odaklanarak değerlendirmesi ile psikolojik problem yaşama ihtimalini düşürüyor olabileceği düşünülmektedir. Boru (2020) araştırmasına dahil ettiği özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının engel türü fark etmeksizin benzer yaşam doyum düzeyleri olduğu sonucuna ulaşsa da işitme ve konuşma engelli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyum düzeylerinin daha yüksek olduğu bulgularını elde etmiştir. Bir başka çalışmada da engelli çocuğa sahip annelerin yaşam doyumu ve psikolojik durumunun çocuğunun engel türünden etkilenmediği sonucuna ulaşılmıştır(Küçük, Alemdar, 2017).

5.1.1.8. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının cinsiyeti değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırma bulgularına göre ebeveynlerin yaşam doyumu puanlarının ortalamaları özel gereksinimli çocuğun cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır. Sarıkaya (2011) çocuğun cinsiyetinin ebeveynlerin yaşam doyumlarında herhangi bir farlılık yaratmadığı sonucuna ulaştığı çalışması ile araştırma bulgularını desteklerken, Akıncı (1991) erkek çocuğa sahip annelerin eğitim beklentilerinin arttığını saptamıştır(Akıncı, 1991; Akandere vd., 2009).

5.1.1.9. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının yaş grubu değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırmaya katılanların yaşam doyumu puanları, özel gereksinimli çocuğun yaş grubuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği; 5 yaş ve altı yaş grubunda çocuğu bulunan ebeveynlerin yaşam doyumu puanı ortalamaları, 13-18 yaş grubunda çocuğu bulunan ebeveynlerin yaşam doyumu puanı ortalamalarından istatistiksel olarak daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Anderson (1993), zihinsel engelli küçük yaş çocuğu olan ebeveynlerin büyük yaş çocuğu olan ebeveynlere göre anksiyete düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucu araştırmayı destekler nitelikte olmadığı anlaşılmıştır. Literatür incelendiğinde yaşam doyumu açısından özellikle yaş grubu değişkenini ele alan çalışmaya rastlanmamıştır. Araştırmada elde edilen sonuca göre ebeveynlerin; fiziksel büyüme ve bilişsel gelişimin hızlı

olduğu sıçrama dönemlerinin içinde olan 5 yaş ve altı özel gereksinimli çocuklarının engel durumunu öğrendikten sonra özel eğitim ve rehabilitasyon desteği ve ailenin eğitime katılımı ile beceri kazanımının aktif kılınması söz konusuyken, 13-18 yaş grubu özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin çocuklarının yaşamın ilk dönemlerine göre gelişimlerinin yavaş seyretmesi ve beceri kazanımının meşakkatli olması ebeveynlerin yaşam doyumunu büyük oranda etkiliyor olabileceği düşünülmektedir.

5.1.1.10. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin sosyal destek değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırma bulgularında elde edilen sonuca göre ebeveynlerin yaşam doyumu puanlarının ortalamaları sosyal destek alıp almamalarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır. Konuya ilişkin Kaner'in 2004 yılında 416 ebeveyn ile yaptığı araştırmada tüm sosyal destek türlerinin yaşam doyumunu pozitif yönde etkilediği, sosyal destek arttıkça yaşam doyum düzeyinin de arttığı, Özsoy vd. (2006) tarafından yapılan bir başka çalışmada ise ailelerin sosyal destek alma konusunda ihtiyaçlarının olduğu, Çattık, Aksoy (2018) sosyal destek ile yaşam doyumu arasında yüksek düzeyde ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır(Kaner, 2004). Strachan (2005) engelli çocuğa sahip annelerin daha düşük sosyal destek algılarının olduğu ve sürekli kaygı düzeylerinin babalara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Annelerin düşük sosyal destek algılarının olmasında çocuğun birincil bakıcısı olmaları ve ev işlerinden büyük oranda sorumlu olmaları sebebiyle üstlendikleri sorumluluğun fazla olmasının etkili olabileceği düşünülmektedir.

Şahin (1999) kadınların sosyal destek arama eğilimlerinin pekiştirildiğini belirtmiştir(Şahin, 1999; Sarıkaya, 2011). Alan yazın incelendiğinde sosyal desteğin yaşam doyumunu pozitif yönde etkilediği sonucuna ulaşılmış olup literatürün araştırmanın sonucunu destekler nitelikte olmadığı anlaşılmıştır.

5.1.1.11. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının özel eğitim alma süresi değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Özel gereksinimli çocuğun kaç yıldır özel eğitim aldığına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği; çocuğu 1 yıldır özel eğitim alan ebeveynlerin yaşam doyumu puanı ortalamaları, çocuğu 4 ve daha fazla yıldır özel eğitim alan ebeveynlerin yaşam

doyumu puanı ortalamalarından istatistiksel olarak daha yüksektir. Balkanlı (2008) çalışmasında özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin özel eğitimden yararlanma yılının arttıkça yaşam doyum düzeyinin düştüğü sonucuna ulaşmıştır. Çocuğun özel gereksinime sahip olduğunun öğrenilmesi ile birlikte çocuğunun engel durumunu atlatabileceği ya da hızla yeni beceriler kazanacağı yönünde büyük bir umutla özel eğitim ve rehabilitasyon eğitimine başlayan aile, özel eğitim hizmetinden yararlandığı süre ilerledikçe umudu azalarak çocuğunun özel gereksinimini kabullenme sürecine girer. Ailenin bakış açısı değişerek çocuğunun özel gereksinimi geçici veya iyileşebilir bir durum olmadığını kabullenmesi ve çocuğun yaşının artması ile gerçekleştirmesi gereken beceri sayısının artması ailede strese yol açarak (Akarsu, Akgün Kostak, 2021) yaşam doyum düzeyini düşürebileceği düşünülmektedir.

5.1.1.12. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin başka özel gereksinimli çocuğa sahip olması değişkenine göre yaşam doyumlarında farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Ebeveynlerin yaşam doyumu puanlarının ortalamaları başka özel gereksinimli çocuğa sahip olup olmamaya göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır. Literatür incelendiğinde birden fazla özel gereksinimli çocuğa sahip olma değişkeninin yaşam doyumuna etkisi üzerinde durulan bir değişken olmadığı saptanmıştır. Bilge vd. (2014) araştırmasında engelli yakınlarına stresle baş etme ve yaşam doyumunu arttırma eğitiminin bireylerde etkinliğini araştırdıkları üç hafta süren ve haftada bir saat şeklinde verilen eğitim sonucunda engelli yakınlarının stres düzeyinin düşerek yaşam doyum düzeyinin yükseldiği sonucuna ulaştıkları görülmüştür. Yaşam doyumunun eğitim ile farklı noktalara taşındığı çeşitli çalışmalarla kanıtlanması, verilen bu eğitimlerin arttırılmasının engelli çocuğa sahip ebeveynlerde olumlu etki yaratacağını düşündürmektedir. Ayrıca engelli çocuğun rehabilitasyonunda önemli bir role sahip olan ailenin, yaşam doyumu arttırılarak çocukları ile etkin şekilde ilgilenebilmelerine, çocuklarının eğitimine, günlük yaşam becerilerine adapte olmalarına katkıda bulunarak topluma uyum sağlamalarına yardımcı olur.

5.1.2. Öz Anlayış Değişkeninin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi

Elde edilen bulgular sonucunda öz anlayışın özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin; anne veya baba olmalarına, yaş gruplarına, çalışma durumlarına, eğitim

düzeylerine, birliktelik durumlarına, çocuğun cinsiyetine, çocuğun yaş grubuna, çocuk sayılarına, çocuğun özel eğitim alma süresine, evde kaç özel gereksinimli çocuk olduğuna göre anlamlı farklılık göstermediği; engel türü, sosyal destek alıp almama değişkenlerine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulguları elde edilmiştir.

5.1.2.1. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin anne veya baba olma değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Elde edilen bulgular sonucunda öz anlayışın özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin; anne veya baba olmalarına göre anlamlı farklılık göstermediği sonucu elde edilmiştir. Güleş (2017) ebeveynlerin cinsiyeti değişkenine göre öz anlayışları arasında anlamlı fark olmadığı, Candemir (2019) engelli çocuğa sahip ebeveynler ile yaptığı çalışmada ve Küçük (2020) yetişkinler ile yaptığı çalışmada ebeveynlerin cinsiyeti ve öz anlayışı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucu ile bu çalışmanın sonucunu destekler niteliktedir. Cinsiyet değişkeninin öz anlayışı etkilememesi sonucu, çalışma grubunun özel gereksinime sahip anne ve babaları içermesi yani hem annenin hem babanın psikolojik olarak benzer süreçleri ve zorlukları yaşaması olabilir.

Neff ve Vonk (2009) öz anlayış ve öz saygının cinsiyet değişkeninden etkilendiği, Engin Deniz vd. (2012) öz anlayış, yaşam doyumu ve negatif-pozitif duygunun Türk ve diğer ülke üniversite öğrencileri cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılaşma olduğu, Raes (2010) çalışmasında kadınların öz anlayış puanlarının erkeklere göre anlamlı düzeyde düşük olduğu sonucu ile bu araştırmanın sonucundan farklılık göstermektedir.

Bacanlı ve Çarkıt (2020) öz şefkatin cinsiyete göre değişip değişmediği hakkında 2007 ve 2018 yılları arasında Türkiye'de yürütülen tez ve makaleleri taradıkları meta analiz çalışması sonucunda; erkeklerin öz şevkat puan ortalamalarının kadınlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşsa da aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığı bulgusunu elde etmiştir.

5.1.2.2. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaş değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırmada öz anlayışın özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaş değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusu elde edilmiştir. Güleş (2017) özel gereksinimli çocuğa sahip anne ve babalarla, Trompetter vd. (2017) yetişkinlerle, Neff ve McGehee'nin

(2010) yetişkinlerle yaptıkları çalışmalarda yaş değişkenin öz anlayış ile anlamlı düzeyde farklılık göstermediği bulguları çalışma sonucuna benzer niteliktedir.

Dağ (2019) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada öz anlayış ve yaş değişkeni arasında pozitif yönlü bir ilişkisi olduğu, Neff ve Vonk (2009)'un da aynı sonuca ulaştığı, Özyeşil'in (2011) üniversite öğrencilerinin öz anlayışlarını incelediği çalışmasında sınıf değişkenine göre öz anlayış düzeyinin de anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır.

Bireylerin çocuk sahibi olması ile birlikte anne ve babalığın beraberinde getirdiği yeni roller, yaştan bağımsız olarak bireyde değişimlere yol açacaktır. Anne ve babanın yaşı arttıkça davranış ve tutumlarında değişimler olabilir ve bu da öz anlayış düzeylerini etkileyebilir. Fakat bu farklılaşmanın asıl kaynağını sadece yaş değişkeni ile açıklamanın doğru olmayacağı düşünülmektedir.

5.1.2.3. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çalışma durumu değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırmada öz anlayışlarının özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çalışma durumu değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusu elde edilmiştir. Meriç (2020) okul öncesine devam eden çocuğu olan çalışan ebeveynlerin öz anlayış düzeylerinin çalışmayan ebeveynlere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Normal gelişim gösteren veya özel gereksinimi olan bir çocuğun dünyaya gelişi aileyi ekonomik olarak etkileyecektir. Ve çocuğun özel gereksinimine bağlı kullanması gereken cihaz, ilaç, alet, tedavi ve bakım gibi ekstra maddi yük ortaya çıkacaktır. Yapılan çeşitli araştırmalarda çocuğun bakımını üstlenen ebeveynin yani genellikle annenin işten ayrılmasından kaynaklı maddi sıkıntılar ortaya çıkabilmektedir(Wallender vd., 1989). Peker'in (2017) yaptığı çalışma gelir düzeyinin öz anlayış ile doğru orantılı bir ilişkisi olduğu sonucu bu araştırmanın bulgusu ile farklılık gösterirken, Candemir (2019) özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerin gelir durumunun öz anlayış düzeyini anlamlı düzeyde etkilemediği sonucu çalışmanın bulgusuna paralellik göstermektedir.

5.1.2.4. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin eğitim düzeyi değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırmada özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin öz anlayışlarının eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusu elde edilmiştir. Güleş (2017) ebeveynlerin eğitim düzeyine göre öz anlayışlarının anlamlı düzeyde etkilenmediği, Meriç (2020) okulöncesine devam eden çocuğu olan ebeveynlerin eğitim düzeyleri ile öz anlayış düzeylerinin anlamlı düzeyde değişmediği sonuçları çalışmanın sonucunu destekler nitelikte olduğu görülmüştür.

Koyuncu (2021) özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerin eğitim düzeyleri arttıkça öz anlayışlarının da pozitif yönde arttığı sonucuna ulaşmıştır. Ebeveynlerin eğitim seviyesinin iyi düzeyde olması, çocuğun eğitiminde daha bilinçli bir tutum izlenmesine yardımcı olabileceği için bu durumun da öz anlayış düzeyini dolaylı olarak etkileyebileceği düşünülmüş ancak bu etkinin istatistiksel olarak anlamlı fark yaratmadığı görülmüştür.

5.1.2.5. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin aile birliktelik değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırmada öz anlayışın özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin aile birliktelik değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusu elde edilmiştir. Güleş (2017) aile birliktelik değişkenine göre öz anlayışın birlikte olan ailelerde daha yüksek olduğu, Küçük (2020) de öz anlayış ile ebeveyn birlikteliği arasında anlamlı düzeyde ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Trompetter (2017) öz anlayışın pozitif ruh ve psikopatolojiye etkilerini belirlemek için yaptığı çalışmada medeni durumun öz anlayış üzerinde anlamlı bir değişken olmadığı, Candemir (2019) engelli çocuğu olan ve olmayan ailelerle yaptığı çalışmada aile birlikteliğinin öz anlayışı etkileyen bir değişken olmadığı sonucu ile çalışmanın sonucunu destekler nitelikte olduğu görülmüştür.

5.1.2.6. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuk sayısı değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırmada özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin öz anlayışlarının çocuk sayısı değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusu elde edilmiştir. Koyuncu (2021) ebeveynlerin çocuk sayısına göre öz anlayışlarının anlamlı farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır. Özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerin çocuk sayısının birden fazla olması durumunda diğer çocuğun normal gelişime sahip olması, özel gereksinimli çocuğa akran

desteği sağlamasına ve özel gereksinimli kardeşin yeni becerileri kazanmasında yardımcı olabileceği düşünülmektedir. Ya da her iki çocuğun da özel gereksinimli olması ilk özel gereksinimli çocuğa olan davranış ve tutum nasılsa ikincisine de herhangi bir değişiklik olmayacağı bunun da artan çocuk sayısının öz anlayış düzeyinin değişimine yol açmayacağı şeklinde yorumlanabilir.

5.1.2.7. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının sahip olduğu engel türü değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Ebeveynlerin öz anlayışlarının özel gereksinimli çocukların sahip oldukları engel türüne göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit etmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda; katılımcıların yaşam doyumu puanları, engel türüne göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği; diğer kategorisindeki çocukların ebeveynlerinin öz anlayış puanı ortalamalarının, otizm spektrum bozukluğu olan çocukların ebeveynlerinin öz anlayış puanı ortalamalarından, iletişim bozukluğu olan çocukların ebeveynlerinin öz anlayış puanı ortalamalarından ve işitme engeli olan çocukların ebeveynlerinin öz anlayış puanı ortalamalarından istatistiksel olarak daha düşük olduğu bulunmuştur. Koyuncu (2021) çalışmasında engel türüne göre ebeveynlerin iyimserlik düzeyinin farklılaştığı sonucuna ulaşırken öz anlayış düzeyinin değişmediği sonucuna ulaşmıştır. Güleş (2017) ve Candemir (2019) de çalışmalarında özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının engel türüne göre öz anlayış düzeylerinin farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Deniz, Dilmaç, Arıcak (2009), engelli çocuğa sahip ebeveynlerin durumluk sürekli kaygıları ile ilgili yaptığı çalışmasında down sendromlu ve zihinsel engelli çocuğa sahip ebeveynlerin durumluk kaygı puan ortalamaları ile işitme, konuşma ve diğer engel türüne sahip çocuğu olan ebeveynlerin durumluk sürekli kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu sonucuna ulaşmıştır. Byrne ve Cunnigham (1985) ebeveynlerle yaptıkları çalışmada ebeveynlerin stres durumunu etkileyen en önemli faktörlerden birinin de engel türü olduğu sonucu ile ebeveynlerin çocuklarının engel türünden etkilendiğini ortaya koymuştur. Negatif duygu ve düşüncelerden olumsuz etkilendiği (Neff, 2003a) bilinen öz anlayış düzeyi, bireyin kaygı ve stres gibi olumsuz duygularından da olumsuz etkilenmektedir. Öz anlayışın psikolojik sağlığı geliştirdiği, negatif duyguları önlediği çeşitli çalışmalar ile ortaya konmuştur(Neff, 2003a;).

Araştırmada diğer kategorisinde; asperger sendromu, spina bifida, epilepsi, kardiyovasküler sistem hastalıkları, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, serebral palsi

engel türleri yer almaktadır. Diğer kategorisinde yer alan engel türlerinin genellikle kronik, tamamen iyileşme olasılığı düşük, hastanede yatarak tedavi durumu gerektirmesinin bu engel türlerinden birine sahip çocuğu olan ebeveynlerin öz anlayış düzeylerinin düşük olmasına sebep olmuş olabileceği düşünülmektedir.

5.1.2.8. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının yaş grubu değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırma bulgularına göre ebeveynlerin öz anlayış puanlarının ortalamaları özel gereksinimli çocuğun yaş grubuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır. Koyuncu (2021) çocuğun yaş grubunun ebeveynlerin öz anlayışlarında anlamlı bir farklılaşma oluşturmadığı, Güleş(2017) de ebeveynlerin öz anlayış düzeyinin çocuğun yaş grubundan bağımsız olduğu sonucuna ulaşmıştır.

5.1.2.9. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının cinsiyet değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırma bulgularına göre ebeveynlerin öz anlayış puan ortalamaları özel gereksinimli çocuğun cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmamaktadır. Neff ve McGehee (2010) ile Koyuncu (2021) araştırmalarında elde ettikleri öz anlayışın özel gereksinimli çocuğun cinsiyete göre farklılaşmadığı bulgusu çalışmanın sonucunu destekler niteliktedir. Bu araştırmaya göre çocuğa ait demografik özelliklerin (cinsiyet ve yaş) anne ve babanın öz anlayış düzeyinde etkin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

5.1.2.10. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin sosyal destek alma değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Öz anlayış özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin sosyal destek alma durumlarına göre incelendiğinde; sosyal destek alan ebeveynlerin öz anlayış puanı ortalamaları, sosyal destek almayan ebeveynlerin öz anlayış puanı ortalamalarından istatistiksel olarak daha düşüktür. Çan Arslan (2010) araştırmasında annelerin stresle başa çıkmakta babalara göre daha fazla sosyal desteğe ihtiyaç duydukları bu desteği aile ve özel kişilerden daha fazla aldıkları sonucuna ulaştığı bunun sebebinin de annenin engelli çocuğun

birincil bakıcısı rolünü üstlenmesiyle birlikte sosyal çevresi ile daha fazla paylaşımda bulunmaya ihtiyaç duyması olabileceği düşünülmüştür.

Literatürde çocuğun engellilik durumundan kaynaklı aileler; bilgi, duygusal destek, maddi destek ve bakım gereksinimine ihtiyaç duyduğuna dair araştırmalar bulunmaktadır(Sucuoğlu, 2009; Avşaroğlu, Okutan, 2018). Özel gereksinimli çocuğun bakım ve sorumluluğunda fiziksel manada anneye daha fazla sorumluluk düşmesi (Kaner, 2004) ve çocuğun yaşı ilerledikçe sorumluluğun büyük oranda anneye geçmesi (Hollahan, 2003; Çan Aslan, 2010) annenin sosyal yaşamını kısıtlayarak, kendisine zaman ayıramamasına ve sosyal destek gereksiniminin ortaya çıkmasına yol açmaktadır. Bireyler sosyal desteğe stresle başa çıkabilme kapasitesini arttırmak için başvurabilir (Baltaş, 2007; Gören, 2015) sonucundan daha çok, öz anlayış düzeyi düşük bireylerin sosyal desteğe ihtiyaç duyduğu düşünülmektedir. Ayrıca annelerin özel gereksinimli çocuklarına bakım güçlüğü yaşadıkları ve buna bağlı ebeveynlik yeterliliği ilişkisinin depresyonu tetiklediği görülmüş (Gowen, Martın, Goldman ve Appelbaum, 1989) ve psikososyal desteğe ihtiyaç duyma olasılıklarının yüksek olduğu saptanmıştır(Gören, 2015). Demirbilek (2013) araştırmasında ebeveynlerin özel gereksinimli çocuğa destek olmalarının ancak kendilerinin de destek almaları ile gerçekleşeceğini savunmuştur. Araştırmada sosyal destek almanın anne ve babaların öz anlayışlarını büyük oranda etkilediği sonucunu alan yazın içerisinde de desteklendiği anlaşılmıştır.

5.1.2.11. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının özel eğitim alma süresi değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırmada öz anlayışlarının özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının özel eğitim alma süresi değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusu elde edilmiştir. Sağıroğlu (2006) özel gereksinimli çocuğu olan ailelerin çocuklarının devam ettiği rehabilitasyon merkezi ile ilgili beklentileri hakkındaki araştırmasında; aileler için beceri kazanımının çok önemli olduğu konusunda hemfikir oldukları, çocuklarının yaş değişkenine göre beklentilerinin arttığı sonucuna ulaşmıştır. Aileler için rehabilitasyonun beceri kazandırma konusunda etkin olması, çocuğun rehabilitasyona devam süresinden daha büyük önem taşımaktadır.

5.1.2.12. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin başka özel gereksinimli çocuğa sahip olma değişkenine göre öz anlayışlarının farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırmada öz anlayışlarının özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin başka özel gereksinimli çocuğa sahip olma değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusu elde edilmiştir. Koyuncu (2021) ve Candemir (2019) evde başka özel gereksinimli çocuk olup olmadığına göre ebeveynlerin öz anlayışlarında anlamlı bir farklılaşma oluşturmadığı bu çalışmanın bulgularını destekler niteliktedir. Evde bir ya da daha fazla özel gereksinimli çocuğun var olması ebeveynlerin sorumluluğunu arttıracaktır. Fakat artan bu sorumluluğun deneyimlenmiş bir sorumluluk olması ebeveynlerin öz anlayış düzeyinin etkilenmemesine sebep oluyor olabilir.

5.1.3. Psikolojik Dayanıklılık Değişkeninin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi

Elde edilen bulgular sonucunda psikolojik dayanıklılığın özel gereksinimli çocuğa sahip anne ve babalar arasında annelerin psikolojik dayanıklılık puanı ortalamalar, babaların psikolojik dayanıklılık puanı ortalamalarından daha yüksektir.

Araştırmada psikolojik dayanıklılığın özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin; yaş gruplarına, çalışma durumlarına, eğitim düzeylerine, birliktelik durumlarına, çocuk sayılarına, çocuğun engel türüne, çocuğun cinsiyetine ve yaş grubuna, özel eğitim alma süresine, ebeveynlerin sosyal destek alıp almamalarına ve kaç özel gereksinimli çocuğa sahip olduğuna göre anlamlı farklılık göstermediği bulguları elde edilmiştir.

5.1.3.1. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin anne veya baba olma değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların psikolojik dayanıklılık puanlarının ortalamaları anne ya da baba olmalarına göre istatistiksel olarak marjinal düzeyde anlamlı farklılaşmaktadır. Buna göre annelerin psikolojik dayanıklılık puanı ortalamaları babaların psikolojik dayanıklılık puanı ortalamalarından istatistiksel olarak daha yüksektir. Aydın, Arslantürk Egin (2018) zihin engelli, otizmli ve serebral palsili çocukların ebeveynlerinin psikolojik dayanıklılıkları hakkındaki çalışmada psikolojik dayanıklılığın annelerde babalara göre daha yüksek düzeyde olduğu sonucuna ulaşmıştır. Benzer olarak Thompsan, Hiebert-

Murphy, Trute (2013) gelişimsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerle yaptığı çalışmada engelli çocuğun aileye uyumu için annelerin benlik saygısının ve engel durumuna karşı olumlu tutum geliştirmesinin önemli olduğu sonucuna ulaşmıştır. Annelerin çocuğun bakım ve sorumluluğunun büyük kısmını üstlendiği düşünülünce, annelerin var olan duruma uyum sağlayarak psikolojik dayanıklılık düzeyinin arttığı söylenebilir. Çeşitli çalışmalarda yer alan benlik saygısı arttıkça psikolojik dayanıklılık artar (Sarıkaya, 2015:66; Söğütlü vd., 2021:36) sonucu göz önünde bulundurulduğunda Thompsan vd.(2013)'nin çalışması araştırmanın bulgularını destekler niteliktedir. Alan yazında bazı çalışmalarda da annelerin babalara göre psikolojik dayanıklılıklarının daha düşük olduğu sonucuna ulaşılsa da Frey vd. (1989) zihinsel ve bedensel engeli bulunan çocukların ebeveynleri ile yaptığı çalışmada çocuk erkekse veya iletişim becerileri zayıfsa babaların psikolojik stres düzeylerinin annelere oranla daha yüksek olduğu bulgusunu elde etmiştir. Aynı zamanda literatüre bakıldığında anne ve babanın psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında farkın olmadığını savunan çalışmalar da mevcuttur(Kaner vd., 2011).

5.1.3.2. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaş değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırma bulgularına göre psikolojik dayanıklılık özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaş gruplarına göre anlamlı farklılaşmamaktadır. Bildirici (2014) çalışmasında annelerin yaş değişkeninin psikolojik dayanıklılığı anlamlı düzeyde etkilemediği, Kurumeşe (2021) de çalışmasında özel gereksinimli çocuğa sahip annelerin yaşı ile psikolojik dayanıklılıklarının ilişkili olmadığı bulguları araştırmanın sonucunu destekler niteliktedir. Anne ve babalar için çocuklarının özel gereksiniminin var olmasının kabulü ne kadar zor olsa da bu duruma alışarak çözüm odaklı bir yaklaşım benimsemeleri ile yaş değişkeninin bağlantısız olduğu düşünülebilir.

5.1.3.3. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çalışma durumu değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırma bulgularına göre psikolojik dayanıklılık düzeyi özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çalışma durumlarına göre anlamlı farklılaşmamaktadır. Bildirici (2014) zihinsel engelli çocukların anneleri ile yaptığı çalışmada annenin çalışmasının psikolojik dayanıklılığı etkileyen bir değişken olmadığı sonucuna ulaştığı görülmüştür. Çalışmanın

bulgularının aksine özel eğitim gereksinimi olan çocuğa sahip anneler ile yapılan başka araştırmada, bir işte çalışan annelerin çalışmayan annelere göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir(Ömeroğlu, 2019; Pınar, 2018; Şen Ün, Akgül, 2022).

Bu araştırmaya katılan ebeveynlerin %32,1'inin çalışıyor, %67,8'inin çalışmıyor şeklinde yanıt vermiştir. Çalışmaya katılan katılımcıların özel gereksinimli çocuğun birincil bakıcısı olması ve anne ağırlıklı katılımcı olması nedeniyle, çalışmanın bulgularına ebeveynlerin cinsiyet değişkeni engel teşkil ediyor olabilir. Ayrıca çalışmaya katılan annelerin çalışma oranının düşük olması istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamış olmasına sebep olmuş olabilir.

5.1.3.4. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin eğitim düzeyi değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırma bulgularına göre psikolojik dayanıklılık özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin eğitim düzeylerine göre anlamlı farklılaşmamaktadır. Kurumeşe (2021) ebeveynin eğitim düzeyinin psikolojik dayanıklılığı etkileyen bir değişken olmadığı sonucu ile bu çalışmayı destekler nitelikteyken , Şen Ün, Akgül (2022) özel gereksinimli çocuğu olan annelerle yaptığı çalışmada üniversite mezunu annelerin psikolojik dayanıklılıklarının daha yüksek olduğu, Greff ve Walt (2010) otizm tanılı çocuğa sahip aileler ile yaptıkları çalışmada psikolojik dayanıklılığı pozitif yönde etkileyen faktörlerden birinin eğitim düzeyi olduğu sonucuna ulaşmıştır. Araştırmalarda özel gereksinimli çocuğa sahip annelerin eğitim düzeyi arttıkça depresyona yatkınlık, anksiyete, somatizasyon bozukluğu puanlarının azaldığı sonucuna ulaşılmıştır(Ömeroğlu, 2019; Pınar, 2018; Şen Ün, Akgül, 2022).

5.1.3.5. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin birliktelik durumu değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırma sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık düzeyi özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin birliktelik durumu değişkenine göre anlamlı farklılaşmamaktadır. Özel eğitime gereksinimi olan çocuğa sahip anneler ile yapılan araştırmada, annelerin medeni durumlarının psikolojik dayanıklılık düzeylerini anlamlı düzeyde etkilemediği (Bildirici, 2014), Şen Ün, Akgül (2022) de medeni durumun psikolojik dayanıklılık düzeyini etkileyen bir değişken olmadığı sonucu çalışmanın sonucunu desteklemektedir. Özşenol vd. (2003)

araştırmasında ebeveynlerin özel gereksinimli çocuklarının olması eşler arasındaki iletişimi olumsuz etkilediği bulgusu ile ebeveyn birliktelik durumunun psikolojik dayanıklılık üstünde de olumsuz etkisinin olabileceğini düşündürmektedir. Küçüker (1993) özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin tüm zamanını, ilgisini engelli çocuğuna yöneltmek durumunda kalmasının eşlerinin birbirlerinden uzaklaşmalarına, aralarında iletişim kopukluklarının olmasına bunun sonucunda da evlilik ilişkilerinin bozulabileceğine işaret etmiştir.

5.1.3.6. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuk sayıları değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırma sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık düzeyi özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuk sayılarına göre anlamlı farklılaşmamaktadır. Bekdaş (2022) otizmli çocuğa sahip ailelerle yaptığı çalışmada psikolojik dayanıklılık ile çocuk sayısı arasındaki ilişkinin anlamlı düzeyde olmadığı, benzer olarak Bildirici (2014) de annelerle yaptığı araştırmada çocuk sayısı ile psikolojik dayanıklılık düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Ailedeki çocuk sayısının ebeveynlerin başa çıkma becerilerini etkileyen bir değişken olmaması (Şen Ün, Akgül, 2022), çocuk sayısının bireyin psikolojik dayanıklılık düzeyini de etkilemeyeceği sonucunu ortaya çıkarır.

5.1.3.7. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının engel türü değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırma sonucuna göre psikolojik dayanıklılık özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının engel türüne göre anlamlı farklılaşmamaktadır. Literatür incelendiğinde otizm engeline sahip özel gereksinimli çocukların ailelerinin, otizmin getirdiği davranış problemleri ve otizmin şiddeti diğer engel gruplarına göre ebeveynlik stresini arttırdığı (Akkok, Aşkar, Karancı, 1992) ancak serebral palsili çocuğa sahip ailelere göre de daha düşük stres düzeyini beraberinde getirdiğine dair çalışmalara ulaşılmıştır(Gülaldı, 2010). Bu sonuçlardan hareketle strese bağlı olarak, ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılık yaratacağı düşünülmüş fakat yapılan araştırma sonucunun bu bulguları destekler nitelikte olmadığı görülmüştür. Bir başka araştırmada da otizm spektrum bozukluğu olan çocuğa sahip annelerin, zihinsel engeli olan ya da normal gelişim gösteren çocuğa sahip annelerden psikolojik dayanıklılık düzeyinin daha düşük olduğu belirtilmiştir(Bitsika, Sharpley, Bell, 2013).

Canarslan (2014) engelli çocuğu olan ailelerin yaşam kalitesini değerlendirdiği çalışmada, işitme engelli çocuğu olan annelerin zihinsel veya çoklu yetersizliğe sahip çocuğu olan annelere göre yaşam kaliteleri daha yüksek bulmuştur. Yaşam kalitesinin de psikolojik sağlığı etkileyen bir değişken (Muştucu, 2022) olması psikolojik dayanıklılık ile aralarında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu gösterir. Şen Ün, Akgül (2022) tarafından yapılan çalışmada işitme engeli olan çocuğa sahip annelerin; zihinsel, bedensel, ortopedik engelli ve otizmli çocuğa sahip annelere göre psikolojik dayanıklılıkları anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Najmi vd. (2018) farklı özel gereksinime sahip çocukları olan ebeveynlerin stres düzeyleri ve psikolojik durumlarını incelemiştir. Araştırmaya duyusal motor, psikolojik (OSB, DEHB, zihinsel engelli, nörogelişimsel bozukluk) ve kronik fiziksel özel gereksinimli 6-12 yaş çocuğu olan anneler katılmış ve çalışmada psikolojik özel gereksinimli çocukların annelerinde ortalama ebeveynlik stresinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Otizmli çocukların ebeveynleri ile yapılan bir başka çalışmada aile stresi ile psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür(Bekdaş, 2022). Literatür incelendiğinde çalışma bulgularının literatür ile farklılık gösterdiği anlaşılmıştır. Bu durumun çalışmaya katılan ebeveynlerin çocuklarının engel türü dağılımındaki eşitsizliklerden kaynaklı olabileceği düşünülmüştür. Örneğin çalışmaya 123 otizm spektrum bozukluğuna sahip çocuğu olan aile katılırken yalnızca 15 fiziksel bozukluğu olan çocuğa sahip aile katılmıştır. Ayrıca çalışmanın Google formlar üzerinden yapılması da çalışmaya katılabilecek yeterliliğe sahip olmayan ve forma ulaşamayan ailelerin çalışmanın dışında kalmış olması, literatür ile çalışma bulgularının farklılık göstermesine neden olmuş olabilir.

5.1.3.8. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuğun cinsiyeti değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırma sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılığın özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının cinsiyetine göre anlamlı farklılaşmamaktadır. Şen Ün, Akgül, (2022) özel gereksinimli çocuğun cinsiyetinin ebeveyn psikolojik dayanıklılığıyla arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Alan yazın incelendiğinde çocuğun cinsiyeti değişkeninin üzerinde durulmadığı, konuyla ilgili yapılan çalışmalarda bu değişkene çok nadir rastlandığı görülmüş bu nedenle karşılaştırma yapmanın doğru olmayacağı anlaşılmıştır.

5.1.3.9. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuğun yaşı değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırma sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının yaşına göre anlamlı farklılaşmamaktadır. Bildirici'nin (2014) çalışması çocuğun yaşının annenin psikolojik dayanıklılık düzeyini etkilemediği sonucu ile çalışma bulgularını destekler nitelikte iken Şanlı (2012) zihinsel yetersizliğe sahip çocuğu olan ailelerin ihtiyacı hakkında yaptığı çalışmada çocuğun yaşı ile psikolojik dayanıklılık düzeyinin farklılık gösterdiğine ve Şen Ün, Akgül, (2022) çalışmalarında çocuğun yaşı büyüdükçe ebeveynlerin psikolojik dayanıklılığının düştüğüne dair bulgular elde etmiştir. Çocuk engel tanısı aldıktan sonra yaşı ilerledikçe çeşitli gelişmeler gösterse de çoğunlukla çocuğun engel durumu tamamen ortadan kalkmamaktadır. Ebeveynlerin bu durum ile başa çıkmak için engeli kabullenmesi durumunda çocuğun yaşının artmasının ebeveynlerin psikolojik dayanıklılıkları üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmayacağı düşünülmektedir.

5.1.3.10. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin sosyal destek alma değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırma sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin sosyal destek almalarına göre anlamlı farklılaşmamaktadır. Nguyen (2012) çalışmasında eşlerden alınan sosyal desteğin psikolojik dayanıklılık üzerinde yok denecek kadar düşük düzeyde etkisinin olduğu ya da etkisinin hiç olmadığını belirtmiştir. Bayraklı (2010) çalışmasında sosyal desteğin nicelik ve niteliğinin psikolojik dayanıklılığı düşük de olsa pozitif yönde etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Vogt vd. (2008) stres faktörlerinin psikolojik dayanıklılık düzeyine etkisini inceledikleri çalışmada sosyal destek kaynaklarının artmasının ebeveynlerin başa çıkma becerilerini arttırdığı sonucuna ulaşmışlardır. Özel gereksinimli çocuğa sahip olmanın aileye getirdiği stres ebeveynlerin duygularını düzenleme ve yönetme de zorlanmaları ile bireylerin psikolojik dayanıklılıklarının etkilenmesine yol açarak uzman desteğine ihtiyaç ortaya çıkabilir(Bekdaş, 2022). Özmen ve Çetinkaya (2012) engelli çocuğa sahip ailelerin yaşadığı sorunları araştırdıkları çalışmalarında yakın çevre desteğinin psikolojik iyi oluşu pozitif yönde etkilediği sonucuna ulaşmışlardır.

5.1.3.11. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının özel eğitim alma süresi değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırma sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılığın özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının özel eğitim alma süresine göre anlamlı farklılaşmamaktadır. Bildirici (2014) çalışmasında özel eğitim alma süresi ile psikolojik dayanıklılık düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulmazken, Şen Ün, Akgül, (2022) çalışmalarında özel gereksinimli çocuğun özel eğitimden yararlanma süresinin psikolojik dayanıklılığı etkileyen bir değişken olduğu, özel eğitimden yararlanma yılı artıkça psikolojik dayanıklılık düzeyinin azaldığı bulgusunu elde etmiştir. Alan yazın incelemesinde özel eğitim alma süresi değişkeninin üzerinde durulmamış bir değişken olduğu görülmüş, karşılaştırma yapmak doğru değildir. Ve yapılan araştırma sonucu kazanım olarak görülmektedir.

5.1.3.12. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin kaç özel gereksinimli çocuğa sahip olduğu değişkenine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin farklılaşma durumuna ait tartışma ve yorum

Araştırma sonuçlarına göre psikolojik dayanıklılık özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin kaç özel gereksinimli çocuğa sahip olmasına göre anlamlı farklılaşmamaktadır. Şen vd. (2022) çalışmalarında ailelerin birden fazla özel gereksinimli çocuğa sahip olmaları ebeveynlerin bakım yükünü artırarak daha fazla performans göstermeleri gerektirdiği sonucuna ulaşmış ve ailede birden fazla özel gereksinimli çocuğun olmasının ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerini olumsuz etkilediğini ortaya koymuştur. Literatür incelendiğinde araştırmacıların ailedeki özel gereksinimli çocuk sayısı değişkeninden ziyade kardeş sayısı değişkeni üzerinde durdukları dikkat çekmiştir. Konuya ilişkin Ergün ve Erdim (2016) çalışmalarında kardeş sayısı ile psikolojik sağlamlılık arasında anlamlı bir ilişki olmadığı, Kurumeşe (2021) zihinsel engelli çocuğa sahip annelerin psikolojik sağlamlılık düzeylerini ele aldığı araştırmasında kardeş sayısının psikolojik dayanıklılığı etkileyen bir değişken olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

5.1.4. Yaşam Doyumu, Öz Anlayış ve Psikolojik Dayanıklılık Değişkenleri Arasındaki Yordayıcı İlişkinin İncelenmesi

Araştırma sonuçlarına göre, özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik dayanıklılıkları ve yaşam doyumları arasında pozitif ve orta düzeyde bir ilişkinin olduğu ve psikolojik dayanıklılığın yaşam doyumunu anlamlı bir şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Psikolojik dayanıklılık çeşitli araştırmalarda risk ve koruyucu faktörler ile açıklanıp tanımlanmaya çalışılmıştır. Risk uygunsuz davranışa ya da hastalığa doğrudan yol açan çeşitli durumlar olarak açıklanmaktadır(Rutter, 1987; Oktan, 2008). Risk faktörleri bireyin potansiyelini baskılar, öz saygısını düşürerek öz yeterlilik algısını negatif yönde etkiler. Psikolojik sağlamlılık risk faktörleri ve problemlere rağmen bireyin uyum sağlayabilme kapasitesidir. Yaşam doyumu ise bireyin hayattaki beklentileri ile sahip olduklarına ilişkin memnuniyet derecesi olarak tanımlanabilir(Yetim, 2001). Ortaya çıkan risk durumları ile bireyin bu durumlara dayanıklılık gösterememesi yaşam doyumunu da olumsuz etkiler. Araştırma sonuçları da bunu destekler niteliktedir. Buradan özel gereksinimli bir çocuğa sahip olmanın getirdiği zorluk ve sorumlulukların ortaya çıkardığı risk faktörleri psikolojik dayanıklılığı ve yaşam doyumunu etkilemektedir şeklinde bir yorum yapılabilir. Oktan (2008) üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin psikolojik sağlamlılıklarını farklı değişkenlere göre incelediği çalışmasında ergenlerin psikolojik sağlamlılıklarının yaşam doyumlarına göre farklılık gösterdiği sonucuna ulaşmıştır. Avşaroğlu ve Okutan (2018) zihinsel engele sahip çocukların ebeveynleri ile yaptıkları çalışmada yaşam doyumunu yordayan birçok faktör olduğunu, iyimser bakış açısının yaşam doyumunu destekleyici faktörlerden biri olduğu fakat psikolojik belirtilerin yaşam doyumu ile ters yönlü ilişkisi olduğu sonucuna ulaşmıştır. İnal ve Aktürk (2022) çalışmasında özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin normal gelişim gösteren çocuğa sahip olan ebeveynlere göre yaşam doyumları ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşmasının yanı sıra özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik dayanıklılığı yüksek olanların yaşam doyumlarının da yüksek olduğu fakat normal gelişim gösteren çocuğa sahip ebeveynlerde bu şekilde bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Literatür incelendiğinde psikolojik dayanıklılığın bireye olumlu sonucu olarak yaşam doyumunun ele alındığı görülmüştür(Flaherty, 1996; Rutter, 2006; Goldstein, Brooks, 2005; Cohn vd., 2009; Eryılmaz, 2012; Toprak, 2014).

Bu çalışmada yaşam doyumu ve psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönlü bir ilişkinin ortaya çıkması ve psikolojik dayanıklılığın yaşam doyumunu yordayıcı olması beklenen bir sonuç olarak değerlendirilebilir.

Araştırmada elde edilen bir başka sonuca göre, özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin öz anlayışları ile yaşam doyumları arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif

yönde ve orta düzeyde bir ilişki olduğu, öz anlayışın yaşam doyumunu yordadığı görülmektedir. Literatür incelemesinde genel olarak çalışmanın sonucuna benzer çalışmalar yer aldığı dikkat çekmiştir. İçsel ve dışsal birçok faktörden etkilenen yaşam doyumu öz anlayış düzeyinden de büyük oranda etkilenmektedir. Öz anlayışı yüksek bireylerin olumsuz duygu ve düşüncelerden kendilerini koruyabilir olması (Gilbert, Irons, 2004) benzer olarak yaşam doyumu yüksek bireylerin hayatlarında pozitif duygunun ve iyimser bakış açısının hakim olması (Vara, 1999; Avşaroğlu, Güleş, 2019) iki kavramın aralarında anlamlı ve güçlü ilişkinin olduğunu gösterir. Avşaroğlu ve Güleş (2019)'in özel gereksinimli çocukların ebeveynleri ile yaptıkları çalışmada ebeveynlerin öz anlayış düzeyleri ile yaşam doyumları arasında güçlü bir ilişkinin olduğu sonucu bu bulguyu destekler niteliktedir. Dağ (2019) üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmada da öz anlayış ve yaşam memnuniyeti arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Neff (2003b) öz anlayış ölçeğini geliştirdiği çalışmasında öz anlayışın; olumlu ruh sağlığı, daha az depresyon ve daha fazla yaşam doyumu ile bağlantılı olduğu sonucunu elde etmiştir. Neff vd. (2006)'nin öz anlayışın psikolojik sağlık ile ilişkisini inceledikleri çalışmada bireylerin öz anlayış düzeylerinin artması ile psikolojik iyi oluşlarının da arttığı görülmüştür. Deniz vd. (2012) çeşitli ülkeler ve Türk üniversite öğrencilerinin "öz anlayış, yaşam doyumu, negatif ve pozitif duygu" kavramlarını incelediği araştırmada öz anlayışın pozitif duygu ve yaşam doyumu ile olumlu ilişki içinde olduğunu, negatif duygu ile olumsuz ilişki içinde olduğunu tespit etmişlerdir. Bu da öz anlayış düzeyinin artması ile negatif duyguların azalarak yaşam doyumunun arttığını göstermiştir. Öz anlayış aynı zamanda öznel iyi oluşunda bir yordayıcısıdır. Bu sebeple de yüksek öz anlayışa sahip bireyler olumsuz duygu ve düşüncelere mantıklı çözüm üretme çabasındadır. Bu olguya göre yüksek öz anlayışa sahip bireylerin psikolojik iyi oluşunun yüksek olması ve yüksek düzeyde yaşam doyumuna sahip olması beklenir(Neff 2003b).

Son olarak, özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik dayanıklılıkları ile öz anlayışları arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönde ve orta düzeyde bir ilişki olduğu, öz anlayış puanları ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık puanlarını istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Literatüre bakıldığında yapılan araştırmanın bulguları ile paralel çeşitli araştırmalara rastlanmıştır. Neff, Rude ve Kirkpatrick'in (2007) öz anlayışın psikolojik iyi oluş ile ilişkisini değerlendirdikleri çalışmalarında, inceledikleri çalışma grubunda öz anlayış düzeyindeki artışların psikolojik iyi oluş ile pozitif yönlü ilişkili olduğu sonucu araştırmanın sonucunu destekler niteliktedir. Deneysel çalışmalar sonucu elde edilen bulgular öznel iyi oluşu yüksek düzeyde olan bireylerin, daha az ruhsal sıkıntı yaşadıklarını ifade ettikleri, ilişkilerinde başarılı olduklarını

ve olumlu mizaç özelliklerine sahip olduklarını belirttikleri yönündedir. Aynı zamanda bireylerin mutluluğunun kilit nokta olduğu anlaşılmıştır(Diener 1984, 1994, 2000). Konuya ilişkin Wilson (1967) mutlu insanların diğer insanlardan daha avantajlı olduklarını belirtmiştir. Leary vd. (2007) tarafından yapılan çalışmada, öz anlayışı yüksek bireylerin karşılaştıkları olumsuz yaşam olaylarına karşı tepkilerinin kontrollü olduğu, kabul düzeylerinin yüksek olduğu ve benlik saygılarının olduğu bulunmuştur. Tusaie, Dyer (2004)'e göre psikolojik dayanıklılık; tehdit, sağlık problemleri, ailevi problemler, travma gibi stres verici durumlarda bireyin uyum sağlayarak kendini iyileştirme yeteneği olmasıdır. Tusaie, Dyer (2004) öz anlayış ve psikolojik dayanıklılığın hem birbirlerini etkiledikleri hem de birbirinden etkilendiklerini ortaya koymuştur. Rendon (2006) üniversite öğrencilerinin alkol kullanımı ile benlik saygısı, öz anlayış ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiyi araştırdığı araştırmasında alkol kullanımının bahsedilen kavramlarla negatif ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu sonucun yanı sıra psikolojik belirtilerin alkol kullanımı ve öz anlayış arasında aracı rol oynadığı, öz anlayışın psikolojik sağlığı yordadığı sonucuna ulaşmıştır(Rendon, 2006).

Araştırma sonucuna göre yordayıcı değişkenlerin yaşam doyumu üzerindeki göreli önem sırası; psikolojik dayanıklılık ve öz anlayıştır. Konuya ilişkin Kirkpatrick (2005)'in üniversite öğrencileri ile çalışmasında, öğrencilerin öz anlayışlarını geliştirmek için Gestalt iki sandalye tekniğini kullanmıştır. Tekniğin öz anlayışı arttırdığı, artan öz anlayışın da bireylerin yaşam memnuniyetini, benlik saygısını, iyimser bakış açısını arttırırken; öznel eleştiriyi, kaygı düzeyini, olumsuz duygu durumunu azalttığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlara göre öz anlayış, psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin doğru orantılı olduğu ve bu değişkenlerin birbirlerini etkileyen aynı zamanda birbirlerinden etkilenen değişkenler olduğu yorumu yapılabilir.

Bu tez çalışmasında öz anlayış, yaşam doyumu ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişki hakkında ulaşılan sonuçlar ile literatürün tutarlılık gösterdiği anlaşılmıştır.

5.2. Sonuç ve Öneriler

Araştırmanın bu bölümünde elde edilen bulgular ışığında varılan sonuçlara ve bu sonuçlar doğrultusunda önerilere yer verilmiştir.

- Araştırmanın 307'si anne ve 66'sı babadan oluşan toplam 373 özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynin katılımıyla gerçekleştiği, örneklemi oluşturan ebeveynlerde anne katılımcıların ağırlıklı olduğu ve ebeveynlerin yaşlarının ağırlıklı olarak 26-45

arasında seyrettiği görülmektedir. Ayrıca çalışmaya katılan ebeveynlerin %67.8'i hiçbir işte çalışmadığını belirtmiştir.

- Çalışmaya katılan ebeveynlerin çocuklarının 123'ü otizm spektrum bozukluğu olan çocuklardan oluşurken, çocuklardan 67'si iletişim bozukluğu, 33'ü entelektüel yeti yitimi, 18'i nörogelişimsel bozukluk, 39'u işitme engeli, 38'i genetik/down/müsküler bozukluğu, 19'u özgül öğrenme bozukluğu, 15'i fiziksel engel ve 21'i diğer kategorisinde yer almaktadır.
- Araştırmaya katılan ebeveynlerin yaşam doyumu ve öz anlayış düzeylerinin anne ya da baba olma değişkenine göre farklılaşmadığı ancak annelerin psikolojik dayanıklılıklarının babalara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.
- Yaş değişkenine göre anne babaların yaşam doyumu, öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinde anlamlı düzeyde farklılaşmanın olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.
- Ebeveynlerin çalışma durumlarına göre yaşam doyumu, öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinde anlamlı düzeyde farklılaşmanın olmadığı görülmüştür.
- Çalışmaya katılan anne ve babaların eğitim düzeylerine göre yaşam doyumu, öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık puanlarında anlamlı düzeyde farklılaşmanın olmadığı belirlenmiştir.
- Ebeveynlerin birliktelik durumu değişkenine göre yaşam doyumu, öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinde anlamlı düzeyde farklılaşmanın olmadığı belirlenmiştir.
- Anne ve babaların çocuk sayıları değişkenine göre yaşam doyumu, öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinde anlamlı düzeyde farklılaşmanın olmadığı bulunmuştur.
- Özel gereksinimli çocukların engel türü değişkenine göre ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık düzeyinin anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülürken yaşam doyumu ve öz anlayış düzeylerinin anlamlı farklılaştığı saptanmıştır. Yaşam doyum puanının işitme engeline sahip çocukları olan ebeveynlerin; otizm spektrum bozukluğu olan çocukların ebeveynlerinden, özgül öğrenme bozukluğu olan çocukların ebeveynlerinden ve diğer kategorisindeki çocukların ebeveynlerinin yaşam doyumu puanı ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmüştür. Öz anlayış puanının ise diğer kategorisindeki çocukların ebeveynlerinin; otizm spektrum bozukluğu olan çocukların ebeveynlerinden, iletişim bozukluğu olan çocukların ebeveynlerinden ve

işitme engeli olan çocukların ebeveynlerinden daha düşük olduğu bulgusu elde edilmiştir.

- Ebeveynlerin özel gereksinimli çocuklarının cinsiyet değişkenine göre yaşam doyumu, öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin anlamlı düzeyde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır.
- Çocuğun yaş grubu değişkenine göre ebeveynlerin öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin anlamlı düzeyde değişmediği görülürken yaşam doyumu puanının anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır. Yaşam doyum puanının 5 yaş ve altı çocuğa sahip ebeveynlerde, 13-18 yaş grubu çocuğu olan ebeveynlerden yüksek olduğu saptanmıştır.
- Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin sosyal destek alma değişkenine göre psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyum düzeylerinin farklılaşmadığı sonucuna ulaşılırken öz anlayış düzeyinin anlamlı derecede farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Sosyal destek alan ebeveynlerin öz anlayışları sosyal destek almayan ebeveynlere göre anlamlı düzeyde düşük bulunmuştur.
- Özel gereksinimli çocuğun özel eğitim alma süresi değişkenine göre öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin değişmediği fakat yaşam doyum düzeyinin anlamlı derecede farklılaştığı bulunmuştur. Çocuğu bir yıldır özel eğitim alan ebeveynlerin yaşam doyumlarının, çocuğu 4 ve daha fazla yıldır özel eğitim alan ebeveynlerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.
- Anne ve babanın kaç özel gereksinimli çocuğa sahip olduğu değişkenine göre yaşam doyumu, öz anlayış ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinde anlamlı düzeyde farklılaşmanın olmadığı belirlenmiştir.
- Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık ve öz anlayış değişkenlerinin birlikte yaşam doyumunu yordadığı ve yaşam doyumundaki toplam varyansın %20'sini açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca yordayıcı değişkenlerin yaşam doyumu üzerindeki göreli önem sırasının; psikolojik dayanıklılık ve öz anlayış olduğu saptanmıştır.

Sonuç olarak bu çalışmada özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerin yaşam doyumu, öz anlayış düzeyi ve psikolojik dayanıklılığı birçok değişkenle ele alınarak incelenmiş ve somut bulgular elde edilmiştir. Bu kapsamda yapılan araştırmanın literatüre ve özel gereksinimli bireyler ile çalışan meslek elemanlarına önemli katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Sonuç doğrultusunda şu öneriler verilebilir:

- Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlere çocuğun tanısını alması, eğitime başlangıcı, okula uyumu, ergenlik dönemi, iş ve meslek edinimi, arkadaşlık-karşı cins ile iletişim ve evlilik dönemi gibi yaşamın kritik basamaklarından geçiş aşamaları hakkında tanının konulmasından itibaren aile danışmalığı uygulamaları düzenlenmesinin ve benzer engele sahip çocukların ailelerinin birbirleriyle paylaşımda bulunmalarının ailelerin yaşadıkları belirsizlik ve yalnızlık duygusunu ortadan kaldıracağı düşünülmektedir.
- Özel gereksinimli çocuğu olan aileler için çocuklarının sosyal hakları, özel eğitim ve rehabilitasyon eğitimi, okulda bulunan kaynaştırma programları hakkında bilgilendirme toplantıları yapılarak ailelerin bilgi gereksinimleri karşılanabilir.
- Araştırmada özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerin yaşam doyumları, psikolojik dayanıklılıkları ve öz anlayışları arasında ilişki olduğu saptanmıştır. Bu durumda ailelere verilecek psikoeğitim programlarında; bu değişkenlerin birbirini etkileyen ve birbirinden etkilenen değişkenler olduğu göz önünde bulundurularak içerik düzenlemeleri bu yönde yapılabilir.
- Yapılan araştırmaya yalnızca normal gelişim gösteren çocuğa sahip ebeveynler dahil edilmemiştir. Karşılaştırmalı sonuçlar elde edebilmek ve örneklem sayısını arttırmak için gelecek araştırmalarda normal gelişim gösteren çocuğa sahip aileler de çalışmaya dahil edilebilir.
- Çalışmaya katılan ebeveynlerin anne ağırlıklı olduğu, katılan babaların örneklemin düşük bir kısmını oluşturduğu göz önünde bulundurularak ilerleyen çalışmalarda babaların aile çalışmalarına katılımlarının arttırılması çalışmayı daha objektif kılacaktır.
- Araştırma birçok engel grubunu içermektedir. Araştırmada yer alan otizm spektrum bozukluğu, iletişim bozukluğu, entelektüel yeti yitimi, nörogelişimsel bozukluk, işitme engeli, genetik/down/müsküler bozukluğu, özgül öğrenme bozukluğu, fiziksel engel ve diğer kategorisinde bulunan engel grupları farklı oranda bulunmaktadır. İlerleyen çalışmalarda engel gruplarının eşit oranda katılımı sağlanarak ve aynı engel türüne sahip çocuğu olan ebeveynler kendi içinde de değerlendirilerek araştırma tekrarlanabilir.
- Araştırmada çocuğu işitme engeline sahip birçok ebeveyne ulaşılmıştır ve araştırma sonucunda bu ebeveynlerin yaşam doyumu ve öz anlayış puanlarının diğer engel türlerine sahip çocuğu olan ebeveynlere oranla daha yüksek çıktığı saptanmıştır. Literatür incelendiğinde işitme engelli çocukların ebeveynlerinin ele alındığı çok

çalışmaya rastlanmamıştır. Bu araştırmada sonucunda işitme engelli çocukların özel gereksinimli çocuk nüfusu arasında önemli bir orana sahip olduğu anlaşılmış ve bu grubun da ileride yapılacak çalışmalara dahil edilmesi ile dikkat çekici sonuçlara ulaşılacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

Ahmetoğlu, E. (2004). Zihinsel Engelli Çocukların Kardeş İlişkilerinin Anne ve Kardeş Algılarına Göre Değerlendirilmesi, Ev Ekonomisi Anabilim Dalı, Doktora Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü.

Aguiar, BV., Guerreiro, MM., McBrian, D, Montenegro, MA. (2007). Seizure İmpact On The School Attendance İn Children With Epilepsy. Seizure;16(8):698-702.

Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü (2021). Engelli ve Yaşlı İstatistik Bülteni.

Akandere M., Acar M., Baştuğ G. (2009). Zihinsel ve Fiziksel Engelli Çocuğa Sahip Anne ve Babaların Yaşam Doyumu ve Umutsuzluk Düzeylerini İncelenmesi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 22, Konya.

Akarsu, Ö. & Akgün Kostak, M. (2022). Zihinsel Yetersiz Çocuklarda Aile Yükü ve Özbakım Becerileri, Annelerinin Yaşam Doyumları ve Bunu Etkileyen Faktörler. Uluslararası Anadolu Akademik Online Dergisi Sosyal Bilimler Dergisi, 8(2), 18-35.

Akıncı A. (1991) Öğretilebilir Düzeyde Zihinsel Özürlü Çocukların Annelerinin ve Öğretmenlerinin Eğitim Hedefleri ile İlgili Düşüncelerinin Araştırılması. Yayınlanmamış Bilim Uzmanlığı Tezi. H.Ü Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.

Akkok, F., Aşkak, P., Karancı, A. N. (1992). Özürlü Bir Çocuğa Sahip Anne-Babalardaki Stresin Yordanması. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi, 1 (02).

Altuğ Özsoy, S., Özkahraman, Ş. ve Çallı, F. (2006). Zihinsel Engelli Çocuk Sahibi Ailelerin Yaşadıkları Güçlüklerin İncelenmesi. Aile ve Toplum Dergisi, 3(9), 69-79.

Anderson E. (1993) Depression and Axiety in Families with a Mentally Handicapped Child. International Journal of Rehabilition Research, 16: 165-169.

Arıdağ N.Ç., Erbiçer E.S. (2018). Grupla Psikolojik Danışmadan faydalanmanın Özel Gereksinimli Çocuğu Olan Annelerin Kaygı Düzeyleri ve Yaşam Doyumları Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi, 19 (2), 257-275.

Arslan, C., Hamarta E. & Deniz, E. (2002). Engelli Çocuğu Olan Ailelerin Yaşam Doyumlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Konya: XI. Ulusal Özel Eğitim Kongre Bildirileri.,

Aslan, M., Şeker, S. (2011). Engellilere Yönelik Toplumsal Algı ve Dışlanmışlık (Siirt Örneği), Sosyal Haklar Uluslararası Sempozyumu III Bildiriler Kitabı, 25-26 Ekim 2011, (s. 449-463), Düzenleyen: Kocaeli Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkileri Bölümü, Petrol İş Yayını.

Atila Demir, S., Keskin, G. (2018). Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Olan Annelerin Karşılaştıkları Güçlükler: Nitel Bir Çalışma, International Journal of Social Science, 66, 357-372.

Avşaroğlu, S., Gilik, A. (2017). Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Anne- Babaların Kaygı Durumlarına Göre Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi, *Elementary Education Online,* 16 (3), 1022-1035.

Avşaroğlu, S., Güleş, E. (2019). Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Anne Babaların Yaşam Doyumlarının Öz-anlayış ve Merhamet Düzeyleri Açısından İncelenmesi. Kastamonu Eğitim Dergisi, 27 (1), 365-376.

Avşaroğlu, S., Okutan, H. (2018). Zihin Engelli Çocuğu Olan Ailelerin Yaşam Doyumları, İyimserlik ve Psikolojik Belirti Düzeylerinin İncelenmesi. MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi, 7 (1), 59-76.

Aydın, A., Arslantürk Egin, C. T. (2018). Zihin Engelli, Serebral Palsili ve Otizmli Çocuk Ebeveynlerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ile Ebeveynlik Algılarının Karşılaştırılması. Ondokuz Mayis University Journal of Education Faculty, 37 (1) , 171-188 .

Aykanat Girgin, B., Balcı S. (2015). Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, Gümüşhane University Journal of Health Sciences, 4(2).

Bacanlı, F., Çarkıt, E., (2020). Öz Şefkatin Cinsiyete Göre İncelenmesi: Meta Analiz Çalışması, Ege Eğitim Dergisi, 21(2), 1-15.

Balcı, E. (2017). Disleksi Hakkında Gerçekler: Disleksi Nedir ve Ne Değildir? Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 19 (1), 1-17.

Balkanlı, N., (2008). Otistik Çocuğu Olan ve Olmayan Annelerde Yaşam Kalitesi, Yaşam Doyumu ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Maltepe Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

Bambal, G., Çakıl, D., Ekici, F., (2011). Epilepsi Oluşum Mekanizmaları. Konuralp Medical Journal ,3 (3), 42-45.

Barutçu Yıldırım, F. & Demir, A. (2017). Kendini Engellemenin Yordayıcıları Olarak Öz Saygı, Öz Anlayış ve Akademik Özyeterlilik. Ege Eğitim Dergisi, 18 (2), 676-701.

Basım, H. N., Çetin, F. (2011). Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin Güvenilirlik ve Geçerlilik Çalışması [The Reliability and Validity of the Resilience Scale for Adults-Turkish Version]. Türk Psikiyatri Dergisi, 22(2), 104–114.

Baştemur Y. (2006). İş Tatmini ile Yaşam Tatmini Arasındaki İlişkiler, Kayseri Emniyet Müdürlüğünde Bir Araştırma. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi, Kayseri.

Baykan, Z. (2000, Eylül) Özürlülük, Engellilik, Sakatlık Nedenleri ve Korunma, Sürekli Tıp Eğitim Dergisi (STED).

Bayraklı, H. (2010). Zihinsel Engelli ve Engelli Olmayan Çocuğa Sahip Annelerde Yılmazlığa Etki Eden Değişkenlerin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Ankara.

Bawalsah, J.A. (2016). Stres and a Coping Strategies in Parents of Children With Physical, Mental Anda Hearing Disabilities in Jordan. İnternational Journal of Education, 8(1), 1-22.

Beardslee, W. R., Podorefsky, D. (1988). Resilient Adolescents Whose Parents Have Serious Affective and Other Psychiatric Disorders: Importance Of Self-Understanding and Relationships. *The American Journal of Psychiatry, 145*(1), 63–69.

Bebko, J.M., Konstantreas, M.M., Springer, J. (1987). "Parent and Proffesional Evaluations of Family Stress Associated with Charecteristics of Autism", *Journal of Austim and Developmental Disorders,* 17 (4), 565-576.

Beckman, P. J. (1983). Influence of Selected Child Characteristic on Stress in Families of Handicapped İnfants. *American Journal of Mental Deficiency, 88 (2),* 150-156.

Bekdaş, A. (2022). Otizmli Çocuğu Olan Ailelerin Aile Stresi Psikolojik Dayanıklılık ve Duygu Düzenleme Güçlükleri İlişkisinin İncelenmesi: Avcılar Örneği, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.

Bektaş, M., Özben, Ş. (2016). Evli Bireylerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi/Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 14 (1).

Benson, P. R. (2012). Network Characteristics, Perceived Social Support and Psychological Adjustment in Mothers of Children With Autism Spectrum Disorder. Journal of Autism and Developmental Disorders, 42(12), 2597-2610.

Berktaş, S. (2019). İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Yaşam Doyumu Düzeylerinin İncelenmesi, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.

Bildirici, F. (2014). Özel Eğitime Gereksinimi Olan Çocuğa Sahip Ailelerde Aile Yükü ile Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişki, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.

Bilge, A., Buruntekin, F., Demiral, O., Özer, N., Keleş, B., Yalçın, E., Tavukçu, G., Kıray, A., Siviloğlu, T., Bol, S. (2014). Engelli Yakınlarına Verilen "Stresle Baş Etme ve Yaşam Doyumunu Arttırma" Eğitiminin Etkinliğinin Belirlenmesi. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi , 3 (1) , 610-621 .

Bitsika, V., Sharpley, C. ve Bell, R. (2013). Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Bir Çocuğun Ebeveynlerinde Dayanıklılığın Stres, Kaygı ve Depresyon Üzerindeki Tampon Etkisi. Gelişimsel ve Fiziksel Engelliler Dergisi, 25, 533-543.

Bolat, Z. (2013). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık ve Öz Anlayışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.

Bonnano, G., Galea S., Bucciarelli A. (2009). Psychological Resilience After Disaster: New York, 17 (3), 181-186.

Bora, S., Özkardeş, O. (2021). Otizmli ve Down Sendromlu Çocuğu Olan Ailelerde Sosyal Destek Algısı ve Aile İşlevselliğinin Psikolojik İyi Oluş Üzerindeki Etkisi. Social Sciences Research Journal, 10 (3), 580-593.

Boru, G. E. (2020). Engelli Çocuğa Sahip Ailelerin Tükenmişlik ve Yaşam Doyum Düzeylerinin Ölçülmesi: İzmir Örneği (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Bower, GH. (1981). Mood and Memory. AmPsychol 36(2): 129-148.

Büyüköztürk, Ş. (2018). Bilimsel Araştırma Yöntemleri, Pegem Akademi, Ankara.

Byrne, EA., Cunningham, CC. (1985). Zihinsel Engelli Çocukların Aileler Üzerindeki Etkileri: Kavramsal Bir İnceleme. *Çocuk Psikolojisi ve Psikiyatrisi ve İlgili Disiplinler, 26* (6), 847–864.

Cameron, S. J., Armstrong-stassen, M. Robert Orr, R. Alexandra L. (1991). Stress, Coping, and Resources in Mothers of Adults With Developmental Disabilities. Counselling Psychology Quarterly, 4(4), 301–310.

Canarslan, H. (2014). Engelli Çocuğa Sahip Ailelerin Yaşam Kalitesinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Trakya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Edirne.

Candemir, M.L. (2019). Engelli Çocuğu Olan ve Olmayan Öz Anlayışlı ve Olgunlaşmak (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Cangür, Ş., Civan, G., Çoban, S., Koç, M., Karakoç, H., Budak, S., İpekçi, E. Ve Ankaralı, H. (2013). Düzce İlinde Bedensel ve/veya Zihinsel Engelli Bireylere Sahip Olan Ailelerin Toplumsal Yaşama Katılımlarının Karşılaştırmalı Olarak Değerlendirilmesi. Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 3(3),1-9.

Cengiz, S., Nebioğlu Yıldız, M., Peker, A. (2021). Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Ebeveynler ile Tipik Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Stres ve Yaşam Doyum Düzeylerinin İncelenmesi. OPUS International Journal of Society Researches, 17 (36).

Ciğerli, Ö., Topsever, P., Alvur, M., Görpelioğlu, S. (2014). Engelli Çocuğu Olan Anne Babaların Tanı Anından İtibaren Ebeveynlik Deneyimleri: Farklılığı Kabullenmek, *Turkısh Journal of Famıly Medıcıne and Prımary Care,* 8 (3), 75-81.

Cohn, M. A., Frederickson, B. L., Brown, S. L., Mikels, J. A. ve Conway, A. M. (2009). Happiness Unpacked: Positive Emotions Increase Life Satisfaction by Building Resilience. American Psychological Association, 63(3), 361- 368.

Crnic KA., Friedric WN. (1983). Greenberg MT Adaptation of Families With Mentally Retarded Children: a Model of Stress, Coping and Family Ecology. Am. J. Ment. Def., 88:125- 138.

Crouthamel, C. S. (1988). Siblings of Handicapped Children: a Group Support Program. Early Child Development and Care, 37; 119-131.

Çakır, S. K. (2009). Factors And Mechanisms of Resilience Among Turkish Migrant Women in The Uk. The Degree Doctor of Philosophy, The Department of Educatıonal Scıences Middle East Technıcal Unıversity, Ankara.

Çan Aslan, Ç. (2010). Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Anne ve Babaların Psikolojik Belirtileri, Sosyal Destek Algıları ve Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Karşılaştırılması, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Çelikten, Y. (2017). Üstün Yetenekli Çocuklar ve BİLSEM. Turkish Journal of Educational Studies, 4 (3), 0-0.

Çivilidağ, A., Yanar, A., Kızılırmak, B., Denizli, T. (2018). Mesleki Benlik Saygısı, Sürekli Kaygı ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin İncelenmesi. Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, 2 (3), 45-60.

Çoban, Aİ. (2002). Özürlü Bir Bireye Sahip Olan Ailelerin İhtiyaçları, Ufkun Ötesi Bilim Dergisi, 2(1):103-110.

Coşkun, Y. ve Akkaş, G. (2009). Engelli Çocuğu Olan Annelerin Sürekli Kaygı Düzeyleri ile Sosyal Destek Algıları Arasındaki İlişki. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD), 10(1), 213-227.

Dağ, B. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Öz Anlayış Düzeylerinin Anksiyete ve Yaşam Memnuniyeti Düzeyleri ile İlişkisi, Yüksek Lisans Tezi, Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Dağdelen, M. (2008). Üretim ve Hizmet Sektöründe Çalışan İşçilerin Ruhsal Sağlık Düzeyi, Ruhsal Belirti Dağılımı, Algılanan Sağlık, İş Doyumu, Yaşam Doyumu ve Sosyo-Demografik Özelliklerinin Karşılaştırılması, İnönü Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Malatya.

Dağlı, A., Baysal, N. (2016). Yaşam Doyumu Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 15 (59).

Darling, C. A., Senatore, N., Strachan, J. (2011). Fathers of Children with Disabilities: Stress and Life Satisfaction. Stress and Health, 28(4), 269–278.

Demir, E., (2010). Otistik Çocuk Annelerinde Benlik Saygısı ve Somatizasyon Düzeylerinin Karşılaştırılması, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.

Demir, S.A. ve Keskin, G. (2018). Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Olan Annelerin Karşılaştıkları Güçlükler Nitel Bir Çalışma. The İnternational Journal of Social Science, 66, 357-372.

Demirbilek, M. (2013). Zihinsel Engelli Bireylerin ve Ailelerin Gereksinimleri, *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 7 (3), 58-64.

Deniz, M. E., Dilmaç, B., Arıcak, O. T. (2009). Engelli Çocuğa Sahip Olan Ebeveynlerin Durumluk-Sürekli Kaygı ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi [Examining The State-Trait Anxiety and Life Satisfaction Of Parents With A Disabled Child]. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, *6*(1), 953-968.

Deniz, M. E., Kesici, Ş., Sümer, A. S. (2008). The Validity and Reliability of The Turkish Version of The Self-Compassion Scale. Social Behavior and Personality: An İnternational Journal, 36(9), 1151–1160. Scientific Journal Publishers.

Deniz, E. M., Arslan, C., Özyeşil C., İzmirli M. (2012, Haziran). Öz-Anlayış, Yaşam Doyumu, Negatif ve Pozitif Duygu: Türk ve Diğer Ülke Üniversite Öğrencileri Arasında Bir Karşılaştırma, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Yıl 12, Sayı 23, 428 – 446.

Deniz, M. E., Sümer, A. S. (2010). Farklı Öz Anlayış Düzeylerine Sahip Üniversite Öğrencilerinde Depresyon, Anksiyete ve Stresin Değerlendirilmesi, Eğitim ve Bilim Dergisi, Cilt 35, Sayı 158.

Dereli, F., ve Okur, S. (2008). Engelli Çocuğa Sahip Ailelerin Depresyon Durumunun Belirlenmesi. Yeni Tıp Dergisi, 25, 164-168.

Deveci, M. ve Ahmetoğlu, E. (2018). Zihin Engelli Çocuğu Olan Ailelerin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyinin İncelenmesi. Balkan ve Yakın Doğu Sosyal Bilimler Dergisi, 4(2), 123-131.

Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. Psychological Bulletin, 95(3), 542-575.

Diener, E. (1994). Assessing Subjective Well-Being: Progress and Opportunities. Social Indicators Research, 31, 103–157.

Diener, E. (2000). Subjective Well-Being: The Science of Happiness and a Proposal for a National İndex. American Psychologist, 55, 34–43.

Dikmen, A. A. (1995). Kamu Çalışanlarında İş Doyumu ve Yaşam Doyumu, Basılmamış Yüksek Lisans Tezi.

Dilmaç, B., Çıkılı, Y., Koçak, F., Çalıkçı, M. (2015). Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Olan Annelerin Kaygı Düzeylerini Azaltıcı Eğitim Programının Annelerin Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeylerine Etkisi [Impact of Mothers With Mentally Retarded Children's Anxiety Levels On

Their Mothers' State And Trait Anxiety Levels]. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 24, 65-71.

Dönmez, N. B., Bayhan, P., ve Artan, İ. (2001). Engelli Çocuğu Olan Ailelerin Yaşam Döngüsü İçinde Karşılaştıkları Sorunların İncelenmesi. Toplum ve Sosyal Hizmet, 12(2), 31-43.

DuBois, D. L., Burk-Braxton, C., Swenson, L. P., Tevendale, H. D., Lockerd, E. M., Moran, B. L. (2002). Getting by With a Little Help From Self and Others: Self-Esteem and Social Support as Resources During Early Adolescence. Developmental Psychology, 38, 822–839.

Dumont, M., Provost, M. A. (1999). Resilience in Adolescents: Protective Role of Social Support, Coping Strategies, Self-Esteem and Social Activities on Experience of Stress and Depression. Journal of Youth and Adolescence, 28, 343-363.

Duran, S. (2014). Zihinsel Engelli Bireylerin Ebeveynlerine Verilen Psikoeğitimin Öznel İyi Oluş ve Öz Duyarlığa Etkisinin Değerlendirilmesi, Marmara Üniversitesi, Doktora Tezi.

Eminağaoğlu, N. (2006). Güç Koşullarda Yaşayan Sokak Çocuklarında Dayanıklılık (Sağlamlılık), Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi.

Ende İnce, Z., Güdücü Tüfekci, F. (2015). Engelli Çocuğu Olan Eğitimlerde Evlilik Uyumu ve Yaşam Doyumunun Değerlendirilmesi Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 4 (1), 102-112.

Engelli ve Yaşlı İstatistik Bülteni (Mayıs, 2021). Engelli ve Yaşlı Genel Müdürlüğü, Erişim Adresi: https://www.aile.gov.tr/media/81779/eyhgm_istatistik_bulteni_mayis_2021.pdf

Engin Deniz, M., Arslan, C., Özyeşil, Z., İzmirli, M. (2012, Haziran). Öz Anlayış, Yaşam Doyumu, Negatif ve Pozitif Duygu: Türk ve Diğer Ülke Üniversite Öğrencileri Arasında Bir Karşılaştırma, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Yıl 12, Sayı 23, 428 – 446.

Erdem, İ. (2013, Ocak). Konuşma Eğitimi Esnasında Karşılaşılan Konuşma Bozuklukları ve Bunları Düzeltme Yolları, Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi Türkçenin Eğitimi Öğretimi Özel Sayısı, 11.

Erdim, L., Ergün, A. (2016). Boşanmanın Ebeveyn ve Çocuk Üzerindeki Etkileri. Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi, 3 (1), 78-84.

Erdoğan, E. (2019). Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Annelerin Aile Stres Düzeylerinin Belirlenmesi ve Aile Stresörleriyle Başa Çıkma Yöntemlerinin İncelenmesi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.

Eren, G., Doğan, U. (2020). Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Babaların Stres Düzeyleri ve Stresle Başa Çıkma Yöntemlerinin İncelenmesi: Karma Desenli Bir Çalışma. Yıldız Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 4 (1), 1-21.

Erdinç, İ. (2018). Evli Çiftlerde, Evlilik Uyumu, Cinsel Yaşam Doyumu ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, s. 42-43, İstanbul.

Erkoç, R. (2017). Öz-Eleştirinin Öznel İyi Oluş Üzerindeki Etkisinin Aracı Değişkenleri Olarak Farkındalık ve Öz-Duyarlılık, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İzmir.

Eryılmaz, A. (2012). Ergenler Öznel İyi Oluşlarını Anne ve Babaları ile İlişki Kurmak Aracılığıyla Nasıl Yükseltmektedirler? Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi, 25(3), 252-257.

Essex, EL., Hong, J. (2005). Older Caregiving Parents: Division of Household Labor, Marital Satisfaction and Caregiver Burden, Family Relations, 54:448-460.

Eyce, B. (2014). Tarihten Günümüze Türk Aile Yapısı, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi, 1 (4), 223-244.

Fabian, E. S. (1990). Quality of life: A Review of Theory and Practice İmplications for İndividuals with Long-Term Mental İllness. *Rehabilitation Psychology, 35*(3), 161–170.

Flaherty, M. (1992). Risk and Resilience in Young Adolescents. Journal of Youth and Adolescence, 21(5), 529-550.

Fonagy, P., Steele, M., Steele, H., Higgitt, A., Target, M. (1994). The Emanuel Miller Memorial Lecture 1992 The Theory and Practice of Resilience, 35(2), 231–257.

Fraser, M. W., Richman, J. M., Galinsky, M. J. (1999). Risk, Protection and Resilience: Toward a Conceptual Framework for Social Work Practice. Social Work Research, 23, 129-208.

Fredrickson, B. L., Tugade, M. M., Waugh, C. E., Larkin, G. R. (2003). What Good Are Positive Emotions in Crisis? A Prospective Study of Resilience and Emotions Following the Terrorist Attacks on the United States on September 11th, 2001. Journal of Personality and Social Psychology, 84, 365-376.

Frey KS, Greenberg MT, Fewell RR. (1989). Stres and Coping Among Parents of Handicapped Children: A Multidimensional Approach. Am. J. Ment. Retard. 94:240-249.

Garmezy, N. (1987). Stress, Competence, and Development: Continuities in the Study of Schizophrenic Adults, Children Vulnerable to Psychopathology and the Search for Stress-Resistant Children. American Journal of Orthopsychiatry, 57, 2, 159-174.

Garmezy, N. (1993). Children in Poverty: Resilience Despite risk. Psychiatry, 56, 127-136.

Germer, C. K. (2009). The Mindful Path to Self-Compassion: Freeing Yourself From Destructive Thoughts and Emotions. New York: Guilford Press.

Gilbert, P., Irons, C. (2004). A Pilot Exploration of the Use of Compassionate Images in a Group of Self-Critical People. Memory, 12, 507-516.

Gizir, C. A. (2004). Academic Resilience: An İnvestigation of Protective Factors Contributing to the Academic Achievement of Eight Grade Students in Poverty. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler.

Gizir, C. A. (2007). Psikolojik Sağlamlılık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler Üzerine Bir Derleme Çalışması, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri, Cilt 3, Sayı 28.

Goldstein, S. & Brooks, R. (2005). Why Study Resilience? In S. Goldstein & Robert B. (Eds.). Handbook of Resilience in Children (1st. ed.) (3-17). New York: Springer.

Gowen, J. W., Martın, J. N., Goldman, B. D., Appelbaum, M. (1989). Feelings of Depression and Parenting Competence of Mothers of Handicapped and Non Handicapped İnfants: A Longitudinal Study. American Journal on Mental Retardation. 94 (3), 259-271.

Göktaş, M., Engelli Çocuğa Sahip Çiftlerin Başa Çıkma Davranışlarının Evlilik Uyumu Üzerindeki Diyadik Etkisinin İncelenmesi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Tezli Yüksek Lisans, Gaziantep, 2020.

Gören, A.B. (2015). Down Sendromlu Çocuğu Sahip Annelerin Destek İhtiyaçlarının ve Destek Kaynaklarının Belirlenmesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 4(3), 651-673.

Göveç, N. T. (2014). Psikodrama Ve Bilişsel Davranışçı Terapi Yöntemi ile Grup Çalışmasının Sınav Kaygısı Yaşayan Öğrencilerin Kaygıları Üzerindeki Etkilerinin Karşılaştırılması (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep.

Greeff, P. A., & Walt, K. J. (2010). Resilience in Families with an Autistic Child. Education and Training in Autism and Developmental Disabilities, 45(3), 347– 355.

Gülcan, F. (2015). Engelli Çocuğu Olan ve Olmayan Ebeveynlerin Evlilik Uyumu Yaşam Doyumu ve Etkileyen Faktörler, Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum, s. 23-29, (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi).

Gülşen, B. & Gök Özer, F. (2009). Engelli Çocuğa Sahip Ailelerin Stresle Baş Etme Durumları, *TAF Preventive Medicine Bulletin,* 8 (5), 413-420.

Güner, F. (2015). Epilepsi Tanısı ile İzlenen 8-12 Yaş Çocuklarda Yaşam Kalitesi ve Etkileyen Etmenlerin Belirlenmesi, Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Anabilim Dalı, İstanbul.

Gürgan, U. (2006). Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeyine Etkisi. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Gürgan, U. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Yılmazlık ve İyilik Halinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. Education Sciences, 9 (1), 19-35.

Haveman, M., Berkum, G. V., Reijnders, R. (1997). Differences in Service Needs, Time Demands and Caregiving Burden Among Parents of Persons with Mental Retardation Across the Life Cycle, Family Relations, 46(4):417-425.

Havighurst, R. J. (1972). Developmental Tasks and Education. New York: David McKay.

Heiman T. (2002). Parents of Children with Disabilities: Resilience, Coping and Future Expectations, 14(2), 159–171.

Hisoğlu, A. (2018). Otizm Spektrum Bozukluğu Tanılı Çocukların Ebeveynlerinde Algılanan Sosyal Destek ve Problem Çözme Becerilerinin Yaşam Doyumuna Etkisi Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi).

Hodge, D., Hoffman, C. D. and Sweeney, D. P. (2011). Increased Psychopathology in Parents of Children with Autism: Genetic Liability or Burden of Caregiving?. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, *23*(3), 227-239.

Işıkhan, V. (2005). Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Annelerin Psiko-Sosyal ve Sosyoekonomik. Toplum ve Sosyal Hizmet, 16 (2), 36-52.

İnal, A.E., Aktürk, A.İ. (2022). Özel Gereksinimli Çocuklar ile Normal Gelişim Gösteren Çocukların Ebeveynlerinin Psikolojik Dayanıklılık, Yılmazlık ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi. Uluslararası Akademik Yönetim Bilimleri Dergisi, 8 (12), 21-45.

Kaçan Softa, H., Öztürk A., Sonkaya C., Düşünceli H. (2016). Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Anne ve Babaların Aile Yükü ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi, Uluslararası Hakemli Psikiyatri Psikoloji Araştırmaları Dergisi., 37-54.

Kahraman, H. (2019). Zihinsel ve Ortopedik Engelli Bireylerin Ebeveynlerinde Engellilerin Hakları Hakkında Bilgi Sahibi Olmanın Yaşam Doyumu ve Ebeveynlerin Stresle Başa Çıkma Tutumları ile İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul. 22.

Kaner, S. (2004). Engelli Çocukları Olan Ana Babaların Algıladıkları Stres, Sosyal Destek ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi, Ankara Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projesi Kesin Raporu.

Kaner, S., Bayraklı, H., Güzeller, C.O. (2011). Anne-Babaların Yılmazlık Algılarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi, 12 (02), 63-83.

Kantar, Ö. (2014). Engelli Çocuğu Olan Ebeveynlerde Bilişsel Değerlendirmenin, Gelişme-Büyümenin Yaşam Doyumu ile İlişkisi. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Karaırmak, Ö. (2006). Psikolojik Sağlamlık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler. Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal, 3 (26), 129-142.

Karaman, E. (2018). Özel Eğitime Sahip Olan Kontrole Sahip Olan Çocuğa Sahip Anne Babaların Dayanıklılıklarının Yordayıcısı Olarak Sosyal Destek Algısı ve Benlik Saygısının İncelenmesi. (Yayımlanmamış Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Özel Eğitim Anabilim Dalı, Konya.

Kaufman, L., Ayub, M., Vincent J.B. (2010). The Genetic Basis of Non-Syndromic İntellectual Disability: a Review. J Neurodevelop Disord. 2, 182-209.

Kavak, S. (2007). Algılanan Aile Yakınları Destek Ölçeğinin Geliştirilmesi ve 0-6 Yaş Arası Engelli Çocuğu Olan Annelerin Yakınlarından Aldığı Desteği Algılamaları. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Kayaalp, L. (2008, Mart). Türkiye'de Sık Karşılaşılan Psikiyatrik Hastalıklar, Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu, İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, 147-152.

Kaytez, N., Durualp, E., Kadan, G. (2015, Şubat). Engelli Çocuğu Olan Ailelerin Gereksinimlerinin ve Stres Düzeylerinin İncelenmesi, Eğitim ve Araştırmaları Dergisi, 197-214.

Kazak, A. E., Marvin, R. S. (1984). Differences, Difficulties and Adaptation: Stress and Social Networks in Families With a Handicapped Child. Family Relations, 33, 67-77.

Kirkpatrick, K. L. (2005). Enhancing Self- Compassion Using a Gestalt Two- Chair İntervention, (Doktora Tezi). The University of Texas, Austin.

Koca, A. (2017). Engelli Çocuğa Sahip Olan ve Engelli Çocuğa Sahip Olmayan Annelerin Ölüm Kaygısı ve Durumluk Sürekli Kaygı Düzeyleri Arasındaki Farklılaşmanın İncelenmesi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı.

Kohler, P. D. (1993). Best Practices in Transition: Substantiated or Implied?. Career Development and Transition for Exceptional Individuals, 16(2), 107–121.

Koyuncu, E. (2021). Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Anne Babaların Öz-Anlayış ve İyimserlik Düzeylerinin İncelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Anabilim Dalı, Konya.

Kulaksızoğlu, I. (2017). Görme Engelli Bireylere ve Ailelerine Psikolojik Destek, İstanbul Büyük Şehir Belediyesi Sağlık Dairesi Başkanlığı Engelliler Müdürlüğü.

Korkmaz, B. (2018). Öz- Duyarlılık: Psikolojik Belirtiler ile İlişkisi ve Psikoterapide Kullanımı. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 10 (1), 40- 58.

Köker, S. (1991). Normal ve Sorunlu Ergenlerin Yaşam Doyumu Düzeyinin Karşılaştırılması (Yüksek Lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kurumeşe, M. (2021). Zihin Engelli Çocuğa Sahip Annelerin Umutsuzluk Düzeyleri ve Psikolojik Sağlamlılık Düzeylerinin İncelenmesi-Manavgat İlçesi Örneği, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Küçük, E., Alemdar, D. K. (2017). Life Satisfaction and Psychological Status of Mothers With Disabled Children: A Descriptive Study. Community Mental Health Journal, 54(1),102-106.

Küçük, M. (2020). Yetişkinlerin Öz-Şefkat, Bağlanma Stilleri ve Psikolojik İyi Oluş Özelliklerinin İncelenmesi (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Küçükali, A. (2015). Engellilere Uygulanan Sosyal Politikaların Değerlendirilmesi, Atatürk Üniversitesi Örneği. Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 4 (1), 59-86.

Küçüker, S. (1993). Özürlü Çocuk Ailelerine Yönelik Psikolojik Danışmanlık Hizmetleri. Özel Eğitim Dergisi, 1 (3), 23-29.

Labrague, L. J. (2021). Resilience as a Mediator in the Relationship Between Stress-Associated with the Covid-19 Pandemic, Life Satisfaction, and Psychological Well-Being in Student Nurses: A Cross-Sectional Study. Nurse Education in Practice, 56.

Lafçı, D., Öztunç, G., Alparslan, N. (2014). Zihinsel Engelli Çocukların (Mental Retardasyonlu Çocukların) Anne ve Babalarının Yaşadığı Güçlüklerin Belirlenmesi, Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 3 (2), 723-735.

Leary, M. R., Tate, E. B., Adams, C. E., Allen, A. B., Hancock, J. (2007). Self-Compassion and Reactions to Unpleasant Self-Relevant Events: The İmplications of Treating Oneself Kindly. Journal of Personality and Social Psychology, 92,887–904.

Lloyd, T. J., Hastings, R. (2009). Hope as a Psychological Resilience Factor in Mothers and Fathers of Children With İntellectual Disabilities, 53(12), 957–968.

Mantelou A., Karakasidou E. (2017). Institution for Counseling and Psychological Studies (ICPS College), University of Central Lancashire, Athens, Greece.

Masten, A. S., Coastworth, J. D. (1998). The Development of Competence in Favorable and Unfavorable Environments: Lessons From Research on Successful Children. American Psychologist, 53(2), 205-220.

McConnell, D., Savage, A. (2015). Stress and Resilience Among Families Caring for Children with Intellectual Disability: Expanding the Research Agenda, Current Developmental Disorders Reports , 100-109.

Meriç, F. (2020). Şefkat Korkusu, Öz Anlayış ve Psikolojik Dayanıklılık: Okulöncesi Eğitime Devam Eden Çocukların Ebeveynleri Üzerine Bir Araştırma, Biruni Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.

Mert, A., Öztürk R. (2008). Gebelikte Enfeksiyon Hastalıkları, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi, Enfeksiyon Hastalıkları ve Klinik Mikrobiyoloji Anabilim Dalı, 66-72, İstanbul.

Michalos, A.C. (1980). Satisfaction and Happiness. Social İndicators Resaarch, 8, 385-422.

Misura, Anja Kovac; Memisevic, Haris (2017). Hırvatistan'da Zihinsel Engelli Çocukların Ebeveynlerinin Yaşam Kalitesi. Eğitim ve Sosyal Araştırma Dergisi, 7(2), 43–48.

Moos, R. H., Holahan, C. J. (2003). Başa Çıkmaya İlişkin Eğilimsel ve Bağlamsal Perspektifler: Bütünleştirici Bir Çerçeveye Doğru. Klinik Psikoloji Dergisi, 59, 1387-1403.

Murray, C. (2003). Risk Factors, Protective Factors, Vulnerability and Resilience, Remedial and Special Education, 24, 1, 16-26.

Muştucu, A. (2022). COVİD19 Pandemisinin Primer İmmün Yetmezlikli Hastalarda Yaşam Kalitesi, Depresyo, Anksiyete ve Psikolojik Dayanıklılık Üzerindeki Etkisi, Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi, Uzmanlık Tezi, Bursa.

Neff, K. (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 İdentity, 2, 223–250.

Neff, K. D., Hsıeh, Y., Dehitterat, K. (2005). Self-Compassion, Achievement Goals and Coping with Academic Failure. Self and Identity, 4: 263-287.

Neff, K. D., Kirkpatrick, K., Rude, S. S. (2006). Self-Compassion and Adaptive Psychological Functioning. Journal of Research in Personality, 41, 139-154.

Neff, K. D.,ve Vonk, R. (2009). Self-Compassion Versus Global Self-Esteem: Two Different Ways of Relating To Oneself. Journal of Personality, 23–50.

Neff, K. D., McGehee, P. (2010). Self-Compassion and Psychological Resilience Among Adolescents and Young Adults. Self and Identity, 9(3), 225–240.

Neff, K. D. (2011). Self-Compassion. New York, NY: William Morrow.

Neff, K. D., Dahm, K. A. (2015). Self-compassion: What İt is, What İt Does, and How İt Relates To Mindfulness. in B. D. Ostafin, M. D. Robinson, & B. P. Meier (Eds.), *Handbook of Mindfulness and Self-Regulation* (pp. 121–137).

Neff, K. D., Germer, C. K. (2013). A Pilot Study and Randomized Controlled Trial of the Mindful Self-Compassion Program. Journal of Clinical Psychology, 69(1), 28–44.

Nguyen, Chuong Hong (2012). Individual Resilience, Social Support and Health Risk Behaviors in Adolescents and Young Adults: Study on Cross-Sectional and Longitudinal Samples, A dissertation submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of Doctor of Philosophy in Community Health Promotion, University of Arkansas.

Oktan, V. (2008). Üniversite Sınavına Hazırlanan Ergenlerin Psikolojik Sağlamlıklarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi.

Okutan, H. (2016). Zihin Engelli Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumlarının İyimserlik ve Psikolojik Belirti Düzeyi Açısından İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.

Osmanoğlu, D. E., Kaya, H. İ. (2013). Öğretmen Adaylarının Yükseköğretime Dair Memnuniyet Durumları ile Öznel İyi Oluş Durumlarının Değerlendirilmesi: Kafkas Üniversitesi Örneği. Kafkas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitü Dergisi, 1 (12), 45-70.

Özbesler, C. (2008). Farklı Gelişimsel Özellikleri Olan Çocuğa Sahip Ailelerin Sorunları. Ufkun Ötesi Bilim Dergisi, 8 (1-2), s. 25-36.

Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği. (2006). Resmi Gazete: 26184. Erişim Adresi: https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2012/07/20120721-10.htm

Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği. (2018). Resmi Gazete: 30471. Erişim Adresi: https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2018/07/20180707-8.htm

Öz, F., Yılmaz, E. B. (2009). Ruh Sağlığının Korunmasında Önemli Bir Kavram: Psikolojik Sağlamlık. Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi. 16(3): 82-89.

Öz, F., Yılmaz, E. B. (2009). Ruh Sağlığının Korunmasında Önemli Bir Kavram: Psikolojik Sağlamlık. Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi, 16 (3), 82-89.

Özmen, D., Çetinkaya, A. (2012). Engelli Çocuğa Sahip Ailelerin Yaşadığı Sorunlar. Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi, 28 (3), 35-49.

Özsoy, A.S., Özkahraman, Ş., Çallı, F. (2006). Zihinsel Engelli Çocuk Sahibi Ailelerin Yaşadıkları Güçlüklerin İncelenmesi. Aile ve Toplum Eğitim, Kültür ve Araştırma Dergisi, 3(9), 68-76.

Özşenol, F., Işıkhan, V., Ünay, B., Aydın, H. İ., Akın, R., Gökçay, E. (2003). Engelli Çocuğa Sahip Ailelerin Aile İşlevlerinin Değerlendirilmesi, Gülhane Tıp Dergisi, 45(2), 156-164.

Özürlüler Bazı Kanun ve Kanun Hükmünde Kararnamelerde Değişiklik Yapılması Hakkında Kanun, T.C. Resmi Gazete, 5378 sayılı, 1.7.2005.

Özyeşil, Z. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Öz-Anlayış Düzeylerinin Bilinçli Farkındalık Kişilik Özellikleri ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Pavot, W., Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction With Life Scale. *Psychological Assessment, 5*(2), 164–172.

Peker, E. (2017). Çocukluk Çağı Travmaları, Erişkinlik Döneminde Bulma Biçimi ve Öz Anlayış Arasındaki İlişkiyi İnceleme, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversites, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Raes, F. (2010). Rumination and Worry as Mediators of There Lation Ship Between Self-Compassion and Depression and Anxiety. Personality and Individual Differences, 48, 757-761.

Rendon, K. P. (2006). *Understanding Alcohol Use in College Students: Study of Mindfulness, Self-Compassion and Psychological Symptoms.* (Yayınlanmamış Doktora Tezi), The University of Texas, Texas.

Reyes, M. F., Satorres, E., Melendez, J. C. (2019). Resilience and Socioeconomic Status as Predictors of Life Satisfaction and Psychological Well-Being in Colombian Older Adults. Journal of Applied Gerontology.

Richardson, G. E. (2002). The Metatheory of Resilience and Resiliency. Journal of Clinical Psychology, 58, 3, 307-321.

Rutter, M. (2006). Implications of Resilience Concepts for Scientific Understanding. Annals of the New York Academy of Sciences, (Resilience in Children), 1094, 1–12.

Saban, F. (2010). Zihinsel Engelli Kardeşe Sahip Olan ve Olmayan Çocukların Benlik Saygısı ve Kaygı Durumlarının İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Erzurum.

Sağında Yazıcıoğlu, S. (2019). Kanadalı ve Türk Üniversite Öğrencilerinin Öz Anlayış, Merhamet ve Duygusal Zekalarının Karşılaştırılması. Uluslararası Türk Kültür Coğrafyasında Sosyal Bilimler Dergisi, 4 (1), 14-29.

Santrock J. W., (2015). Yaşam Boyu Gelişim, Nobel Yayınları, Ankara.

Sağıroğlu, N. (2006). Özel Gereksinimli Bireylere Sahip Ailelerin Çocuklarının Devam Ettiği Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezlerinden Beklentileri. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.

Saraç S. (2014). Okuma Güçlükleri ve Disleksi, Psikoloji Çalışmaları, Bahçeşehir Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi, Temel Eğitim Bölümü, 34-1, 71-77, İstanbul.

Sarıcaoğlu, H., Arslan, C. (2019). Bilinçli Öz-Anlayış Programının Üniversite Öğrencilerinin Öz-Anlayışına Etkisi. MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi, 8 (3), 2381-2399. DOI: 10.33206/mjss.522935.

Sarıkaya, S. (2011). Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Ebeveynlerin Stresle Başa Çıkma Düzeylerinin ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Say H. (2020). Özel Gereksinimleri Çocuğa Sahip olan Ebeveyn ile Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Olmayan Ebeveynlerin Umutsuzluk Düzeyleri ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Sazak, P. E. (2006). Dünyada ve Türkiye'de Erken Çocukluk Özel Eğitiminin Gelişimi ve Erken Çocukluk Özel Eğitim Uygulamaları. Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Özel Eğitim Dergisi, 7(2), 71-83.

Seligman, M. (1990). Learned Optimism. New York, Random Hause.

Shapiro, S. L., Brown, K. W., Biegel, G. M. (2007). Teaching Self-Care to Caregivers: Effects of Mindfulness-Based Stress Reduction on the Mental Health of Therapists in Training. Training and Education in Professional Psychology, 1(2), 105–115. doi:10.1037/1931-3918.1.2.105.

Sills, L.C., Cohan S. L., Stein M. B. (2006). "Relationship of Resilience to Personality, Coping and Psychiatric Symptpoms in Young Adults", Behaviour Research and Therapy, 44, 585-599.

Sipahioğlu, Ö., (2008). Farklı Risk Gruplarındaki Ergenlerin Psikolojik Sağlamlıklarının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Sowislo, Julia Friederike; Orth, Ulrich (2013). Does Low Self-Esteem Predict Depression and Anxiety? A Meta-Analysis of Longitudinal Studies. Psychological Bulletin, 139(1), 213–240. doi:10.1037/a0028931.

Strachan, J. W. (2005). Fathers of Children with Educational Disabilities: The Role of Stress in Life Satisfaction.

Sümer, A.S. (2008). Farklı Öz Anlayış Düzeylerine Sahip Üniversite Öğrencilerinde Depresyon, Anksiyete ve Stresin Değerlendirilmesi, Selçuk Üniversitesi, Teknik Eğitim Fakültesi, Eğitim Bölümü, Konya.

Şanlı, E. (2012). Özel Eğitim ve Merkezlere Bakıma Devam Eden Zihin Engelli Çocuğu Olan Ailelerin Gereksinimlerinin Belirlenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Şen Ün, Y., Akgül E. (2022). Özel Eğitim Gereksinimli Çocuk Annelerinin Sorunlarla Baş Etme Yöntemleri ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, JSES, 247-270, 2022.

Şimşek Aybar, Ş. S. (2014). Özel Eğitim Merkezinde Tedavi Edilen Çocukların Anne ve Babalarında Depresyon ve Yaşam Kalitesinin Analizi, İstanbul Bilim Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.

Temiz, K. (2010). Görme Engellilerde Ruhsal Belirtilerin, Yaşam Doyumunun ve Stresle Baş Etme Tarzlarının Araştırılması, İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Malatya, Tıpta Uzmanlık Tezi.

Tepeli Temiz, Z., Tarı Cömert, I. (2018). The Relationship Between Life Satisfaction, Attachment Styles and Psychological Resilience in University Students, The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences, 31.3, 274-283.

Terzi, Ş. (2008). Üniversite Ögrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ve Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişki. Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal, 3 (29), 1-11.

Thompson, B. L., Waltz, J. (2008). Self-compassion and PTSD Symptom Severity. (Çevrimiçi Sürüm). Journal of Traumatic Stress, 21 (6), 556 – 558.

Thompson, S., Hiebert-Murphy, D., Trute, B. (2013). Parental Perceptions of Family Adjustment in Childhood Developmental Disabilities. Journal of Intellectual Disabilities, 17(1), 24-37.

Tohum Otizm Vakfı (2021, Ekim). *Otizm Spektrum Bozukluğu.* Erişim Adresi: https://www.tohumotizm.org.tr/otizm/otizm-spektrum-bozuklugu/.

Toprak, H. (2014). Ergenlerde Mutluluk ve Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak Psikolojik Sağlamlık ve Psikolojik İhtiyaç Doyumu. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

Toprak, F., (2018). Zihin Engelli ve Üstün Yetenekli Çocuğa Sahip Aileleri Yaşam Doyumları, Yaşam Kaliteleri ve Sosyal Destek Algılarının Karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

Turaçlar N., Altuntuğ K., Ege E. (2014). Ebelik Hemşirelik Öğrencilerinin Genetik Hastalık Genetik Danışmanlık Bilgi Durumları, Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi, Cilt 23\2, 50-59.

Turhan, Ö. (2019). Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu ile Örgütsel Bağlılık Arasındaki İlişki. Çalışma İlişkileri Dergisi, 10 (2), 129-145 .

Turnbull, A. P., Turnbull, H. R. (1995). Families, Professionals and Exceptionality. NewJersey: Merril.

Tusaie, K., Dyer, J. (2004) Resilience: A Historical Review of the Construct. Holist Nurs Pract, 18:3-8.

Türker S. (2019). Mikrosefalinin Eşlik Ettiği Zihinsel Yetmezlik Hastalarında İlişkili Gen Varyantlarının Araştırılması, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, İstanbul.

Türköz Sarp, F. (2013). İşitme Engelli Bireylerde Görsel Algı (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Trompetter, H.R., Kleine, E. ve Bohlmeijer, E.T. (2017). Why Does Positive Mental Health Buffer Against Psychopathology? An Exploratory Study On Self-Compassion as a Resilience Mechanism and Adaptive Emotion Regulation Strategy. Cogn Ther Res, 41, 459-468.

Uğuz, Ş., Toros, F., İnanç, B.Y., Çolakkadıoğlu, O. (2004). Zihinsel ve/veya Bedensel Engelli Çocukların Annelerinin Anksiyete, Depresyon ve Stres Düzeylerinin Belirlenmesi. Klinik Psikiyatri, 7, 42-47.

Ünal Karagüven, M.H., Demirtaş, F. (2022). Engelli Çocuğu Olan Ailelerde Öz Saygı, Yaşam Doyumu ve Sürekli Kaygı. Academia Eğitim Araştırmaları Dergisi, 7 (1), 92-110.

Veenhoven, R. (1996). The Study of Life Satisfaction. W. E. Saris, R. Veenhoven, A. C. Scherpenzeel ve B. Bunting (Ed.), A Comparative Study of Satisfaction with Life in Europe, s. 11-48.

Voegler, M.E. (2000). "Risk and Protective Factors Associated with Social Resilience in Homeless Youth". Unpublished Doctoral Dissertation. The University of North Coralina.

Vogt, S. D., Rizvi, S. L., Shipherd, J. C., Resick, P. A. (2008). Longitudinals İnvestigation of Reciprocal Relationship Between Stress Reactions and Hardiness. *Personality and Social Psychology Bulletin, 34*(1), 61-73.

Vurgun Ş. (2015, Mayıs). Engelli Bireylere Yönelik Alınan Önlemlerin ve Mesleki Eğitimin Uygulamadaki Mevzuat Işığında Değerlendirilmesi: Zonguldak İli Örneği, Paradoks Ekonomi, Sosyoloji ve Politika Dergisi,177-199.

Wallender, J. L., Varni, J.W., Babani, L., Dehan, C.B., & Banis, K. T. (1989). Social Environment and the Adaptation of Mothers of Psysically Handicapped Children. Journal of Pediatric Psyhology, (14), 371-378.

Werner, E. E. (1989). High-Risk Children in Young Adulthood: A Longitudinal Study from Birth to 32 Years. American Journal of Orthopsychiatry, 59, 72-81.

Wilson, W. (1967). Açıklanmış mutluluğun bağıntıları. Psychological Bulletin, 67, 294–306.

Winton, W. M. (1986). The Role of Facial Response in Self-Reports of Emotion: a Critique of Laird. Journal of Personality and Social Psychology, 50(4), 808–812. doi:10.1037/0022-3514.50.4.808.

Yang, Y., Zhang, M., Kou, Y. (2016). Self-Compassion and Life Satisfaction: The Mediating Role of Hope. Personality and Individual Differences, 91–95.

Yangın, N., Camadan, F. (2020). Mükemmeliyetçilik ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Affetmenin Aracı Rolü. Yaşadıkça Eğitim, 34(2), 241-263.

Yetim, Ü. (1991). Kişisel Projelerin Organizasyonu Açısından Yaşam Doyumu. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Doktora Tezi, İzmir: Ege Üniversitesi.

Yetim Ü. (2001). Toplumdan Bireye Mutluluk Resimleri, 1. Baskı. İstanbul, Bağlam Yayınları, 247.

Yıldırım, F., Conk, Z. (2005). Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Anne Babaların Stresle Başa Çıkma Tarzlarına ve Depresyon Düzeylerine Planlı Eğitimin Etkisi. Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 9(2), 1-10.

Yıldırım Doğru, S. S., Arslan, E. (2008). Engelli Çocuğu Olan Annelerin Sürekli Kaygı Düzeyi ile Durumluk Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 543-553.

Yıldırım, G., Pınar Ş. E., Uçuk S., Aksoy Ö. D., Esen E. E. (2020, Mayıs). The Effect of Training Given to Parents with Mentally Disabled Children on Their Life Satisfaction Self-Stigma of Seeking Help Depression and Stress-Coping Styles. (Çevrimiçi Makale). Sivas Cumhuriyet University, Nigde Omer Halisdemir University.

Yıldırım, N. (2011). Öğretim Sürecinde Bulunan Öğrencilerde Görülen Süreğen Hastalıklar Üzerine Yönetimsel Değerlendirme: Tokat İli Örneği. Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 14 (25), 69-85.

Yıldırım Sarı, H. (2007). Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Ailelerde Aile Yüklenmesi, Cumhuriyet Üniversitesi, Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 11(2).

Yılmaz, E. ve Aslan, H. (2013). Öğretmenlerin İş Yerindeki Yalnızlıkları ve Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi. (3), 3:59-69.

Yılmaz, M. T. (2009). Üniversite Öğrencilerinin Öz-Anlayışları (Self-Compassion) Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Yörükoğlu, A. 1997. Çocuk Ruh Sağlığı. Özgür Yayınları, İstanbul.

EKLER

EK 1. ÖĞRENCİNİN AKADEMİK ÖZGEÇMİŞİ

Kişisel Bilgiler			
Adı ve Soyadı	GÖKÇEN BOZDEMİR		
E-postası/Web Sayfası			
Bildiği Yabancı Diller	İngilizce		
Uzmanlık Alanı			
Öğrenim Bilgileri			
	Üniversite	Bölüm	Yıl
Lisans	Selçuk Üniversitesi	Çocuk Gelişimi	2014-2018
Tez Başlığı	Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumlarının Öz Anlayış ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Açısından İncelenmesi		
Tez Danışmanı	Doç.Dr. Nalan KAHVECİ		
Akademik Eserler (Makale, kitap, kitap bölümü, bildiri, poster, sergi, konser vb. eserlerden kaynakça yazım kurallarına göre en fazla 10 eser yazılmalıdır.) Tezden üretilen yayınlar * ile işaretlenmelidir.			
Alanıyla İlgili Bilimsel Kuruluşlara Üyelikler			
Alanıyla İlgili Aldığı Ödüller			

EK 2. KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. **Ebeveynlik durumuz :** Anne (_) Baba (_)
2. **Yaşınız:** ( )25 yaş altı ( )26-35 ( )36-45 ( )46 ve üzeri
3. **Çalışıyor musunuz?** Evet (_) Hayır (_)
4. **Eğitim düzeyiniz:** Okur yazar (_) İlkokul mezunu (_) Ortaokul mezunu (_) Lise mezunu (_) Üniversite- yüksekokul mezunu (_) Lisansüstü (_)
5. **Aile birliktelik** Birlikte (_) Ayrılmış (_) Diğer (_)……(yazınız)
6. **Çocuk Sayısı** 1 (_) 2 (_) 3 (_) 4 (_) 4 ve Üzeri (_)
7. **Çocuğunuzun engel türü……..…(lütfen yazınız)**
8. **Çocuğunuzun cinsiyeti** (_)Kız (_)Erkek
9. **Özel gereksinimli çocuğunuzun yaşı**
   (_)5yaş ve altı (_) 6-12 (_)13-18 (_)18 yaş ve üzeri
10. **Çocuğunuzla ilgili bir sorun yaşadığınızda çevrenizden sosyal destek alıyor musunuz?**
    Hayır (_) Evet (_) ise kimden lütfen yazınız……..
11. **Özel gereksinimli çocuğunuz kaç yıldır özel eğitim almaktadır?**
    (_)1 yıl ve daha az (_)2yıl (_)3yıl (_)4 yıl ve daha fazla
12. **Diğer çocuğunuz\çocuklarınızdan özel gereksinimi olan var mı?**
    (_) Evet (_)Hayır

EK 3. YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ

	Maddeler	**Hiç katılmıyorum(1)**	**Çok az katılıyorum (2)**	**Ort a düzeyde katılıyorum (3)**	**Büyük oranda katılıyorum (4)**	**Tamamen katılıyorum (5)**
1	İdeallerime yakın bir yaşantım vardır.					
2	Yaşam koşullarım mükemmeldir.					
3	Yaşamımdan memnunum.					
4	Şimdiye kadar yaşamdan istediğim önemli şeylere sahip oldum.					
5	Tekrar dünyaya gelsem hayatımdaki hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim.					

Ek 4. YETİŞKİNLER İÇİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ÖLÇEĞİ

1. Beklenmedik bir olay olduğunda…						
Her zaman bir çözüm bulurum						Çoğu kez ne yapacağımı
2. Gelecek için yaptığım planların…						
Başarılması zordur						Başarılması mümkündür
3. En iyi olduğum durumlar şu durumlardır…						
Ulaşmak istediğim açık bir hedefim						Tam bir günlük boş bir
4. …olmaktan hoşlanıyorum						
Diğer kişilerle birlikte						Kendi başıma
5. Ailemin, hayatta neyin önemli olduğu konusundaki anlayışı…						
Benimkinden farklıdır						Benimkiyle aynıdır
6. Kişisel konuları …						
Hiç kimseyle tartışmam						Arkadaşlarımla/Aile-üyeleriyle tartışabilirim
7. Kişisel problemlerimi…						
Çözemem						Nasıl çözebileceğimi bilirim
8. Gelecekteki hedeflerimi…						
Nasıl başaracağımı bilirim						Nasıl başaracağımdan emin
9. Yeni bir işe/projeye başladığımda …						
İleriye dönük planlama yapmam, derhal işe başlarım						Ayrıntılı bir plan yapmayı tercih ederim
10. Benim için sosyal ortamlarda rahat/esnek olmak						
Önemli değildir						Çok önemlidir
11. Ailemle birlikteyken kendimi …hissederim						
Çok mutlu						Çok mutsuz
12. Beni …						
Bazı yakın arkadaşlarım/aile üyelerim cesaretlendirebilir						Hiç kimse cesaretlendiremez
13. Yeteneklerim…						
Olduğuna çok inanırım						Konusunda emin değilim
14. Geleceğimin …olduğunu hissediyorum						
Ümit verici						Belirsiz
15. Şu konuda iyiyimdir…						
Zamanımı planlama						Zamanımı harcama
16. Yeni arkadaşlık konusu …bir şeydir						
Kolayca yapabildiğim						Yapmakta zorlandığım
17. Ailem şöyle tanımlanabilir …						
Birbirinden bağımsız						Birbirine sıkı biçimde
18. Arkadaşlarımın arasındaki ilişkiler …						
Zayıftır						Güçlüdür
19. Yargılarıma ve kararlarıma …						
Çok fazla güvenmem						Tamamen güvenirim
20. Geleceğe dönük amaçlarım …						
Belirsizdir						İyi düşünülmüştür

21. Kurallar ve düzenli alışkanlıklar …						
Günlük yaşamımda yoktur						Günlük yaşamımı
22. Yeni insanlarla tanışmak …						
Benim için zordur						Benim iyi olduğum bir
23. Zor zamanlarda, ailem …						
Geleceğe pozitif bakar						Geleceği umutsuz görür
24. Ailemden birisi acil bir durumla karşılaştığında…						
Bana hemen haber verilir						Bana söylenmesi bir hayli
25. Diğerleriyle beraberken						
Kolayca gülerim						Nadiren gülerim
26. Başka kişiler söz konusu olduğunda, ailem şöyle davranır:						
Birbirlerini desteklemez biçimde						Birbirlerine bağlı biçimde
27. Destek alırım						
Arkadaşlarımdan/aile üyelerinden						Hiç kimseden
28. Zor zamanlarda …eğilimim vardır						
Her şeyi umutsuzca gören bir						Beni başarıya götürebilecek iyi
29. Karşılıklı konuşma için güzel konuların düşünülmesi, benim için …						
Zordur						Kolaydır
30. İhtiyacım olduğunda …						
Bana yardım edebilecek kimse yoktur						Her zaman bana yardım
31. Hayatımdaki kontrol edemediğim olaylar (ile) …						
Başa çıkmaya çalışırım						Sürekli bir endişe/kaygı
32. Ailemde şunu severiz …						
İşleri bağımsız olarak yapmayı						İşleri hep beraber yapmayı
33. Yakın arkadaşlarım/aile üyeleri						
Yeteneklerimi beğenirler						Yeteneklerimi beğenmezler

EK 5. ÖZ-ANLAYIŞ ÖLÇEĞİ

ZORLUKLAR KARŞISINDA KENDİME GENEL OLARAK NASIL DAVRANIYORUM?

Yanıtlamadan önce her bir ifadeyi dikkatle okuyunuz. Her bir maddenin sağında takip eden ölçeği kullanarak, belirtilen durumda ne kadar sıklıkla hareket ettiğinizi belirtiniz.

	Hemen Hemen Hiçbir Zaman	**Nadiren**	**Arasıra**	**Çoğu Zaman**	**HemenHemen Her Zaman**
	1	**2**	**3**	**4**	**5**
1. Kendimi kötü hissettiğimde, kötü olan her şeye takılma eğilimim vardır.					
2. İşler benim için kötü gittiğinde zorlukların yaşamın bir parçası olduğunu ve herkesin bu zorlukları yaşadığını görebilirim.					
3.Yetersizliklerimi düşünmek kendimi daha yalnız ve dünyadan kopuk hissetmeme neden olur.					
4. Duygusal olarak acı yaşadığım durumlarda kendime sevgiyle					

yaklaşmaya çalışırım.					
5. Benim için önemli bir şeyde başarısız olduğumda, yetersizlik hisleriyle tükenirim.					
6. Kötü hissettiğimde, dünyada benim gibi kötü hisseden pek çok kişi olduğunu kendi kendime hatırlatırım.					
7. Zor zamanlar geçirdiğimde kendime daha katı (acımasız) olma eğilimindeyim					
8. Herhangi bir şey beni üzdüğünde hislerimi dengede tutmaya çalışırım.					
9. Kendimi bir şekilde yetersiz hissettiğimde kendi kendime birçok insanın aynı şekilde kendi hakkında yetersizlik duyguları yaşadığını hatırlatmaya çalışırım.					

10. Kişiliğimin sevmediğim yanlarına karşı hoşgörüsüz ve sabırsızım.					
11. Çok sıkıntılıysam, kendime ihtiyacım olan ilgi ve şefkati gösteririm					
12. Kendimi kötü hissettiğimde diğer insanların çoğunun benden mutlu olduğunu düşünme eğilimindeyim					
13. Acı veren bir şey olduğunda, durumu dengeli bir bakış açısıyla görmeye çalışırım.					
14.Başarısızlıklarımı insan olmanın bir parçası olarak görmeye çalışırım.					
15.Sevmediğim yanlarımı gördüğümde kendi kendimi üzerim.					
16. Benim için önemli bir şeyde başarısız olduğumda, işleri belli bir bakış açısı					

içerisinde tutmaya çalışırım.					
17. Ben mücadele halindeyken diğer herkesin işlerinin benimkinden kolay gittiğini hissetme eğilimim vardır.					
18. Acı çektiğim zamanlarda, kendime karşı iyiyimdir.					
19. Bir şey beni üzdüğünde, duygusal olarak bunu abartırım.					
20. Acı çektiğim durumlarda kendime karşı bir parça daha soğukkanlı olabilirim.					
21. Kendi kusur ve yetersizlikleri me karşı hoşgörülüyüm dür.					
22. Acı veren bir şey olduğunda, olayı büyütme eğilimim vardır.					
23. Benim için önemli bir şeyde başarısız					

olduğumda, başarısızlığın yalnız benim başıma geldiği duygusunu hissetme eğiliminde olurum.					
24.Kişiliğimin sevmediğim yönlerine karşı anlayışlı ve sabırlı olmaya çalışırım.					

EK 6. GÖNÜLLÜ KATILIMCI ONAM FORMU

Dokuz Eylül Üniversitesi Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Tezli Yüksek Lisans Programı tez çalışması kapsamında, Doç.Dr. Nalan KAHVECİ danışmanlığında, Gökçen BOZDEMİR tarafından yürütülen "Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Anne ve Babaların Yaşam Doyumlarının Öz Anlayış ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Açısından İncelenmesi" başlıklı **araştırmaya** davet edilmiş bulunuyorsunuz. Bu araştırmaya katılıp katılmama kararını vermeden önce, araştırmanın neden ve nasıl yapılacağını bilmeniz gerekmektedir. Bu nedenle bu formun okunup anlaşılması büyük önem taşımaktadır. Eğer anlayamadığınız ve sizin için açık olmayan şeyler varsa, ya da daha fazla bilgi isterseniz ……sorabilirsiniz. Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmaya **katılmama** veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmadan **çıkma** hakkında sahipsiniz. **Çalışmayı yanıtlamanız, araştırmaya katılım için onam verdiğiniz** biçiminde yorumlanacaktır. Size verilen **formlardaki** soruları yanıtlarken kimsenin baskısı veya telkini altında olmayın. Bu formlardan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacaktır.

"Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce gönüllüye / katılımcıya verilmesi gereken bilgileri gösteren Aydınlatılmış Onam Formu adlı metni kendi anadilimde okudum ya da bana okunmasını sağladım. Bu bilgilerin içeriği ve anlamı, yazılı ve sözlü olarak açıklandı. Aklıma gelen bütün soruları sorma olanağı tanındı ve sorularıma doyurucu cevaplar aldım. Çalışmaya katılmadığım ya da katıldıktan sonra çekildiğim durumda, hiçbir yasal hakkımdan vazgeçmiş olmayacağım. Bu koşullarla, söz konusu araştırmaya hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorum. Bu metnin imzalı bir kopyasını aldım."

Katılımcının

Adı-Soyadı:

İmzası:

EK 7. ETİK KURUL ONAY FORMU

T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
HUKUK MÜŞAVİRLİĞİ

ACELE
06.12.2021

Sayı : E-87347630-659-153835
Konu : Gökçen BOZDEMİR

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 21.10.2021 tarihli ve E-67493393-302.08.01-130655 sayılı yazınız.

İlgide kayıtlı yazınıza istinaden Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etik Kurulunun 02.11.2021 tarihli toplantısında alınan 18 sayılı karar ile Enstitünüz Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Anabilim Dalı Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Yüksek Lisans Programı öğrencisi Gökçen BOZDEMİR'in "Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Anne ve Babaların Yaşam Doyumlarının Öz Anlayış ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Açısından İncelenmesi" başlıklı çalışması için yapacağı uygulamanın etik açıdan uygun olduğuna karar verilmiş olup, alınan karar Makamımızca onaylanmıştır.

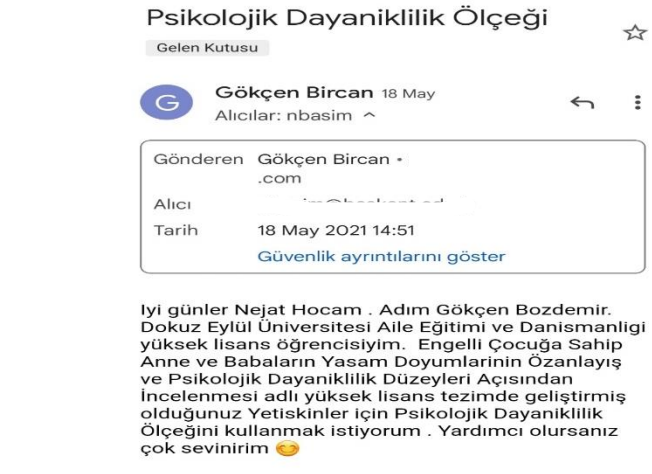
Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Prof.Dr. Nükhet HOTAR
Rektör

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Doğrulama Kodu: F4C070F7-D71C-479B-A467-F0B608893CA9 Doğrulama Adresi: https://turkiye.gov.tr/dokuz-eylul-universitesi-ebys
Bilgi için:Merve ÇÜRÜK
Bilgisayar İşletmeni

HİZMETE ÖZEL

EK 8. ÖLÇME ARAÇLARININ UYGULANMA İZİNLERİ



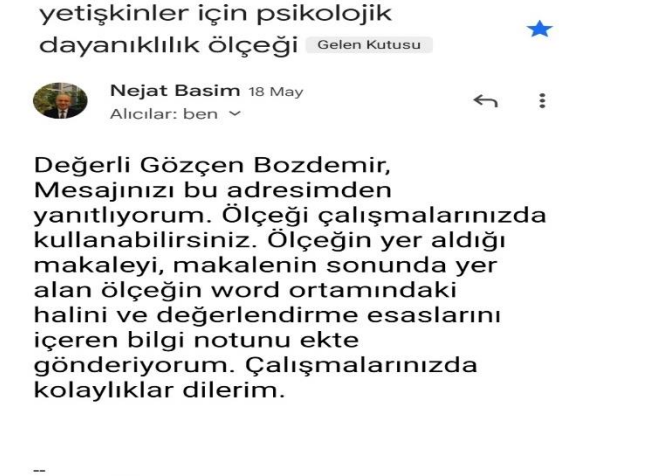
Psikolojik Dayaniklilik Ölçeği

Gelen Kutusu

Gökçen Bircan 18 May
Alıcılar: nbasim

Gönderen Gökçen Bircan .com
Alıcı
Tarih 18 May 2021 14:51
Güvenlik ayrıntılarını göster

Iyi günler Nejat Hocam . Adım Gökçen Bozdemir. Dokuz Eylül Üniversitesi Aile Eğitimi ve Danismanligi yüksek lisans öğrencisiyim. Engelli Çocuğa Sahip Anne ve Babaların Yasam Doyumlarinin Özanlayış ve Psikolojik Dayaniklilik Düzeyleri Açısından İncelenmesi adlı yüksek lisans tezimde geliştirmiş olduğunuz Yetiskinler için Psikolojik Dayaniklilik Ölçeğini kullanmak istiyorum . Yardımcı olursanız çok sevinirim



yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği Gelen Kutusu

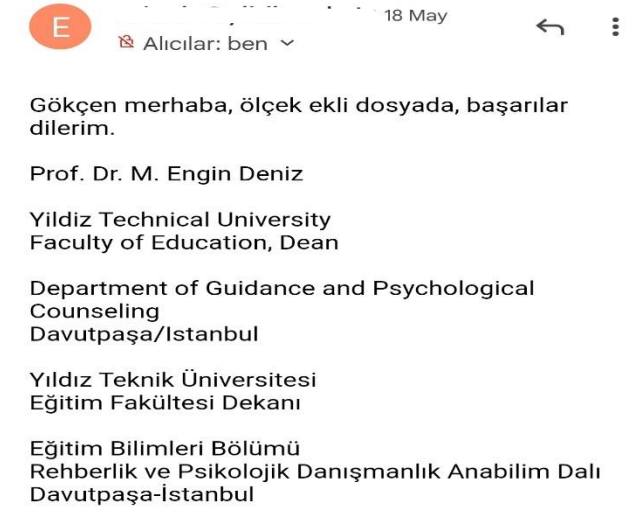
Nejat Basim 18 May
Alıcılar: ben

Değerli Gözçen Bozdemir,
Mesajınızı bu adresimden yanıtlıyorum. Ölçeği çalışmalarınızda kullanabilirsiniz. Ölçeğin yer aldığı makaleyi, makalenin sonunda yer alan ölçeğin word ortamındaki halini ve değerlendirme esaslarını içeren bilgi notunu ekte gönderiyorum. Çalışmalarınızda kolaylıklar dilerim.

--
Prof. Dr. H. Nejat Basım
Başkent Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dekanı
Bağlıca Kampüsü Fatih Sultan Mah. Eskişehir Yolu 18. Km.
Etimesgut 06790 ANKARA
Tel
e-posta:



Iyi günler Engin Hocam . Adım Gökçen Bozdemir. Dokuz Eylül Üniversitesi Aile Eğitimi ve Danismanligi yüksek lisans öğrencisiyim. Engelli Çocuğa Sahip Anne ve Babaların Yasam Doyumlarinin Özanlayış ve Psikolojik Dayaniklilik Düzeyleri Açısından İncelenmesi adlı yüksek lisans tezimde geliştirmiş olduğunuz ölçeği kullanmak istiyorum . Yardımcı olursanız çok sevinirim



18 May
Alıcılar: ben

Gökçen merhaba, ölçek ekli dosyada, başarılar dilerim.

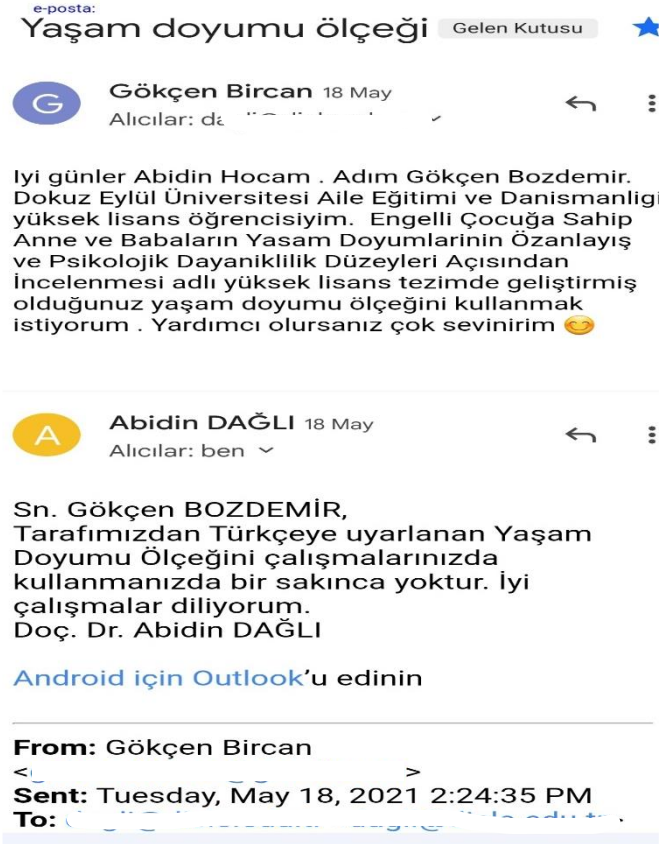
Prof. Dr. M. Engin Deniz

Yildiz Technical University
Faculty of Education, Dean

Department of Guidance and Psychological Counseling
Davutpaşa/Istanbul

Yıldız Teknik Üniversitesi
Eğitim Fakültesi Dekanı

Eğitim Bilimleri Bölümü
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı
Davutpaşa-İstanbul



Yaşam doyumu ölçeği Gelen Kutusu

Gökçen Bircan 18 May
Alıcılar: da

Iyi günler Abidin Hocam . Adım Gökçen Bozdemir. Dokuz Eylül Üniversitesi Aile Eğitimi ve Danismanligi yüksek lisans öğrencisiyim. Engelli Çocuğa Sahip Anne ve Babaların Yasam Doyumlarinin Özanlayış ve Psikolojik Dayaniklilik Düzeyleri Açısından İncelenmesi adlı yüksek lisans tezimde geliştirmiş olduğunuz yaşam doyumu ölçeğini kullanmak istiyorum . Yardımcı olursanız çok sevinirim

Abidin DAĞLI 18 May
Alıcılar: ben

Sn. Gökçen BOZDEMİR,
Tarafımızdan Türkçeye uyarlanan Yaşam Doyumu Ölçeğini çalışmalarınızda kullanmanızda bir sakınca yoktur. İyi çalışmalar diliyorum.
Doç. Dr. Abidin DAĞLI

Android için Outlook'u edinin

From: Gökçen Bircan
<
>
Sent: Tuesday, May 18, 2021 2:24:35 PM
To:

