

T.C.

BAHÇEŞEHİR ÜNİVERSİTESİ

OTİZMLİ ÇOCUĞU OLAN ÇİFTLERİN EVLİLİK
DOYUMU, KAYGI, İLİŞKİSEL YILMAZLIK VE
PSİKOLOJİK YARDIM ALMA TUTUMLARININ
İNCELENMESİ

Yüksek Lisans Tezi

MERVE DALKILIÇ

İSTANBUL, 2016

T.C.

BAHÇEŞEHİR ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

AİLE DANIŞMANLIĞI TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**OTİZMLİ ÇOCUĞU OLAN ÇİFTLERİN EVLİLİK
DOYUMU, KAYGI, İLİŞKİSEL YILMAZLIK VE
PSİKOLOJİK YARDIM ALMA TUTUMLARININ
İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

MERVE DALKILIÇ

Tez Danışmanı: Yrd. Doç. Dr. Berna GÜLOĞLU

İSTANBUL, 2016

T.C.
BAHÇEŞEHİR ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
AİLE DANIŞMANLIĞI YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

Tezin Adı: Otizmli Çocuğu Olan Çiftlerin Evlilik Doyumu, Kaygı, İlişkisel Yılmazlık ve Psikolojik Yardım Alma Tutumlarının İncelenmesi

Öğrencinin Adı Soyadı: Merve DALKILIÇ

Tez Savunma Tarihi: 08.08.2016

Bu tezin Yüksek Lisans tezi olarak gerekli şartları yerine getirmiş olduğu Sağlık Bilimleri Enstitüsü tarafından onaylanmıştır.

Prof. Dr. Orhan BABUCCU
Enstitü Müdür V.
İmza

Bu tezin Yüksek Lisans tezi olarak gerekli şartları yerine getirmiş olduğunu onaylarım.

Yrd. Doç. Dr. Nesrin ÖZDEMİR
Program Koordinatörü
İmza

Bu Tez tarafımızca okunmuş, nitelik ve içerik açısından bir Yüksek Lisans tezi olarak yeterli görülmüş ve kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri

Tez Danışmanı Yrd. Doç. Dr. Berna GÜLOĞLU
Üye Doç. Dr. Aynur EREN GÜMÜŞ
Üye Yrd. Doç. Dr. Şerife Gonca ZEREN

İmzalar

.....
.....
.....

TEŞEKKÜR

Öncelikle araştırmanın her aşamasında katkılarını esirgemeyen, fikirleri ile beni sürekli yönlendiren, her istediğimde ulaşabildiğim ve anında yaptığı geri dönüşleri ile çalışmayı tamamlamamda büyük katkısı olan sevgili tez danışmanım Yrd. Doç. Dr. Berna GÜLOĞLU'na teşekkür ederim. Uygulamak istediğim anketler için hiç düşünmeden onay veren, bilimsel çalışmalarını destekleyen, 9 yıldır içinde bulunduğum meslek hayatımda kendisinden çok şey öğrendiğim çok değerli hocam Binyamin BİRKAN'a, yine aynı şekilde anket uygulamam konusunda kendi okulunun kapılarını açan saygı değer hocam Sezgin KARTAL'a ve ailelere teşekkürü borç bilirim. Tez aşamasında sağladığı değerli katkıları için Sedef AKDAN'a, manevi desteğini hiç esirgemeyen dostlarım Başak GÜNDEŐ'e ve Ezgi GÜRBÜZ'e, tez çalışmam boyunca bana hep güvenen aileme ve son olarak da çalışmanın ilk başladığı andan bugüne kadar desteğini hep hissettiğim, bana hep moral ve güç veren, sabırlı bir şekilde benim yanımda olan sevgili eşim Cengiz DALKILIÇ'a sonsuz teşekkür ederim.

Merve DALKILIÇ

Ağustos, 2016

ÖZET

OTİZMLİ ÇOCUĞU OLAN ÇİFTLERİN EVLİLİK DOYUMU, KAYGI, İLİŞKİSEL YILMAZLIK VE PSİKOLOJİK YARDIM ALMA TUTUMLARININ İNCELENMESİ

Merve Dalkılıç

Bahçeşehir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Aile Danışmanlığı Yüksek Lisans Programı

Tez Danışmanı: Yrd. Doç. Dr. Berna Güloğlu

Ağustos 2016, 69

Bu araştırmada, otizmlı çocuğa sahip olan çiftlerin evlilik doyumunu yordamada kaygı, ilişkisel yılmazlık ve psikolojik yardım alma tutumlarının rolü incelenmektedir. Araştırma modeli olarak otizmlı çocuğa sahip çiftlerin evlilik doyumlarının kaygı, ilişkisel yılmazlık ve psikolojik yardım alma tutumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla betimsel ve ilişkisel tarama modeli tercih edilmiştir. Araştırmanın bağımsız değişkenleri kaygı, ilişkisel yılmazlık ve psikolojik yardım alma tutumu; bağımlı değişkeni ise otizmlı çocuğa sahip bireylerin evlilik doyumudur.

Veriler, otizmlı çocukların eğitim aldığı iki farklı özel eğitim merkezinden toplanmıştır. Verilerin toplandığı özel eğitim merkezlerinden biri sadece otizm tanısı olan çocukların eğitim aldığı Özel Tohum Vakfı Özel Eğitim Okulu, diğeri ise NOVA Özel Eğitim Merkezi'dir. Tohum Otizm Vakfı'ndan otizmlı çocuğu olan 80 çifte ulaşılrken, NOVA Özel eğitim Merkezi'nden de otizmlı çocuğu olan 20 çifte ulaşılmıştır.

Araştırmaya 100 çift (100 Kadın, 100 Erkek olmak üzere 200 birey) katılmış olup, katılımcıların yaş aralığı 24-57 arasında olup, yaş ortalaması ise 38,50. Bireylerin evlilik süresi 4-33 yıl arasında değişmektedir.

Araştırmanın verileri Kişisel Bilgi Formu, Evlilik Yaşam Ölçeği, Spielberger Sürekli Kaygı Envanteri, İlişkisel Yılmazlık Ölçeği ve Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Form ile toplanmıştır. Anket formları çiftlere dağıtılmış ve her ikisinde formları ayrı ayrı doldurması istenmiştir.

Elde edilen verilerin analizinde normallik dağılımlarını belirlemek amacıyla Kolmogorov-Smirnov Testi; çıkarımsal istatistikler çerçevesinde Mann-Whitney U testi, Kruskal Wallis-H testi ve Spearman Rho kullanılmıştır.

Gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen bulgular şu şekilde özetlenebilir: Otizmlı çocuğa sahip bireylerin evlilik doyumlarının cinsiyete, normal gelişim gösteren çocuğa sahip olup olmama durumuna, şu anki psikolojik destek ihtiyacına, sürekli kaygı düzeyine, ilişkisel yılmazlık düzeyine ve psikolojik yardıma ilişkin tutuma göre anlamlı bir farklılık gösterirken; eğitim durumuna ve gelir durumuna göre ise bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Evlilik Doyumu, Kaygı, İlişkisel Yılmazlık, Psikolojik Yardım Alma Tutumu, Otizm



ABSTRACT

THE EXAMINATION OF MARRIAGE SATISFACTION, ANXIETY, RELATIONAL RESILIENCE AND ATTITUDES TOWARD SEEKING PSYCHOLOGICAL HELP AMONG COUPLES HAVING AUTISTIC CHILDREN

Merve Dalkılıç

Bahçeşehir University, Institute of Health Sciences
Family Counseling Master Program

Thesis Counselor: Asst. Prof. Berna Güloğlu

August 2016, 69

This study investigated the relationship marital satisfaction, anxiety, relational satisfaction, and attitudes toward seeking psychological help among couples who have an autistic children. Descriptive and relational survey models were used as research methods to test whether the marital satisfactions of couples having autistic children differ depending on anxiety, relational resilience and the attitude towards seeking professional psychological help. While the dependent variable of the study is the marital satisfaction, the independent variables of the study are anxiety, relational resilience and attitude toward seeking psychological help.

The data were collected from two different private education centers where autistic children study. One of the private education centers is Special Education School of Tohum Foundation where only children with autism diagnosis has been taking an education, and the other one is NOVA Special Education Center. 80 couples having autistic children were participated in Tohum Autism Foundation while 20 couples were participated in NOVA Special Education Center.

The study was conducted with 100 couples in total (100 female and 100 male; 200 individuals in total) whose age range is 24–57 and average age is 38.50. The duration of marriage of individuals vary between 4–33 years.

The data of the study were collected via Personal Information Form, Marital Life Scale, State-Trait Anxiety Inventory, Relational Resilience Scale and Short Form of Attitude

Towards Seeking Professional Psychological Help. Couples were given survey forms and asked to fill individually.

Data were analyzed by using Kolmogorov-Smirnov Test, Mann-Whitney U Test, Kruskal Wallis H Test and Spearman Rho Test. The results of the study indicated that there is a significant difference between marital satisfaction and gender, having normal children, current need of psychological support, anxiety, relational resilience, and attitude towards seeking psychological help. On the other hand, there is no significant difference between marital satisfaction and educational level and socio-economic status. The results also demonstrated that there is significant relationship between marital satisfaction and anxiety, relational resilience, and attitudes toward seeking psychological help.

Key Words: Marital Satisfaction, Anxiety, Relational Resilience, Seeking Professional Psychological Help, Autism

İÇİNDEKİLER

TABLolar	xi
ŞEKİLLER	xiii
KISALTMALAR	xiv
SEMBOLLER	xv
1. GİRİŞ	1
1.1 PROBLEM DURUMU	1
1.2 ARAŞTIRMANIN AMACI VE SORULARI	4
1.3 ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ	5
1.4 ARAŞTIRMANIN SAYILTI LARI/VARSAYIM LARI	6
1.5 ARAŞTIRMANIN SINIRLILIK LARI	6
1.6 TANIMLAR	7
2. LİTERATÜR TARAMASI	9
2.1 OTİZM	9
2.1.1 Otizm Tanımı, Belirtileri ve Sıklığı	9
2.1.2 Otizme Neden Olan Faktörler	11
2.1.3 Otizimli Çocukların Özellikleri	11
2.2 EVLİLİK DOYUMU	13
2.2.1 Evlilik Doyumunu Etkileyen Risk Faktörleri	16
2.2.2 Evlilik Doyumunu Etkileyen Faktörler	17
2.2.3 Evlilik Doyumunu Kuramsal Yaklaşımlar	18
2.2.4 Engelli Çocuğa Sahip Çiftlerin Evlilik Doyumları	21
2.3 KAYGI	21
2.3.1 Kaygı Tanımı	21
2.3.2 Kaygı ve Nedenleri	24
2.3.3 Kaygı Belirtileri	24
2.4 İLİŞKİSEL YILMAZLIK	25
2.4.1 Yılmazlık	25
2.4.2 İlişkisel Yılmazlık Tanımı	28
2.4.3 Yılmazlık Düzeyi Yüksek Olan Bireylerin Özellikleri	29
2.5 PSİKOLOJİK YARDIM ALMA TUTUMU	30
2.6 YURT İÇİ VE YURT DIŞINDAYAPILAN ARAŞTIRMALAR	35

3. YÖNTEM.....	40
3.1 ARAŞTIRMA MODELİ	40
3.2 ARAŞTIRMA GRUBU.....	40
3.3 VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	43
3.3.1 Kişisel Bilgi Formu	43
3.3.2 Evlilik Yaşam Ölçeği (EYÖ).....	43
3.3.3 Spielberger Sürekli Kaygı Envanteri (SSKE)	44
3.3.4 İlişkisel Yılmazlık Ölçeği (İYÖ).....	45
3.3.5 Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Form.....	45
3.4 VERİLERİN TOPLANMASI.....	46
3.5 VERİLERİN ANALİZİ.....	46
4. BULGULAR.....	48
4.1 OTİZMLİ ÇOCUĞA SAHİP ÇİFTLERİN ÖLÇEK TOPLAM PUANLARI VE ALT BOYUTLARINA İLİŞKİN BETİMSSEL İSTATİSTİKLER.....	48
4.2 OTİZMLİ ÇOCUĞA SAHİP ÇİFTLERİN EVLİLİK DOYUMLARININ ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE FARKLILIK GÖSTERİP GÖSTERMEDİĞİNE İLİŞKİN BULGULAR.....	48
4.2.1 Otizmlı Çocuğa Sahip Çiftlerin Evlilik Doyumunun Cinsiyete Göre İncelenmesiyle İlgili Bulgular	49
4.2.2 Otizmlı Çocuğa Sahip Çiftlerin Evlilik Doyumunun Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesiyle İlgili Bulgular.....	50
4.2.3 Otizmlı Çocuğa Sahip Çiftlerin Evlilik Doyumunun Gelir Durumuna Göre İncelenmesiyle İlgili Bulgular.....	51
4.2.4 Otizmlı Çocuğa Sahip Çiftlerin Evlilik Doyumunun Normal Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip Olup Olmamasına Göre İncelenmesiyle İlgili Bulgular	52
4.2.5 Otizmlı Çocuğa Sahip Çiftlerin Evlilik Doyumunun Şuanki Psikolojik Destek İhtiyacına Göre İncelenmesiyle İlgili Bulgular.....	53
4.2.6 Otizmlı Çocuğa Sahip Çiftlerin Evlilik Doyumunun Sürekli Kaygı Düzeyine Göre İncelenmesiyle İlgili Bulgular	54
4.2.7 Otizmlı Çocuğa Sahip Çiftlerin Evlilik Doyumunun İlişkisel Yılmazlık Düzeyine Göre İncelenmesiyle İlgili Bulgular	56

4.2.8 Otizmlı Çocuğa Sahip Çiftlerin Evlilik Doyumunun Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutumuna Göre İncelenmesiyle İlgili Bulgular	57
4.3 OTİZMLİ ÇOCUĞA SAHİP ÇİFTLERİN EVLİLİK DOYUMU, KAYGI, İLİŞKİSEL YILMAZLIK VE PSİKOLOJİK YARDIM ALMAYA İLİŞKİN TUTUMLAR ARASINDAKİ İLİŞKİLERLE İLGİLİ BULGULAR.....	58
5. TARTIŞMA VE SONUÇ.....	63
6. ÖNERİLER	67
KAYNAKÇA	70
EKLER	
EK A.1 Kişisel Bilgi Formu	93
EK A.2 Evlilik Yaşam Ölçeği (EYÖ).....	95
EK A.3 Spielberger Sürekli Kaygı Envanteri (SSKE).....	96
EK A.4 İlişkişel Yılmazlık Ölçeği.....	97
EK A.5 Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Form	99
ÖZGEÇMİŞ.....	100

TABLolar

Tablo 3.1: Katılımcıların demografik özellikleri	42
Tablo 4.1: Ölçek toplam ve altboyut puanlarının betimsel istatistikleri.....	48
Tablo 4.2: Evlilik doyumu puanlarının cinsiyet grupları bakımından normallik testi....	49
Tablo 4.3: Evlilik doyumu puanlarının cinsiyet grupları bakımından karşılaştırılması..	49
Tablo 4.4: Evlilik doyumu puanlarının eğitim düzeyi grupları bakımından normallik testi.....	50
Tablo 4.5: Evlilik doyumu puanlarının eğitim düzeyi grupları bakımından karşılaştırılması.....	50
Tablo 4.6: Evlilik doyumu puanlarının gelir durumu grupları bakımından normallik testi	51
Tablo 4.7: Evlilik doyumu puanlarının gelir durumu grupları bakımından karşılaştırılması.....	51
Tablo 4.8: Evlilik doyumu puanlarının normal gelişim gösteren çocuğa sahip olup olmama durumu grupları bakımından normallik testi	52
Tablo 4.9: Evlilik doyumu puanlarının normal gelişim gösteren çocuğa sahip olup olmama durumu grupları bakımından karşılaştırılması.....	53
Tablo 4.10: Evlilik doyumu puanlarının şuan ki psikolojik destek ihtiyacı grupları bakımından normallik testi	53
Tablo 4.11: Evlilik doyumu puanlarının şuan ki psikolojik destek ihtiyacı grupları bakımından karşılaştırılması.....	54
Tablo 4.12: Evlilik doyumu puanlarının sürekli kaygı düzeyi grupları bakımından normallik Testi.....	55
Tablo 4.13: Evlilik doyumu puanlarının sürekli kaygı düzeyi grupları bakımından karşılaştırılması	55
Tablo 4.14: Evlilik doyumu puanlarının ilişkisel yılmazlık düzeyi grupları bakımından normallik testi	56
Tablo 4.15: Evlilik doyumu puanlarının ilişkisel yılmazlık düzeyi grupları bakımından karşılaştırılması	56
Tablo 4.16: Evlilik doyumu puanlarının psikolojik yardıma ilişkin tutum düzeyi grupları bakımından normallik testi	57

Tablo 4.17: Evlilik doyumu puanlarının psikolojik yardım almaya ilişkin tutum düzeyi grupları bakımından karşılaştırılması.....	58
Tablo 4.18: Evlilik doyumu, sürekli kaygı, psikolojik yardım almaya ilişkin tutumu ve ilişkiyel yılmazlık için normallik testi.....	59
Tablo 4.19: Parametrik olmayan Korelasyon Analizi (Spearman's rho)	60



ŞEKİLLER

Şekil 2.1: Eşlerin bakış açısına göre evlilik ilişkileri modeli.....20



KISALTMALAR

EYÖ	: Evlilik Yaşam Ölçeği
PYAİTÖ-KF	: Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Form
SSKE	: Spielberger Sürekli Kaygı Envanteri
DFA	: Doğrulayıcı Faktör Analizi
SPSS	: Statistical Package for Social Sciences



SEMBOLLER

Aritmetik ortalama	: \bar{X}
Standart sapma	: ss/S
Örneklemdaki toplam sayı	: N/n
Sıra Ortalama	: SO
Ki-kare	: x^2
Spearman'ın sıralama korelasyon katsayısı	: r



1. GİRİŞ

1.1 PROBLEM DURUMU

Aile, bireyin doğduğu andan itibaren yaşamı boyunca etkili olan önemli ve temel bir sosyal yapıdır. Çocukların yaşamın her alanında iyi bir gelişme gösterebilmesi, başarılı olabilmesi için başta anne ve baba olmak üzere aile bireyleri arasında güçlü bir ilişkinin kurulup sürdürülmesi gerekmektedir. Sağlanacak güçlü bir ilişki aynı zamanda etkili ve büyük ölçüde de sorunsuz iletişim olanağını sunar. Bu da aile bireylerinin karşılıklı olarak birbirlerinin düşüncelerini ve duygularını anlamalarını, iletişim halinde olmalarını, işbirliği içinde olmalarını, yardımlaşmanın ve paylaşmanın gelişmesini sağlar (Dönmezer 1999).

Çocukların dünyaya getirilmesi ve sosyalleşmelerinin sağlanması, ekonomik bir işbirliği halinde olunması, çocuklara, eşlere ve ebeveynlere roller verilmesi ve bir yakınlık kaynağı olmak ailenin işlevleri arasında yer almaktadır (Strong ve DeVault 1986). Aynı şekilde aile; hayatta rastlanan adanmışlık, sevgi, ait olma, bağlanma ve mutluluk gibi önemli duyguların derin bir şekilde yaşandığı yerlerin başında gelir (Framo 1996).

Bebeğin dünyaya gelmesiyle birlikte çiftlerin hayatında yeni bir dönem başlar. Çiftler çocuklarının olacağı haberini aldıklarında dünyaya getirecekleri çocukları için hayaller kurar. Yaşanan bu süreçte problemlerli bir çocuğun doğması fikri ailede kaygı yaratarak, çiftlerin çocuklarıyla ilgili kurdukları hayallerin yıkılmasına yol açar (Varol 2005). Farklı/engelli çocuğa sahip olmanın aile bireylerinin tümü için duygusal yük, stresli bir hayat deneyimi ve sürekli başa çıkma tepkileri gerektiren bir durum olarak görülmektedir (McCubbin 1989, Minnes 1988). Ailelerle gerçekleştirilen çalışmalarda, engelli çocuğun aileye yansıyan etkileri incelenmiş, anne ve babaların yaşadıkları duruma adapte oluncaya kadar birtakım aşamalardan geçtikleri bulunmuştur. Bu aşamalar; şok, inkâr, kızgınlık, kaygı ve korku gibi duygulardır. Ayrıca, sık sık yaşanan duruma kendilerinin neden olduğunu ve birçok anne babanın suçluluk duygusu ifade ettikleri belirtilmiştir (Yurdakul ve diğ. 2000).

Çocuğun hayata gelişinden bir süre sonra ortaya çıkan ya da daha sonra fark edilen engellerden biri de otizmdir. Yaşamın ilk üç yılında ortaya çıkan ve tanı koyulan, yaşam boyu süren otizm, toplumsal ilişki, iletişim ve sosyal etkileşim alanlarında yoğun bozukluk, başkalarıyla ilişki kurma ve geliştirmede engel, konuşmanın gecikmesi ya da hiç olmaması, öğrenme ve sosyal ilişkilerdeki sınırlılık olarak tanımlanır (Darıca, Abidoğlu ve Gümüşçü 2002, Korkmaz 2001). Otizimli çocuğu olan aileler çocuklarının kendi yaşantılarını ne yönde etkileyeceğinin endişesini taşımakta ve çocuklarına karşı neler yapacaklarını bilmemektedirler. Genellikle, otizmi olan çocuğun aile yaşantısına uyumunun sağlanabilmesinde sıkıntılar yaşanmaktadır (Top 2009). Tüm bu yaşananlar otizimli çocuğa sahip olan çiftlerin evlilik doyumunu olumsuz yönde etkilemektedir.

Evlilik doyumunu, kişilerin yaşadıkları ilişkilerinin tamamında hissettikleri öznel mutluluk ve hoşnutluk duygularına denir. Evlilikte yaşanan huzursuzluklar çiftlerin ve çocukların fiziksel ve ruhsal sağlıklarını olumsuz yönde etkiler. Bu nedenle çiftlerin doyum algılaması evlilik için önemli bir noktadır (Güleç 2012). Terry ve Kottman (1995), sağlıklı ailelerdeki eşlerin doyum sağlayan evlilik yaşadıklarını belirtmektedir. Çiftlerin kurduğu etkileşimin, aile olmanın getirdiği görev ve sorumlulukların, birbirlerine gösterilen saygı ve verilen değerin, yaşanan problemlerle başa çıkmanın, boş vakitleri birlikte değerlendirmenin, çiftlerin aile ekonomisine katkıda bulunmasının ve çocuklarla ilgilenebilmenin evlilik içindeki psikolojik doyumunu etkilediğini vurgulamaktadır. Çiftlerin mutlu olabilmeleri için, gerçekleşen evlilikte doyum yaşama ve karşılıklı beklentilerin gerçekleşmesi son derece önemlidir. Bu sebeple, beklenti ve isteklerini ifade edebilmeleri için çiftlerin iletişim halinde olmaları önemlidir (Özgüven 2000).

Otizimli çocuğa sahip ailelerin evlilik doyumunu etkileyen etkenlerden birinin toplumsal yaşamın kısıtlı olmasının olduğu görülmektedir. Çocukları davranış problemi sergiliyorsa onun bakımıyla ilgilenecek bakıcı bulmak zor olabilir ve eşler birlikte vakit geçirmekte zorlanabilmektedirler. Bu da, evliliklerinde sorunların doğmasına sebep olabilmektedir (Aydemir 2015). Aileyi oluşturan üyelerden birinin sahip olduğu engel durumu aile üyelerinin tamamının uyumunu etkilemekte, güçlü bir yapıda olduğu düşünülen ailelerin de düzenleri bozulabilmektedir (Yörükoğlu 1998).

Kaygı, güvensizlik duygusu ile karışık bir heyecan durumudur. Genellikle gelecek ile ilgili kişiyi sıkan ve üzen bir bekleme hali olarak tanımlanır (Öncül 2000). Kaygının, yaşanan ortam dışından kaynaklanan tehlike olasılığı ya da birey tarafından tehlikeli olduğu varsayılan bir olay ya da durum sonucunda yaşanan bir duygu olduğu vurgulanmaktadır (Gürün 1991, Nar 2005). Yüksek seviyede kaygıya sahip kişiler fizyolojik ve psikolojik belirtiler gösterirler. Kaygı süreklilik gösterdiği ve şiddetinde artış olduğu zaman sorun olarak kişilerin karşısına çıkmaktadır (Cüceloğlu 1997).

Kaygı, kişiyi etkisi altına alan duygusal tepkilerden biridir ve ailelerin kaygı düzeyi yükseldikçe hata yapma olasılığı artarak çocuklarına ve ailesine yarar yerine zararı dokunacaktır. Çünkü çocuğunu tanıyan ve onun ihtiyaçlarını karşılayan aile, duygusal açıdan ne kadar rahat olursa çocuğuna da o oranda yardımcı olacaktır (Tık-Yakar 2015). Aileler ile yapılan çalışmalara bakıldığında gelişimsel yetersizliği olan çocuğa sahip ailelerin depresyon ve kaygı düzeylerinin diğer aileler ile karşılaştırıldığında daha yüksek seviyede olduklarını gösteren sonuçlar bulunmaktadır (Öksüz 2008).

Stresli ve zorlu yaşam olayı olarak görülen otizmlili çocuğa sahip olan bireylerin yaşamlarını kolaylaştıracak bir takım koruyucu faktörlere ihtiyaç duymaktadır. Bu noktada yaşanan zorluklar karşısında güçlü durmak ve ardından toparlanmak olarak dile getirilen ve olumlu uyumu içeren dinamik bir süreç olarak tanımlanan yılmazlık karşımıza çıkmaktadır (Luthar, Cicchetti ve Becker 2000).

Bir diğer tanıma göre yılmazlık, kişinin hayata tutunması, karşılaştığı stresli durumlarla daha etkili bir şekilde baş etmesi ve yaşanan stresli olay karşısında sağlıklı bir uyumun gerçekleşmesidir (Sağlam 2012).

Kronenbeger ve Thompson'ın (1992) çalışmasında otizmlili çocuğu olan annelerin normal gelişim gösteren çocuğu olan annelere oranla daha fazla ruhsal sorunlarla karşı karşıya geldiği fakat ilişkisel yılmazlık seviyelerinin anneden anneye farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Yapılan başka bir araştırmanın bulguları ise, özel gereksinimli çocuğu olan anneler ile normal gelişim gösteren çocuğu olan annelerin ilişkisel yılmazlık, mutluluk ve iyi olma hali puan ortalamaları bakımından istatistiksel bakımdan anlamlı seviyede farklılaştığını göstermiştir (Arıcı Özcan, Eroğlu ve Peker 2015).

Otizimli bir çocuğa sahip olarak sosyal ve duygusal yaşantıları olumsuz olarak etkilenen çiftlerin psikolojik desteğe ihtiyaçlarının olacağı açıktır. Yaşanılan güçlüklerle başa çıkmaya çalışan çiftler, tıkaandıkları noktada çıkış yolları aramaya başlar ve anne-baba, arkadaş, kardeş, akraba, öğretmen veya uzman yardımına ihtiyaç duyabilmektedirler (Özdemir 2012). Husaini, Moorre ve Cain'in (1994) tanımına göre yardım arama; bireyin yaşadığı ve kendi çabalarıyla atlatmayı başaramadığı psikolojik sorunların üstesinden gelmek amacıyla ilgili uzman ya da uzman olmayan kaynaklardan destek istemesidir. Ayrıca, bireyin gereksinim hissettiğinde profesyonel yardım alabilmesinin psikolojik sağlığına kavuşmasında etkin bir rol oynadığını vurgulamaktadırlar.

Birçok insan hayatın karşısına çıkardıkları değişikliklere kendi çabası, yakın arkadaşları ya da inançlarından dolayı uyum sağlayabilmektedir. Bir diğer nokta ise; bu yardımlara rağmen yaşanan problem öyle bir noktaya gelebilir ki, uzman/profesyonel bir kişinin yol göstermesi gerekebilir (Hackney ve Cormier 2008). Bu bağlamda bireyin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumu önem arz etmektedir. Bu çalışma ile otizimli çocuğu olan çiftlerin kaygı, ilişkisel yılmazlık ve psikolojik yardım alma tutumlarını demografik bilgilerine göre inceleyerek, bu çiftlerin otizimli çocuğa sahip olmanın evlilik doyumlarını nasıl etkilediğini anlama imkânımız olacaktır.

1.2 ARAŞTIRMANIN AMACI VE SORULARI

Bu çalışmanın asıl amacı otizimli çocuğa sahip olan çiftlerin evlilik doyumu, kaygı, ilişkisel yılmazlık ve psikolojik yardım alma tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Çalışmanın ikinci amacı ise otizimli çocuğa sahip olan çiftlerin evlilik doyumunu etkileyen faktörlerin bazı değişkenlere göre araştırılmasıdır.

Bu kapsamda aşağıdaki alt problemlere cevap aranmıştır.

A. Otizimli çocuğa sahip olan çiftlerin evlilik doyumu toplam puanları

a. Cinsiyete göre değişmekte midir?

b. Eğitim düzeyine göre değişmekte midir?

- c. Gelir durumuna göre değişmekte midir?
- d. Normal gelişim gösteren çocuk sahibi olup olmamaya göre değişmekte midir?
- e. Şu an psikolojik destek ihtiyacı olup olmamasına göre değişmekte midir?
- f. Sürekli kaygı düzeyine göre değişmekte midir?
- g. İlişkisel yılmazlık düzeyine göre değişmekte midir?
- h. Psikolojik yardım almaya ilişkin tutumuna göre değişmekte midir?

B. Otizmlı çocuğa sahip olan çiftlerin evlilik uyumu, kaygı, ilişkisel yılmazlık ve psikolojik yardım alma tutumu arasında ilişki var mıdır?

1.3 ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Aile, toplumun en küçük yapı taşıdır. Her ülkede var olan kültür ve dinamiklerin başı, ilk olarak aileden gelmekte ve ailenin çocuğa verdiği eğitim ile çocuklar bir birey olarak toplum hayatına karışmaktadır. Bireylerin sağlıklı olarak yetişip toplum içerisine karışabilmesi için ailelere, ailelerin de kendi içerisinde güçlü ilişkilere ihtiyacı vardır.

Bireyler, yetişkinliğe kadar geçen sürede yalnız yaşar ve toplum içerisinde kendilerine bir yer ararlar ancak her birey hayatın tüm güzelliklerini, zorluklarını, sorumluluklarını beraber yaşayacağı birisiyle hayatını birleştirmek, evlenmek ve aile olmak ister. Çocuk, her ne kadar aileye farklı bir heyecan getirse de, çiftlerin ayrıca bir sorumlulukları olarak var olmakta ve hayatlarını şekillendirmektedir. Çocuğun ebeveynlere getirdiği stres, otizm tanısı konulan çocuklu ailelerde farklı bir boyuta ulaşmakta, çoğu zaman kabul etmeme davranışının ailede gözlemlenmesine ve farklı duygusal tepkilerin oluşmasına yol açmaktadır. Aileye otizmlı bir çocuğun eklenmesiyle çiftlerin, bu durumda yaşadığı kaygı düzeyleri ve sorumlulukları da artmakta, hayatlarını çocuklarına göre yaşamaya başlamaktadırlar. Çünkü engelli bir çocuğa sahip olmak aileye, normal gelişim gösteren bir çocuğa sahip olmaktan daha fazla sorumluluk

yüklemektedir. Ailenin yaşamı genellikle engelli çocuğun ihtiyaçları çevresinde dönmektedir (Köksal ve Kabasakal 2010).

Bu araştırmada, otizmlili çocuğu olan çiftlerin evlilik doyumu, kaygı, ilişkiisel yılmazlık ve psikolojik yardım alma tutumları arasındaki ilişki incelenecektir. Her bireyin mutlu olmak, hayatı paylaşmak adına birlikte karar verdikleri evliliğin, doyuma ulaşması her evli çift için önem arz etmektedir. Otizmlili çocuğa sahip olan ebeveynlerin, evlilik doyumları inceleyen çok sayıda araştırma olduğu görölmektedir. Ancak, evlilik doyumunu etkileyen faktörler olarak aile bireylerinin başa çıkma biçimleri ve algılanan sosyal destek mekanizmaları incelenirken, ilişkiisel yılmazlık ve psikolojik yardım alma tutumunun incelendiği araştırmalara rastlanmamıştır. Zorlu yaşam olaylarının üstesinden sağlıklı bir şekilde gelme olarak görölen ilişkiisel yılmazlık otizmlili çocuğa sahip olmak gibi zorlayıcı bir yaşam olayı ile karşılaşılan bireylerin sahip olması gereken özelliklerden biri olarak görölmektedir. Bu araştırmanın diğer araştırmalara da yön vereceğine inanılmaktadır. Buna ek olarak, otizmlili çocuğa sahip ailelerin ve alanda emek harcayan meslek elemanlarının ailelerin kabullenme süreçlerindeki farkındalıklarının artmasına katkı sağlayacağı düşünölmektedir.

1.4 ARAŞTIRMANIN SAYILTILARI/VARSAYIMLARI

Deneklerin, ankete samimi cevaplar verdikleri düşünölmektedir.

1.5 ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

Araştırma örneklemini İstanbul ilindeki Tohum Türkiye Otizm Erken Tanı ve Eğitim Vakfı'nda ve NOVA Özel Eğitim Merkezi'nde eğitimine devam eden otizm tanısı almış 2-19 yaş aralığındaki çocukların aileleriyle sınırlıdır.

Araştırma verileri, Evlilik Yaşam Ölçeği, Spielberger Sürekli Kaygı Envanteri, İlişkiisel Yılmazlık Ölçeği, Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeğine verilen cevaplar ile sınırlıdır.

1.6 TANIMLAR

Otizm: A. O esnada ya da öyküden alınan bilgiler doğrultusunda, aşağıdaki belirtilerle kendini gösteren, farklı biçimleriyle toplumsal iletişim ve toplumsal etkileşimde devam eden eksikliklerdir:

- i. Sözelimi, olağandışı toplumsal yaklaşım ve karşılıklı konuşmamaktan, ilgilerini, duygularını ya da duygulanımını paylaşamamaya, toplumsal etkileşimi başlatamamaya ya da toplumsal etkileşime girememeye kadar değişen aralıkta, toplumsal-duygusal karşılıklık eksikliği.
- ii. Sözelimi, sözel ve sözel olmayan tümleşik iletişim yetersizliğinden, göz teması ve beden dilinde olağandışılıklara ya da el-kol devinimlerini anlama ve kullanma eksikliklerine, yüz ifadesinin ve sözel olmayan iletişimin hiç olmamasına kadar değişen aralıkta, toplumsal etkileşimde kullanılan sözsüz iletişim davranışlarında eksiklik.
- iii. Sözelimi, değişik toplumsal ortamlara göre davranışlarını ayarlama güçlüklerinden, imgesel oyunu paylaşma ya da arkadaş edinme güçlüklerine, yaşıtlarına ilgi göstermemeye kadar değişen aralıkta, ilişkiler kurma, ilişkilerini devam ettirme ve ilişkilerini anlama eksiklikleri.

B. O sırada ya da öyküden alınan bilgiler doğrultusunda, aşağıdakilerden en az ikisi ile kendini gösteren, sınırlı, yineleyici davranış örüntüleri, ilgiler ya da eksikliklerdir.

- i. Basmakalıp ya da yineleyici devinsel eylemler, nesne kullanımları ya da konuşmada kendine özgü deyişler.
- ii. Aynılık konusunda direnme, sıradanlık dışına çıkılmasına esneklik gösterememe ya da törensel sözel ya da sözel olmayan davranışlar.
- iii. Yoğunluğu ve odağı olağandışı olan, ileri derecede kısıtlı, değişkenlik göstermeyen ilgi alanları.

- iv. Duyusal girdilere karşı çok yüksek ya da düşük düzeyde tepki gösterme ya da çevrenin duyusal yanlarına olağandışı bir ilgi gösterme.

C. Belirtiler erken gelişim döneminde başlamış olmalıdır.

D. Belirtiler toplumsal alanlarda, işle ilgili alanlarda ya da diğer işlevsellik alanlarda klinik açıdan belirgin bir bozulmaya neden olur.

E. Bu bozukluklar, anlıksal yetiyitimi ya da genel gelişimsel gecikme ile daha iyi açıklanamaz. Anlıksal yetiyitimi ve otizm açılımı kapsamında bozukluk sıklıkla bir arada ortaya çıkar. Otizm açılımı kapsamında bozukluk ve anlıksal yetiyitimi eştanı tanısı koymak için toplumsal iletişim, genel gelişim düzeyine göre beklenenin altında olmalıdır (DSM 5 2013).

Evlilik Doyumu: Kişinin içinde bulunduğu evliliğindeki gereksinimlerini gidermeye yönelik yarattığı izlenim (Tezer 1996).

Kaygı: Kaygı, geleceğe yönelik hoş olmayan heyecansal endişe ve sıkıntı hali olup, benliğin kendini tehdit altında hissettiği bir gerilim ve duygulanımdır (Tütüncüoğlu ve Balkan 2013).

İlişkisel Yılmazlık: Olumsuz durumların üstesinden gelmede çiftlerin göstermiş olduğu yetenek (Venter ve Snyders 2009).

Psikolojik Yardım Alma Tutumu: Bireyin ruh sağlığının tehdit altında olduğunu hissetmesi durumunda, profesyonel psikolojik yardım veren kaynaklardan yardım almaya yönelik bilişsel, duyuşsal ve davranışsal eğilimlerinin tamamıdır (Kushner ve Sher 1991).

2. LİTERATÜR TARAMASI

2.1 OTİZM

2.1.1 Otizm Tanımı, Belirtileri ve Sıklığı

Otizm; çeşitli sebeplerden dolayı çocukluğun ilk üç yılında ortaya çıkan, içe kapanıklık, dili öğrenememe, değişikliklere aşırı tepki, somut olmayan kavramları öğrenmede güçlük, konuşulanları algılayamama, zaman kavramını öğrenmede zorlanma ve çevresiyle ilişkilerin sınırlı olması gibi belirtileri olan bir gelişimsel bozukluk olarak tanımlanmaktadır (Özbey 2005).

İlk olarak Leo Kanner 1943 yılında otizmi tanımlamıştır. Kanner'e (1943) göre otizmin sebebi "buzdolabı anne-babaların" yani ilgisiz ve soğuk anne-babaların, çocuklarına güvenli ve mutlu bir hayat verememesinden kaynaklanmaktaydı. Kanner (1943), otizme neyin neden olduğuna karar verememiş, psikolojik ya da biyolojik olduğunu düşünmüştür. 1970'li yıllarda ise ebeveynlerin katı ve soğuk olması görüşüne, çocuğun ilişki kurma ve geliştirmedeki yetersizlikleri eklenmiştir (Sencar 2007). Kanner'in dışında 1944 yılında Viyanalı çocuk hekimi Hans Asperger de otizmi, yaklaşık 10.000 çocuktan dördünde doğumdan sonraki ilk 3 yılda belirti gösteren, davranışsal bir sendrom olarak adlandırmıştır (Akt. Alpaytaç 2007).

Kanner ve Asperger'in otizmle ilgili yaptıkları çalışmalar sonucunda bir takım sonuçlar elde edilmiştir (Ar 2014).

Kanner'e (1943) göre otizmin aşağıdaki üç karakteristik özelliği vardı;

- a. Otistik yalnızlık
- b. Değişikliklere karşı olma
- c. Yetenek çokluğu

Asperger (1944), yapmış olduğu araştırmalar sonunda otizimli bireylerdeki özellikleri şöyle sıralamıştır:

- a. Girdiği sosyal grupla kaynaşamama
- b. Göz kontağı kuramama
- c. Mimik ve jestleri doğru şekilde kullanamama
- d. Konuşma dilini farklı biçimde kullanma
- e. Bir öğretmen ya da yetişkinden bir şey öğrenmek için hazır olamama
- f. Sınırlı ve yetersiz ilgi alanı
- g. İleri derece soyut mantıksal düşünme yetisi
- h. Kendine özgü kelimeler yaratabilme

Otizmin görölme sıklığı ile ilgili olarak yapılan çalışmaların ardından pek çok çalışma gerçekteşirilmiş ve günümüze kadar gerçekteşirilen birçok çalışmada yaygınlık oranlarında giderek artan bir oran görölmüştür (Fombonne 2005).

Judith Gould ve Wing (1970) tarafından gerçekteşirilen araştırmanın bulguları 10,000 çocuk arasında 22 çocukta otistik belirtiler gözlendiğini belirlemiştir. 1986 yılında Gilberg'in otizmin görölme sıklığıyla ilgili aynı sayıları elde ettiğini söyleyen Wing, bugün dünyaya gelen her 10,000 çocukta 58 gibi bir sayıya ulaşıldığını ifade etmektedir (Persson 2000).

Geçen yılların ardından otizmin 2500'de 1 olarak ortaya çıkan görölme sıklığı değerinin 1000'de 1 civarında olduğu; buna ek olarak otizmin birçok yelpazeyi de kapsayan tanımı göz önüne alındığında bu oranın 500'de 1'e ulaştığı düşünölmektedir (Korkmaz 2005).

Otizmin, erkek çocuklarda görülme oranının kız çocuklarda görülme oranına göre 3-4 kat daha fazla olduğunu görüyoruz (Persson 2000). Genetik faktörleri vurgulayan bir çalışmanın neticesine göre ise; erken bebeklik otizmi olan çocukların kardeşlerinde otizm görülme ihtimali genel popülasyona göre 50 kez daha yüksektir (Öztürk 2001).

2.1.2 Otizme Neden Olan Faktörler

Otizmin tek bir nedeninin olmadığı ve kesin olarak neyin etkilediği hala bilinmemekle birlikte, her geçen gün yeni bir açıklama ortaya sürülmektedir. Otizmin nedenleriyle ilgili çalışmalarda bilim adamları, otistik erkek çocukların DNA'sının belli kısımlarının silinmiş olduğu bir kromozom tanımlamışlardır. 15. kromozomda DNA'nın 1000 blokluk kısmının silindiği bulgusu elde edilmiş ve tespit edilen bu silinmenin diğer otizimli çocuklarda da ortaya çıkıp çıkmadığı araştırılmaktadır (Yanardağ 2007). Otizmin genetik bir temeli olduğunu düşündüren etken ise, otizmin erkek çocuklarda daha fazla rastlanması ve genetik hastalıklarda otizme dair belirtilerin görülüyor olmasıdır. Otizme neden olan tek bir gen bulunmamakla birlikte, birden fazla genin otizmde etkili olduğuna dair araştırmalarla öne sürülmüş birçok kanıt bulunmaktadır (Fazlıoğlu ve Yurdakul 2005). Ancak, Korkmaz'a (2005) göre, 1998 yılında 7. kromozomda konuşma yetisi ile ilgili bir gen bulunması neticesinde, konuşma bozukluklarının ve sahip olunan bu bozuklukların devam etme durumu bu genlerin sorumlu olabilirliliğini artırmakla birlikte hangi genlerin son derece önemli olduğu ve gelişime hangi şekilde etki gösterdiği bilinmemektedir.

Psikojenik teoriye göre ise otizmin sebebi; anne-çocuk ilişkisinde çocuğun annenin davranışlarını soğuk ve reddedici olarak görmesinden dolayı meydana gelen, geri çekilme davranışı olarak görülmektedir (Aksüt 2001).

2.1.3 Otizimli Çocukların Özellikleri

Sosyal becerilerin, gelişim sürecini ele aldığımızda normal gelişim gösteren çocuklarda kendiliğinden gelişen ve çevresiyle etkileşime girmesi sonucunda kazanılan beceriler olduğunu görmekteyiz. Normal gelişen çocuklar, çevreninde katkılarıyla bu özelliklerini kullanarak toplumsallaşır. Ancak otizimli çocuklarda bu özellikler için gerekli olan

nörobiyolojik mekanizmalarda hasar ortaya çıktığı için bu toplumsal becerileri kendiliğinden kazanamazlar (Frith 2001). Yapılan araştırmalarda otizmliler iki tip davranış sergiledikleri ortaya çıkmıştır. Bu davranışlardan biri; devamlı ağlama ve huysuzluk, diğeri ise; tüm gününü yatakta hiçbir tepki göstermeden geçirmeleridir (Öksüz 2008).

İlerleyen yaşlarda, otizmliler normal gelişim gösteren çocuklardan ayırt edici özellikler ortaya çıkmakta ve çocukların gelişimine bağlı olarak otistik özellikler çeşitlenmektedir. Özellikle 2-5 yaş dönemi, otistik özelliklerin belirgin olduğu, tanı için çok önemli bir dönemdir. Rutinlere bağlı olma, söylenen şeylerin tekrar edilmesi, yeme-içme problemleri, işitsel uyarılara karşı aşırı tepki gösterme ya da duymazdan gelme, hareket eden nesnelere ilgili olma, değişiklik durumlarında aşırı korku içinde olmaları, çevresindeki kişilerle iletişime geçmekten kaçınmaları, hayal gücünün ve taklit becerilerinde yetersizlik göstermeleri ve buna bağlı olarak sosyal oyun becerilerinin gelişmemesi otizmliler kendi yaşlılarından ayıran tepkiler olarak görülmektedir (Kanner 1971).

Otizmliler çocukların zihinsel becerileri ele alındığında; olayları anlamlandırma, empati kuramama, genelleme becerilerinde eksiklik, dikkatini uzun süre sürdürememe gibi güçlüklerin var olduğunu görmekteyiz (Özbey 2005). Klinik çalışmalarda, otizmliler çocukların zeka seviyeleri düştükçe davranış bozukluklarının meydana gelme olasılığının arttığını göstermektedir (Kaplan ve Sadock 2004).

Otizmliler çocuklarda belirli alanlarda üstün yeteneklerin olabileceği ancak bu yeteneklerin diğer alanlarla bir uyum içinde değildir. Örneğin; kitabı bir kez okuyarak tamamını ezberleyebilir ama iletişim kurmak için cümle kuramayabilir (Özbey 2005). Otizmliler çocuklarda bulunduğu ifade edilen üstün yetenekler çoğunlukla soyutlama yetisi gerektirmeyen ve yalnızca belleğe dayalı uçuş-tren tarifeleri, arabaların plakaları, tarihi olayların gün ve yerleri, kimyasal formüller ve telefon defterindeki numaraların akılda tutulması gibi özelliklerdir (Gillberg ve Coleman 1992).

Otizmliler çocuklar çevrelerindeki kişilerle iletişim başlatma, sürdürme ve sonlandırmada bazı zorluklar yaşamaktadırlar. Konuşma becerisinin gelişimindeki gerilikler nedeni ile

iletişim kurmada yeterli olamama ve sınırlı iletişim ortaya çıkmaktadır (Darıca, Abidoğlu ve Gümüşçü 2002). Dil gelişimin geç gerçekleşmesi ya da dil gelişiminin hiç olmaması, şahıs zamirlerini kullanırken zorlanma, iletişim başlatamama ve sürdürmememe, konuşma sırasında kendine has dil kullanma ya da vurgulamalardaki bozukluklar dil gelişiminde ve iletişimde karşılaşılan yetersizliklerdir (Bodur ve Soysal 2004).

Ünal'a (2006) göre, otizmlı çocuklar birbirlerinden farklı özellikler barındırırlar ve gelişimsel özellikleri sebebiyle ağırdan hafife doğru geniş bir yelpazede değerlendirilirler. Kimi özellikler bazılarında fazla gözlemlenirken bazılarında daha az gözlemlenebilir. Sahip olunan bu özellikler zamanla kaybolabilir veya yerini başka özellikler alabilir.

2.2 EVLİLİK DOYUMU

Evlilik doyumunu, evliliğin sürmesinde, ilişki kalitesinin belirlenmesinde, ilişkinin geleceğini kestirebilmede ve incinme durumlarında kişilerin vereceği tepkilerin ele alınmasında önemli bir değişkendir (Alpay 2009). Evlilikte yaşanan doyum, beklentilerin gerçekleşmesi ve bireylerin mutlu olması bakımından oldukça önemlidir. Çiftlerin, evlilik doyumunun gerçekleşmediği durumlarda çoğunlukla evliliklerini boşanma ile sonuçlandırıldığını ve bu durumun hem çiftleri, hem de çiftlerin çocuklarını negatif yönde etkilediği araştırmacılar tarafından dile getirilmiştir (Sevim 1999, Goleman 2000 ve Güven 2005).

Çelik (2006) bireyin maddi ve manevi doyum sağlamasında, görev ve sorumluluklarını kendisinden beklenen şekilde yerine getirmesinde ve yaşadığı çevreye uyum sağlayarak faydalı bir birey olabilmesinde içinde bulunduğu evlilik ilişkisinin önemli etkisi olduğunu ileri sürmektedir. Bireylerin sağlıklı bir evlilik ile mutlu ve doyumlu bir yaşama daha kolay ulaşabileceği düşünüldüğünde, sağlıklı bir evliliğin bireylerin yaşam kalitesini arttırmadaki rolü açıkça ortaya çıkmaktadır. Dolayısıyla evlilik başarısını destekleyen en önemli kavramlardan birinin evlilik doyumunu olduğu görülmektedir (Çağ ve Yıldırım 2013).

Evlilik doyumu, birçok şekilde tanımlanmaktadır. Spanier ve Lewis (1980) evlilik doyumunu; kişinin evlilikteki ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik yarattığı algı olarak tanımlamaktadır. Bu durum, gerçekleştirilen evlilikle elde edilen genel bir doyumunu gösterdiği gibi, evlilikte yaşanan cinsellikten ve arkadaşlıktan elde edilen daha özel doyumları da göstermektedir.

Özgüven'e (2000) göre ise evlilik doyumu, gerçekleştirilen mutlu evlilik, birden fazla konuda çiftlerin fikirbirliğine ulaşabildikleri stres ve kaygı barındırmayan bir ilişki biçimidir. Evlilik doyumu, bireyin karşı cinsle ilişkisine bağlı olarak hissettiği tatmin olma ve mutluluk duyma duygusunun seviyesidir (Nichols 2005).

Kişinin evliliğindeki duyguları, evliliğine dönük bakışı ve algısı evlilik doyumunu açıklamaktadır. Bireyin evliliğinin güçlü olduğu evlilik doyumuna ve evlilik kalitesine bakarak anlaşılabilir (Kirby 2005).

Evlilik ilk günden itibaren her biri diğerinden farklı üç periyoda ayrılmaktadır. İlk periyotta, çiftlerin ilişkisinde sevgi dolu duygular yer almaktadır ve evlilik doyumunun yüksek olduğu görülmektedir. Ardından karşılıklı olarak kişiliklerin çatıştığı periyot başlamaktadır. Eğer çiftler içinde oldukları dönemin üstesinden gelirlerse bu çatışmaları aşabilmektedirler. Bu iki dönemin akabinde bağlılık periyodu karşımıza çıkmaktadır. Bu dönemde evlilikten önce hissedilen aşk devam etmektedir ve evlilik süreci iyi bir şekilde ilerliyorsa hissedilen aşk yerini sevgi ve saygıya bırakmaktadır. Bu nedenle aşk ve arkadaşlığın bir arada olduğu birliktelikler en uygun birliktelik olarak görülmektedir. Aşkın zamanla kaybolması gerçekleştirilen evlilikle ilgili değil, çiftlerin aşklarını besleyip büyütememesi ile ilişkilidir (Tarhan 2006). Bu nedenle çiftler evliliklerindeki bu hassas dönemlerin sağlıklı bir şekilde üstesinden gelip ilişkilerini doyurmaktan vazgeçemedikleri sürece evlilik doyumları her zaman yüksek kalır (Akça-Koca 2013).

80'li senelerin sonuna doğru yapılan araştırmalarda evlilikle ilgili işlevsel olmayan inançlar, hayali beklentiler, çiftler arasındaki iletişim gibi evlilik doyumunu etkileyen çeşitli konulara değinilmiştir (Fincham ve Bradbury 1990). Evlilik doyumunu etkileyen faktörleri araştıran daha birçok araştırma vardır. Evlilik doyumuyla yakınlık ilişkisinde anlamlı ve pozitif açıdan bir bağlantının varlığı (Goodman 1999), ev işinin paylaşılması

gerektiğini düşünen kadınların evlilik doyumunun daha yüksek görüldüğü (Hasta 1996), çocukları olan çiftlerin evlilik doyumunun düştüğü (Twenge, Campel ve Foster 2003), iş hayatında yer alan kadınların üstlendiği görevlerinin çoğalması sebebiyle, çalışmanın evlilik doyumunda düşüşe sebep olabildiği (Maasen van den Brink ve Groot 1994, Khan 2004) ve kimi araştırmalarda ise tam tersi olarak, kadının çalışıyor olmasının, ev işleri ve görevlerinden sıyrılmasına neden olması sebebiyle evlilik doyumunu yükselttiği saptanmıştır (Tezer 1994, Kielcolt 2003). Blum ve Mehrabian (1999) evlilik doyumunun önemli öğelerinden birinin iyi huyluluk olduğunu, iyi uyum sergileyen kişilerin ve iyi uyum sergileyen eşleri olan kişilerin yaşadıkları evliliklerinden daha yüksek doyum aldıklarını vurgulamaktadırlar. Roizblatt ve arkadaşları (1999) da evlilik doyumunun önemli unsurları olarak; güven, aşk ve bağlılık olduğunu belirtmektedirler.

Tarhan'a (2005) göre evlilik doyumunu etkileyen bazı psikolojik ihtiyaçlar vardır. Bunlar:

- a. Sevme ve sevilme
- b. Güvenme ve güvenilme
- c. İlgi ve destek görme, istendiğini hissetme
- d. Terk edilmeyeceğine inanma
- e. Önem ve değer verilme
- f. Güvenlik ve korunma
- g. İletişimde açıklık
- h. Cinsel mutluluk
- ı. Şahsi özgürlük
- i. Anne-baba olma

j. Eğlenceli vakit ve finansal eşitlik

k. Kendini geliştirme ve manevi değerler

Evli kişiler evliliklerini korumaya ve geliştirmeye dönük kendi üzerlerine düşen görevleri yerine getirmediklerinde yukarıdaki psikolojik ihtiyaçlar zedelenmekte ve sonuç olarak da evlilik doyumu azalmaktadır.

2.2.1 Evlilik Doyumunu Etkileyen Risk Faktörleri

Evlilik doyumunu etkileyen psikolojik ihtiyaçların dışında evlilik doyumunu olumsuz yönde etkileyebilecek risk faktörleri de vardır. Bu risk faktörleri ikiye ayrılmaktadır. Bunlar; dinamik risk faktörleri ve statik risk faktörleridir. Statik risk faktörlerinin etkisini azaltmak için yapılabilecek bir şey yoktur ancak dinamik risk faktörlerinin etkisi vakit ayırıp düşünülerek, bazı tercihler yapılarak ve gereken çaba gösterilerek üstesinden gelinebilir (Sayar 2006).

Evlilikte statik risk faktörleri:

- a. Sorunlara ve hayal kırıklıklarına karşı güçlü ya da savunmacı bir tepki verme özelliğine/yatkınlığına sahip olma.
- b. Boşanmış anne-babaya sahip olma.
- c. Evlilik öncesinde birlikte yaşama.
- d. Önceki evliliğin boşanmayla sonuçlanması.
- e. Farklı dinsel geçmişe ve tecrübelere sahip olma.
- f. Çok erken yaşta evlenme.
- g. Evlilikten önce birbirini iyice tanıyamama.

h. Maddi açıdan zorluk çekiyor olma.

Evlilikte dinamik risk faktörleri:

a. Karşılıklı olarak kırıncı bir tarzda konuşma ve kavga etme.

b. Aynı fikirde olunmadığı zamanlarda iletişimde yaşanan güçlük.

c. Anlaşmazlıkları birlikte çözmede güçlük.

d. Önemli konularda gösterilen farklı tutumlar.

e. Birbirine az duyulan bağlılık, sorumluluk.

f. İnanışları birlikte yaşayamamaktan dolayı ortaya çıkan sorunlar (Sayar 2006).

South ve Lloyd (1995) bunların dışında cinsiyet, kültür, cinsel uyum, çocuk sayısı, eğitim ve evlenme biçiminin de evliliği etkileyen faktörler olarak ele alınması gerektiğini dile getirmiştir.

2.2.2 Evlilik Doyumunu Etkileyen Faktörler

Evlilik doyumunda değişikliklere neden olan bir değişken cinsiyettir. Cinsiyet değişkenine ek olarak, evlilik süresi, eğitim durumu gibi değişkenlerin de evlilik doyumunu etkilediği düşünülmektedir. Evlilikte yaşanan problemlerin çözümleniş şekli evlilik doyumunda etkili olan başka bir değişken olarak sayılabilir. Her evlilikte problemler görülebilir, ancak yaşanan problemi çiftlerin nasıl çözdükleri önemlidir (Üncü 2007).

Cinsiyete göre evlilik doyumuna bakıldığında, erkeklere oranla duygusal çeşitliliği daha yoğun ve hareketli yaşayan kadınlar, erkeklerden daha duygusaldır (Goleman 2000). Genç evli çiftlerde kadınlar olumsuz yönde duyguları erkeklere göre daha fazla yaşarlar. Kadınlar eşlerine oranla daha öfkeli, daha fazla üzgün, daha çok nazlanan ve aynı zamanda da daha neşeli olan taraftırlar. Erkekler eşlerine göre az oranda duygusallık

sergileyen, fazlaca savunma gösteren, kendi içine dönük taraftır. Erkekler ayrıca, daha yüksek savunma seviyesine sahiptir. Erkeklerin ve kadınların evlilik doyumlarının birbirlerinden farklı olduğu görülmektedir. Cinsiyet faktörü, evlilikte çiftlerin rollerinin ne şekilde olması gerektiği hakkında önemli bir belirleyici olduğu söylenebilir (Bremer 1997).

Evlilikler ile ilgili yapılan araştırmada, erkeklerin evliliklerindeki neredeyse her şeyi (mali durum, cinsellik, kadınlar ile olan ilişkiler, eşleriyle olan iletişimlerini, yaptıkları hatalar gibi) eşlerine kıyasla daha az ciddiye aldıkları görülmüştür. Mutsuz evliliklerdeki kadınlar ise, genellikle memnun olmadıkları durumları eşlerinden daha çok ifade etmektedirler (Goleman 2000).

Evlilik süresine göre evlilik doyumu inceleyen Bowman (1990) evliliğin süresi, sahip olunan çocuk sayısı gibi değişkenlerin evlilikteki önemini vurgulamıştır. Evliliğin ilk iki yılında sonra çiftler arasındaki evlilik doyumunun azaldığı, ancak çocukların dünyaya gelmesiyle birlikte doyumun tekrar artmaya başladığını dile getirmiştir.

Dökmen, Tokgöz (2002) ve Abalı'nın (2006) yaptıkları araştırmalar, evlilik doyumundaki artışa eğitim düzeyindeki yükselişin eşlik ettiğini göstermektedir. Eğitim seviyesinin yükselmesiyle bireylerin iletişim kurma becerilerinde ve problemleri çözme becerilerinde artış gösterebileceği savunulmaktadır.

Evlilik doyumunu belirleyen faktörlerin öne çıkanlardan bir diğeri de evlilik içinde yaşanan problemlerin çözümüdür. Evlilik boyunca hiç tartışma çıkmayacağı fikri gerçek dışıdır, uygun problem çözme fikirlerinin uygulanması evlilik için onarıcı ve pozitif sonuçlar meydana getirmektedir (Hünler ve Gençöz 2003).

2.2.3 Evlilik Doyumu Kuramsal Yaklaşımlar

Çiftler arası ilişkilerde ve evlilik doyumunda bir takım kuramsal yaklaşımlardan bahsedilmektedir. Evlilik doyumu bakımından çiftler arası ilişkileri açıklayan modeller aşağıdaki gibidir (Akt. Üncü 2007):

a. Öğrenme Kuramı (Cairns ve Gewirtz 1972): Bireylerin birbirleriyle kurdukları yakın ilişkiler, karşılıklı fayda sağlamaya dayalıdır ve bu fayda ilişkisi bireylerin erişkinlik yıllarında kuracağı ilişkiler için de geçerliliğini korumaktadır. Evlilikte de, eşlerin karşılıklı davranış ve algılamalarında geçmişte öğrendikleri bu tecrübeler de etkili olabilmektedir.

b. Sosyal Mübadele Kuramı: Thibaut ve Kelley (1959)'in kuramı olarak bilinmektedir. Bireyin, ilişkide elde ettiği sonuç, kendisinin belirlediği belli başlı karşılaştırma seviyelerinin üstünde ise birey bu kurduğu ilişkiden memnundur. Bu durumun tam tersi olduğunda, yani belirlediği karşılaştırma seviyelerinin altında olduğu durumlarda, bireyin o ilişkiden edindiği doyum da düşmektedir. Kişilerin, başka ilişki alternatiflerini karşılaştırma seviyesi, yeni bir ilişkiden elde edebileceği ödül-bedel kıyaslamasına bağlıdır.

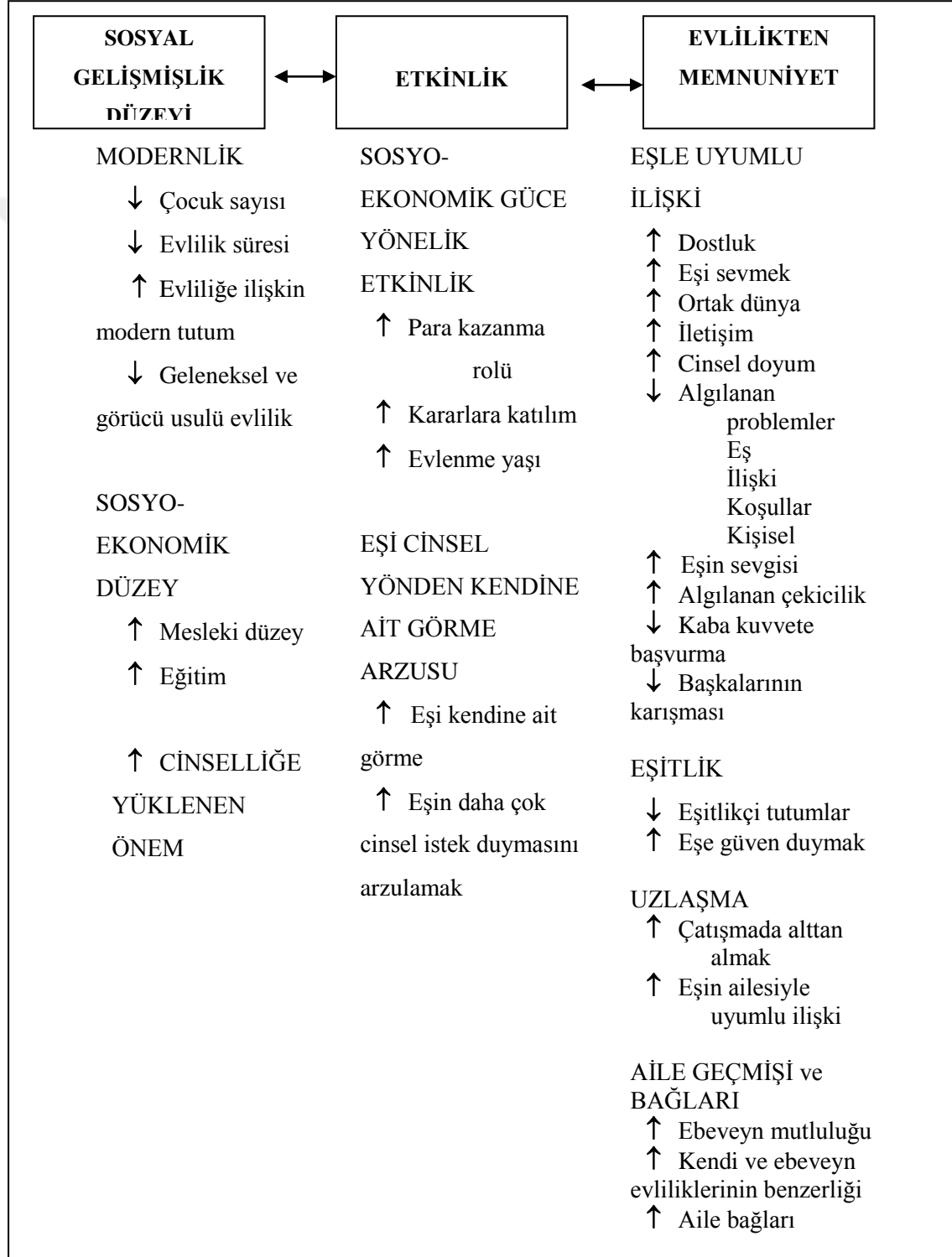
c. Bağlanma Kuramı: Bu kuram, Bowlby (1969)'a ait olan biyolojik kökeni esas alan "Bağlanma Kuramı"dır. Buna göre, ebeveynlerin çocuklarıyla kurdukları ilişkiler sonucunda çocuk, hem kendisi hem de çevresindekiler hakkında çalışan zihinsel temsiller oluşturur ve bu zihinsel temsiller, çocuğun hayatının geri kalan döneminde kuracağı yakın ilişkilerde de model olacaktır.

d. Sevginin Evrimi Kuramı: Wilson'un (1997) kuramına göre, yakın ilişkilerdeki davranışları üç ana içgüdü oluşturmaktadır. İlki, eşe bağımlı davranışın, korunma ihtiyacından doğduğu, bunun da ilk çocukluk yıllarındaki anne figürü tarafından korunma ihtiyacının devamı olduğudur. İkinci içgüdü, çiftlerin birbirlerini yetişkin bireyler olarak gördükleri kadar aynı zamanda çocuk olarak da gördükleri, korunma ihtiyacı kadar birbirlerini koruma ihtiyacı da hissettikleridir. Üçüncü içgüdü ise, cinsel gereksinimlerdir.

e. Kişiler Arası İletişime Dair Sosyal Kuram: Miller ve Steinberg (1975), çiftlerin bilişsel süreçlere göre oluşturulmuş şemalarının ve bilgi birikimlerinin evlilik doyumunu ve evliliğin gücünü etkilediğini savunur.

Yukarıdaki kuramlar dışında Türkiye’de çiftlerin bakış açısına göre evlilik ilişkilerini betimleyen İmamoğlu (1994) ise, “Evlilik İlişkileri Modeli”ni geliştirmiştir (Bakınız Şekil 2.1). Geliştirilen model çiftlerin sosyal gelişmişlik seviyelerini, etkileşimlerini ve evlilikten duydukları memnuniyetlerini kapsamaktadır.

Şekil 2.1: Eşlerin bakış açısına göre evlilik ilişkileri modeli



2.2.4 Engelli Çocuğa Sahip Çiftlerin Evlilik Doyumları

Engelli bir çocukla yaşamı sürdürmek aile üyelerini sosyal, psikolojik ve ekonomik açılardan etkileyebilmektedir. Anne ve baba yaşanan bu zor durum karşısında stres yaşamakla beraber, günlük yaşamın gereklerini yerine getirmekte de zorlanmaktadır. Ebeveynler evlilik ve duygusal ilişkilerinin dışında kişilerarası ilişkilerinde de sorunlar yaşayabilmektedirler. Çocuğun bakımı için gerekli olan zaman, para, enerji ihtiyacı ve bunlarla birlikte gelen duygusal sıkıntılar anne ve babanın stres olmasına sebep olmaktadır (Küçükler 2006). Ekonomik sıkıntılar, bilgi eksikliği, aile üyelerinin değişen rolleri, evlilikte meydana gelen gerginlik, sosyal etkinliklere katılımında azalma, zihinsel engelli bireye karşı toplumun tutumu gibi değişkenler ailelerin yaşadıkları stresi arttırmaktadır (Köksal ve Kabasakal 2012).

Engelli çocukların bakımlarından babalara göre daha fazla sorumlu olan anneler, boş zaman etkinliklerinin kısıtlılığında ve kendilerini engelli çocuklarına adadıklarında dolayı, zaman geçtikçe ailenin diğer fertlerine ve sosyal çevrelerine karşı yabancılaşabilmektedir. Çiftler engelli çocuklarından ötürü birbirlerini suçlamakta ve çiftlerin birbirine karşı eş olma rollerinin kaybedilmesine sebep olmaktadır (Bahar ve ark. 2009).

Zucman'a göre (1982), engelli çocuğa sahip anneler çocuklarının ihtiyaçlarını ve taleplerini gidermeye, çocuklarının ihtiyaçlarını karşılamaya çalışırken, eşlerinin kendilerinden hatta evden uzaklaştıklarını fark edememektedirler. Bu bakımdan ailede varolan engelli bir çocuğun aileyi etkilemenin yanı sıra eşlerin ilişkisini sınamak gibi de bir etkisinin olduğu söylenmektedir (Duygun ve Sezgin 2003).

2.3 KAYGI

2.3.1 Kaygı Tanımı

Otizmlili çocuğu olan ailelerin hissettikleri duyguların başında kendilerine olan güvenlerini yitirmeleri gelmektedir. Bunun nedenlerinden biri, otizmin sebebinin net bir şekilde bilinmemesinden kaynaklanmaktadır. Anne babalar tanımlanamayan bir düzine

davranış ile yüz yüze gelmekte ve ebeveyn olarak kendilerini yeterli hissedememektedirler. Diğer bir sebep ise; anne babanın otizmi kabullenmesi ile beraber, çocuklarının günlük rutin bakımı, topluma entegre edilmesi ve alacağı eğitim için gerekli olan koşulları sağlamak gibi sorumlulukları üstlenmeleridir (Darıca vd. 2002). Buna bağlı olarak otizmi olan çocuğa sahip annelerde sosyal fobi ve depresif belirtiler gibi psikiyatrik bozukluklar sıklıkla görülmektedir (Demir 2000). Engelli çocuğu olan annelerin bunaltı, depresyon ve zorlanma seviyeleri sadece normal gelişim gösteren çocuğu olan annelere oranla daha yüksektir (Uğuz 2004).

Kaygı, insanoğlunun yaşadığı en temel duygulardan biridir. İlk defa Freud tarafından kullanılan bir kavram olan kaygı (Köknel 1989); bunalım, problem, endişe gibi sözcüklerin anlamlarını kapsayan, korkuyu anımsatan, insanda kötü bir haberle karşılaşacakmış gibi kaygı ve sıkıntı yaratan durum olarak tanımlanmaktadır (Kocabaşoğlu 2005). Kimi tanımlar kaygıyı, kaynağının nereden geldiği neredeyse bilinmeyen bir tehlike beklentisi ile sınırlandırarak korkudan ayırır (Kırlı 2000). Kaygının nesnesi yoktur ve taşıdığı bu özellik ile korkudan farklılaşır (Budak 2000). Korkunun vaka ya da kişi olarak nesnesi vardır ancak kaygının bilinen bir nesnesi bulunmamaktadır. Kişinin karşı karşıya geldiği herhangi bir şeyi ya da olayı tehdit olarak algılaması korkuyu doğurur. Aynı duruma gerçeğin dışında anlamlar yüklenmesi ise kaygıya neden olur (Uçar 2004). Kaygıya kişisel anlamlar neden olmaktadır. Korkulan her ne ise herkes için aynı tehdidi oluştursa da kaygıyı kişilerin kendi düşünceleri ortaya çıkarır. Bu nedenle korku nesnel, kaygı ise öznedir (Manav 2010). Kaygı ile ilgili yapılan çalışmalar, kaygının varoluşu ile ilgili temel özellikleri belirtir. Bununla ilgili temel özellikler, çaresizlik ve kontrol dışı durumlardır (Uçar 2004).

Freud kaygıyı; bireylerin fiziksel ya da toplumsal çevre tehlikeleriyle karşı karşıya gelindiğinde; bireyi uyarma, gerekli olan durumlarda uyum sağlaması ve yaşamını sürdürmesine katkıda bulunma hali olarak ifade etmektedir. Ayrıca, normal denebilecek seviyede var olan kaygı bireylerin yaşamlarını sürdürmeleri için şarttır (Geçtan 1981). Kişilik yapısını, davranışları araştıran biyolojik ve fizyolojik kuramlar kaygı kavramını sürekli olarak işlemişlerdir. Bazı bilim adamlarına göre kaygı kişiliği oluşturan ilk ve en önemli güç, bazılarına göre ise kişiliğin yapılanmasında ikincil olarak gerçekleşen ve kişiliğin bireyin hayatındaki gelişiminde, davranışlarının meydana gelmesinde önemli

bir rolü bulunan etken olarak görülmüştür. Kaygının, kuruntu, endişe, telaş, korku, üzüntü gibi baskı ve gerilime yol açan duygu durumu olduğu düşünülmektedir (Köknel 1997).

Başka bir tanıma göre kaygı, bireylerin yoğun olarak yaşadığı korku durumlarında dışa yansıyan belirtiler olarak tanımlanmaktadır. Kaygı, kişilerin hissettikleri tehlike durumlarına karşı gelişen ruhsal bir tepkidir ve bu tepki bireylerde fizyolojik değişiklikler de göstermektedir. (Yörükoğlu 1998).

Kaygının çok olmaması kişiye olumlu anlamda fayda sağlarken, fazla olması durumunda kişinin hayatına olumsuz etki eder ve başarısızlığa sürükleyerek öz saygısının düşük olmasına sebebiyet vermektedir. Kaygının patolojik boyutu, kaygı süresinin ve şiddetinin çok fazla bulunması, kişinin hayatını olumsuz yönde etkilemesi olarak değerlendirilebilir (Fidanoğlu 2006).

Belirli dönemlerde neredeyse herkesin yaşayabileceği kaygı, “Durumluk kaygı” ve “Sürekli kaygı” olmak üzere iki şekilde incelenmektedir. Durumluk kaygı, tehlikeli olarak nitelendirilen durumlar öncesinde ya da olaylar esnasında ortaya çıkan, genellikle mantıki nedenlere bağlı, başkalarınca da sebebi anlaşılabilen ve genellikle her bireyin yaşadığı geçici duruma bağlı kaygı biçimidir. Kimi insanlarda da belirli bir olay ve duruma bağlı olmayan genel ve devamlı kaygılı olma hali bulunmaktadır. Buna da sürekli kaygı denmektedir. İçinde bulunduğu durumdan memnun olmama, genel bir hoşnutsuzluk hali, huzursuz olma, her an başına kötü bir şey gelecekmiş gibi hissetme, kolay incinme ve karamsarlığa bürünme sürekli kaygı seviyesi yüksek kişilerin özellikleridir. Bireyin içinde bulunduğu durumla direk olarak bağdaşmayan, çevreden gelen tehlikelere bağlı olmayan, başkaları tarafından sebebi net bir şekilde anlaşılamayan kaygılar sürekli kaygılardır (Öner ve Le Compte 1985). Bu çalışmada sürekli kaygı incelenecektir.

2.3.2 Kaygı ve Nedenleri

Kaygının nedenlerini Cüceloğlu (2005) şu şekilde sıralamıştır:

Desteğin Çekilmesi: Kişiler, alıştıkları sosyal ortamlarının dışına çıktıklarında ve bu sosyal ortamda alıştıkları desteğin olmaması durumunda kaygı duyar.

Olumsuz Bir Sonucu Beklemek: Kişilerin, kimi davranışları sonucunda olumsuz bir sonuçla karşı karşıya kalma ihtimali kaygı durumlarının oluşmasını sağlar.

İç Çelişki: Kişilerin düşündüğü, önemseydiği bir fikir ile sergiledikleri davranış arasında tutarsızlık olduğu zaman gerçekleşen çelişki durumu kişilerde gerginliğe yol açmakta ve bu durum içinde bulunulan durumdan çıkılana kadar kaygı etkisini sürdürmektedir.

Belirsizlik: Gelecek ile ilgili yeterli bilgiye sahip olamamak ve yaşanacaklar ile ilgili herhangi bir öngöründe bulunmama hali, kişilerin hayatını etkileyen en önemli kaygı sebepleri arasındadır.

Sullivan, kaygının nedenini insanlararası ilişkilere bağlamış ve kaygının “başkalarının karşısındaki başarısızlıktan kaynaklandığını” ifade etmiştir (Köknel 2014).

Kaygının kökeni, bireyin çocukluk yıllarına uzanır. Çocuğun anne-babası, öğretmenleri ve akranları ile ilişkileri bu yaşantının birer parçasını oluştururlar. Kaygı bulaşıcıdır, çevresinde kaygılı insanların bulunduğu bir çocuk, zihninde yeni bağlantılar kurar ve çevresindeki olay ve kişiler karşısında kaygı duymaya başlar. Ayrıca anne-babanın reddedici, küçük düşürücü ve alaycı davranışları, ceza yöntemi uygulamaları, arkadaşlar tarafından kabul görmeme çocukta yoğun bir kaygının yerleşmesine neden olur (Geçtan 2014).

2.3.3 Kaygı Belirtileri

Farklı seviyelerde kendini gösteren kaygı, hafif kaygı, orta seviyede kaygı, şiddetli kaygı ve panik şeklinde tanımlanır. Hafif kaygı kişiyi, duruma yoğunlaşma, öğrenme ve

problem çözüme konularında motive eder. Nabız ve solunumda artış, kalp çarpıntısı, terleme gibi belirtilerle meydana gelen orta seviyede kaygı, kişinin algılama, kavrama ve iletişim becerilerinin azalmasına sebep olur. Şiddetli kaygı, çarpıntı, baş ağrısı, göğüs ağrısı gibi belirtiler sebebiyle kişinin duruma yoğunlaşma ve konular arasındaki ilişkileri anlamasında güçlükler yaşamasına sebep olur. Kaygının en yoğun yaşandığı seviye olan panik ise, kişinin dikkatinin dağılmasına, çevresel tehlikelere karşı yanıtsız kalmasına sebep olur. Boğulma, tıkanma hissi, baş dönmesi, baygınlık hissi, çarpıntı gibi belirtilerin yanında ölüm korkusu veya kontrol kaybı baş göstermektedir (Saban 2010).

Kaygının fiziksel belirtileri yanı sıra psikik (hafif bir sıkıntı hissinden, kontrolünü kaybetme, çıldırma gibi duygusal belirtiler) ve bilişsel belirtileri (algıda bozukluk, yer, zaman, kişiler ile ilgili yanılsamalar, olayların anlamını değerlendirmede hatalar, konsantrasyon bozukluğu ve hatırlama güçlüğü gibi) de bulunmaktadır (Tural 2010).

2.4 İLİŞKİSEL YILMAZLIK

2.4.1 Yılmazlık

Geleneksel yaklaşıma göre psikoloji, bireyin olumsuz ve güçsüz taraflarına yoğunlaşarak bunları çözmeye çalışan sorun odaklı yaklaşıma sahip bir bilim dalı olarak bilinmektedir. Birey, ‘anormal’ diye tabir edilen durumlardan çıkarılıp ‘normal’ olarak tanımlanılan durumlara ulaştırılması temel hedeftir. Yani psikoloji sadece yaşamaya değer bir hayat kurmak için olumlu özelliklerinden yoksun ‘anormal’ durumlarda olan bireylere müdahale eden ve bu bireylerin sorunlarını çözüme kavuşturmaya amaçlayan bir bilimdir. Bireyin hasta olduğunu kabul eden ve tedavi edilmesi gerektiğine odaklanan bu anlayış 20. yüzyıl itibari ile yerini sağlıklı olan bireyin pozitif özelliklerinin geliştirilmesi gerektiğini düşünen bir anlayışa bırakmıştır. Bu bağlamda pozitif psikoloji kavramı alanyazında kullanılmaya başlanmıştır (Masten 1994).

Martin E.P., Seligman (2004) tarafından öne sürülen pozitif psikolojiye göre, geleneksel psikoloji anlayışı normal insanları ihmal etmektedir ve psikolojinin normal insanlara ve onların güçlü yönlerine de bireylerin patolojik durumlarında gösterdiği önemi

göstermesi gerektiğini savunmaktadır. Ayrıca, psikoloji bulgularının insanları, nasıl daha normal, daha mutlu, daha başarılı ve daha iyi olabileceklerini öğretmek için kullanılması gerektiğini vurgulamaktadır. Yeni bir alan olan pozitif psikolojinin, hem bozuk olanı tamir ettiği hem de en iyiyi inşa etmeyi; hastalıkların iyileştirilmesi kadar, sağlıklı insanların yaşamlarını daha doyurucu hâle getirmeyi istediği savunulmaktadır (Bişgin 2013).

Yılmazlık kelimesinin İngilizcesi olan Resilience kavramı dilbilimsel olarak incelendiğinde bir maddenin elastik olması ve aslına kolayca dönebilmesi olarak ifade edildiği görülmektedir. Amerikan Heritage Sözlüğü'nde (1973) yılmazlık değişim, hastalık ve kötü kaderden hızlıca kurtulma, iyileşme anlamını taşımaktadır.

Yurtdışı alanyazında 'Resilience' olarak yer alan kelimenin Türkçe'ye çevirilmesinde araştırmacılar arasında görüş birliğinin olmadığı görülmektedir. Resilience kelimesi bazı araştırmacılar tarafından 'yılmazlık' (Öğülmüş 2001, Gürkan 2006, Yılmaz ve Sipahioğlu 2012), bazı araştırmacılar tarafından 'kendini toparlama gücü' (Terzi 2006), bazı araştırmacılar tarafından 'psikolojik sağlamlık' (Gizir 2004, Kararımak 2009, Sipahioğlu 2008, Önder ve Gülay 2008) olarak kullanılması tercih edilmiştir. Bu çalışmada 'resilience' kelimesinin karşılığı olarak 'yılmazlık' ve son yıllarda da alanyazına giren 'ilişkisel yılmazlık' (Aydoğan 2014) kavramları kullanılmıştır.

Yılmazlık kavramı literatürde, güçlükler, stres ve kayıplar karşısında çaba harcama (Begun 1993) ve hoş gitmeyen hayat olayları ya da yaşanan psikolojik stresle başa çıkma ile birlikte bu olumsuz duruma uyum sağlama becerisi (Weston ve Parkin 2010), sıkıntılı koşullar ile karşılaşıldığında gösterilen içsel ve dışsal uyum (Masten 1994), olarak da tanımlanmaktadır. Diğer bir deyişle yılmazlık, bireyin hayata tutunması, karşı karşıya geldiği stresli durumlarla daha etkili baş etmesi ve yaşanan stresli duruma sağlıklı bir şekilde uyumun gerçekleşmesi olarak tanımlanmaktadır (Ahern 2006).

Bir başka tanımda, Fraser, Richman ve Galinsky (1999) yılmazlığı, zor koşullar altında olumlu ve beklenmedik başarılar kazanma ve sıra dışı koşul ve durumlara uyum sağlama becerisi olarak tanımlamaktadırlar.

Murphy (1987) yılmazlığı, bir çocuğun stresle baş etme şekli ve travmadan kurtulma/iyileşme stratejileri ile ilgilenen genel bir kavram olarak tanımlamaktadır. Yılmazlığın, olumlu baş etmenin sonuçları olan uyum (adaptation) ve yeterlik (competence) gibi olumlu gelişme, geleceğe yönelme ve umut ile ilişkili olduğu düşünülmektedir.

Masten, Best ve Garmezy (1990) yılmazlığı literatürde üç temel durumu tanımlamada kullanıldığını belirtmişlerdir:

- a. Öncelikle yılmazlık terimi mevcut zorlukları aşan ve beklenenden daha iyi gelişim gösteren yüksek risk altındaki bireyleri tanımlamak için kullanılmaktadır. Olumsuz ve zorlu yaşam koşullarında yetişmiş ünlü ya da başarılı kişilerin yaşam öyküleri ve otobiyografileri, yüksek risk altında yetişen çocuklarla yapılan sistematik yılmazlık çalışmalarıyla paralellik ve uyum göstermektedir. Bu tür çalışmalar, yüksek risk altındaki grupların başarılı sonuçlar elde etmelerine önemli katkılar sağlayan değişkenleri belirlemeyi amaçlamaktadır.
- b. İkinci temel yılmazlık olgusu, stresli yaşam deneyimleri karşısında bireyin çabucak uyum gösterebilme yeteneğine işaret etmektedir. Bu tür çalışmalarda boşanma gibi temel bir stres faktörü odak noktası olarak ele alınmaktadır.

Bazı çalışmaların odaklandığı nokta ise yakın zamanda meydana gelmiş birden fazla ve farklı stres faktörünün bir arada incelenmesi olabilmektedir. Bu türden çalışmalar farklı stres kaynaklarının çocukların davranışları üzerindeki etkileriyle birlikte, örseleyici yaşam koşullarının çocuklar üzerindeki olumsuz etkilerini arttıran ya da azaltan faktörleri incelemektedir.

- c. Üçüncü grup çalışmalar ise, yılmazlığın olası etkilerinden kurtulma ve iyileşme konusunda önemli rol oynayan ortak bireysel özellikleri ve farklılıkları irdeleyen çalışmalardır. Tanımı gereği, travmatik yaşam deneyimlerinin bireyin yaşam kalitesini ve işlevselliğini azaltması beklenmektedir. Dolayısıyla, kimse incinmez (invulnerable) değildir ve stres kaynakları örseleyici ve yaşamı tehdit

edici boyutlara ulaştığında yılmazlık, travma sonrası iyileşmeye vurgu yapmaktadır (Gizir 2007).

Yılmazlık aynı zamanda risk faktörleri ve koruyucu faktörlerin etkileşimi ile ortaya çıkan dinamik bir süreç olarak görölmektedir (Gu ve Day 2007, Rutter 1999). Algılanan sosyal destek yoksunluğu, travmatik yaşantının ardından maruz kalınan stresli yaşam olayları, maruz kalınan travmatik yaşantının şiddeti, olumsuz çocukluk yaşantıları ve düşük zeka düzeyi yılmazlığı ortaya çıkaran risk faktörlerinden bazıları olarak karşımıza çıkmaktadır (Brewin, Andrews ve Valentine 2000). Mizah duygusu, olumlu benlik saygısı, öz-yeterlilik, iletişim becerilerine sahip olmak ve iç denetim odağı yılmazlığı ortaya çıkaran içsel koruyucu faktörler (Eminağaoğlu 2006, Murray 2003); sosyo-ekonomik düzey, eğitimli ve iş sahibi ebeveyne sahip olma, sıcak ve destekleyici aile ilişkileri ise dışsal koruyucu faktörler (McCubbin 2001, Muray 2003). arasında yer almaktadır.

Normal yaşam döngüsü içinde karşı karşıya gelinebilen bazı riskler vardır. Bunlar; boşanma, yeniden evlenme, varolan işi kaybetme ve aile üyelerinin beklenmedik ölümu ve ya sık sık yaşanılan göç (Walsh 1996). Aile içinde bedensel/zihinsel engelli bireyin varlığı hem eşlerin ilişkisi hem de aile ilişki için bir risktir (Aydoğan ve Özbay 2013). Yaşanılan risk durumu karşısında kimi çiftler bu durumun sağlıklı bir şekilde üstesinden gelip olumlu havayı hem ilişkilerinde hem de aileleri içinde oluşturabilirken, kimi çiftlerde ise tam tersi durum söz konusudur.

2.4.2 İlişkisel Yılmazlık Tanımı

Venter ve Snyders (2009) yakın ilişkilerdeki yılmazlığı, olumsuzlukla baş etmede çiftin yeteneği şeklinde tanımlamaktadır. Jordan (2005) ise, stresin fazla olduğu anlarda ve şiddetli kopukların ardından gelişimi teşvik edici ilişkiler içine girme yeteneği olarak tanımlamaktadır.

Venter ve Snyders'a (2009) göre, ilişki içindeki partnerin yılmaz biri olarak tanımlanması özelliğinin çiftin ilişkisinde yılmaz bir birey olduğunu göstermemektedir.

Partnerlerin kişisel özellikleri ilişkisel yılmazlığa katkı sağlamasına karşılık çift yılmazlığında ilişkisel yetenekler ve yaşanan süreçler daha fazla katkı sağlamaktadır.

Yılmazlık kavramını temel alan Conolly (2005) ve Patterson (2002) ilişkisel yılmazlık veya yetenek temelli yılmazlığa yakın ilişki süreci içinde değerlendirmiştir. Patterson (2002) ailenin yılmaz olma durumunu, ailenin yaşam döngülerini üstün bir şekilde yönetebilmede ailenin yeteneği şeklinde tanımlarken aile yılmazlığını, önemli yaşam olayı veya kriz durumu ile karşılaşmanın ardından uyum ve işlevselliği korumada ailenin süreçlerini betimlemek için kullanmaktadır.

2.4.3 Yılmazlık Düzeyi Yüksek Olan Bireylerin Özellikleri

Bireyler yaşamları boyunca çok farklı stres unsurları ile karşılaşmakta ve birçok değişikliğe uyum sağlamaya çabalamaktadırlar. Yaşam döngüsü boyunca bireylerin olaylara veya durumlara yükledikleri anlamlar ve bunların algılayış biçimleri olayların kendisinden daha önemlidir. Bireylerin bakış açısı iyi olma halinin dolayısıyla da psikolojik sağlamlığının temelidir.

Ryff, Singer, Dienberg Love ve Essex (1998) yılmazlığı tanımlarken bireyin zorluklar karşısında iyi olma halini toparlayabilmesi ve bu hali sürdürebilmesi olgularına dikkat çekerler. İyi olma bireyin hayatını erdemli, üretken, büyüyen ve dayanıklı olarak sürdürmesi anlamına gelmektedir ve temelinde iki alt boyut yer almaktadır. İlki mutluluk, ikincisi de potansiyelini etkin kullanmasıdır (Huppert 2009, Keyes 2002, Ryff ve Singer 1998).

Yılmazlık düzeyi yüksek olan kişilerin, stres yaratan olaylar karşısında genellikle yılgınlığa düşmedikleri, aksine kendilerini çabucak toparladıkları, hatta sıkıntılardan ve olumsuz çevresel koşullardan her defasında daha da güçlenerek sıyrıldıkları belirtilmektedir (Henderson ve Milstein 1996).

Literatürde yılmaz olarak tanımlanam bireylerin özellikleri Werner (1984) tarafından aile üyeleri ile pozitif ilişkiler kurabilen, aktif problem çözme becerileri olan, diğerlerine pozitif dikkat veren yaklaşımları olan, yaşama pozitif bakabilen şeklinde

sıralanır.

Garnezy (1993)'de bu bireylerin sosyal beceri düzeylerinin yüksek, empatik, yüksek benlik saygıları olan ve içsel denetimli bireyler olduklarını belirtmektedir. Ayrıca yapılan diğer çalışmalarda da yılmazlık düzeyi yüksek kişilerin; iyi huylu (Tschann, Kaiser, Chesney, Alkon ve Boyce 1996), iyimser (Carver 1998, Floyd 1996) ve ailelerine olan bağlılıklarının güçlü olduğu (Carbonell, Reinherz ve Giaconia 1998); kişisel olarak da azimli ve sebatkâr (Floyd 1996, Smokowski, Reynolds ve Bezruczko 1999) bir profil sergiledikleri ifade edilmektedir.

Kısaca yılmazlık düzeyi yüksek bireylerin, etkili iletişim kurabilen, kendine güvenleri, öz saygı düzeyleri ve kendilerini kabulleri, duygularını denetleme ve farkına varma becerileri yüksek, yeni durumlara çabucak uyum sağlayabilen, kaygı ve engellenmeye dayanabilme güçleri fazla olan aynı zamanda, başarı motivasyonları yüksek, geleceği düşünme ve planlama yetilerine sahip stresli ve travmatik olaylarla etkili şekilde baş edebilen, dışsal yüklemelerden daha çok içsel yüklemeler yapabilen bireyler olduğu ifade edilebilir (Çapan ve Arıcıoğlu 2014).

2.5 PSİKOLOJİK YARDIM ALMA TUTUMU

Tutumun, kişilerin belirli bir kişiyi, bir grubu, kurumu veya düşünceyi kabul ya da reddetme davranışı şeklinde gözlenen, duygusal bir hazır oluş hali veya eğilimi olduğu savunulmaktadır (Özgüven 1994).

Sherif ve Sherif (1996) psikolojik tutumlarla ilgili altı ölçüt geliştirmiştir. Bunlar şu şekilde sıralanır;

- a. Tutumlar geçici değildir; belirli bir süre devamlılık gösterirler.
- b. Tutumlar doğuştan gelmez, sonradan kazanılır.
- c. İnsan-nesne ilişkisinde, tutumların belirlediği bir yanlılık ortaya çıkar. Bu şekilde etkilenme ve güdülenme oluşur.

d. Tutumlar, birey ve nesne arasında düzenlilik olmasını sağlar, insanın çevresini anlamasını sağlar.

e. Kişisel tutumlar gibi toplumsal tutumlarda mevcuttur. Toplumsal tutumlar, toplumsal değer, grup, konu ya da objelere yönelik tutumlardır.

f. Tutumların oluşması ve biçimlenmesi için başka objelerle karşılaştırılabilir olması gerekir.

Psikolojik yardım alma tutumu ise bireyin psikolojik yardım alma olgusu hakkındaki düşünce, duygu ve davranışlarını kapsayan eğilim olarak tanımlanmaktadır. Bireylerin kendi ruh sağlıklarını tehdit altında algılamaları durumunda, bir profesyonelden yardım alma konusundaki bilişsel, duyuşsal ve davranışsal eğilimlerden oluşan psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları bu yardımı alıp almayacağına etkili olabilmektedir (Karalp 2009).

Psikolojik yardım alma tutumu psikolojik yardım arama davranışı ile başlar. Özdemir'e (2012) göre normal yaşam fonksiyonlarına karşı tehdit oluşturan herhangi bir durum veya problemle karşılaşan bireyin yaşam dengesi bozulmaktadır. İşte bu durumda bireyin yeniden denge durumuna dönmek için iç kaynaklarının yetersiz olduğunu düşünerek, dış kaynaklara yönelik eğilim içerisinde bulunması psikolojik yardım arama davranışı olarak tanımlanmaktadır (Fischer ve Turner 1970).

Richard ve ark. (2005)'e göre yardım arama süreci dört aşamadan oluşmaktadır.

a. Bireyin problemi fark etmesi: Yardım alma veya yardım arama süreci bir problemin varlığını fark etmekle başlar. Birey bu aşamada, problem ile ilgili semptomlarını algılar ve bir desteğe gereksinim duyduğunun farkına varır.

b. Var olan belirtilerini ve desteğe ihtiyacı olduğunu ifade etmesi: Düşünce ve davranışlarındaki değişimden rahatsızlık duymaya başlayan birey, sıkıntı veya sıkıntılarından kurtulmak için yardıma ihtiyacı olduğunu ifade eder.

c. Ulaşılabilir ve uygun yardım kaynaklarını bulması: Bu aşamada kimden, nasıl yardım alabileceğini araştıran birey, kendi için doğru olduğunu düşündüğü yardım kaynağının hangisi olduğuna karar vermeye çalışır.

d. Alacağı yardıma karar vermesi ile yardım almayı ve sorununu ifade etmeyi kabul etmesini içerir: Birey artık bu aşamada hangi yardımı alacağına karar vermiş ve bu yardım kaynağına başvurarak hikâyesini anlatmayı kabul etmiştir.

Kushner ve Sher (1989) yardım alma tutumlarıyla ilgili çalışmalarında, yardım almayla ilişkili olabilecek faktörleri iki grupta kavramsallaştırmışlardır. Bunlar;

a. Yaklaşım faktörleri: Bireyin rahatsızlık düzeyi ve bu rahatsızlığı azaltma istekliliği gibi psikolojik yardım arama olasılığını artıran faktörlerden oluşur. Örneğin, bireyler probleminin başkalarının problemlerinden daha ağır olduğunu kabul ettiğinde psikolojik yardım aramaya daha istekli olur (Goodman, Sewell ve Jampol 1984).

b. Kaçınma faktörleri: Yaklaşım faktörlerinin aksine bireylerin psikolojik yardım arama şanslarını azaltır ve bireyleri yardım aramaktan alıkoyar. Örneğin, damgalanma korkusu (Komiya, Good ve Sherrod 2000), tedaviden korkma (Kushner ve Sher 1989), duygularından korkma (Komiya, Good ve Sherrod 2000), beklentiler ve karşılaşılabilecek riskler (Vogel ve Wester 2003), kendini açma güçlüğü (Hinson ve Swanson 1993) kaçınma faktörleri arasında yer almaktadır.

Bir başka araştırmada ise Fischer ve Turner (1970) yardım arama tutumunu dört alt boyutta açıklamaktadırlar.

a. Kişinin psikoterapötik yardıma ihtiyacı olduğunun farkına varması; Yardım arama davranışı temelde kişilerarasıdır ve meydana çıkışı aktif olarak yardım istemesiyle yardım arayanın istekliliğine bağlıdır. Bu nedenle yardım arayanlar ihtiyaçları olan yardımı alıp almamaya karar vermede aktif rol oynarlar. Genellikle psikolojik danışma için başvuran bireyler, kendilerini daha iyi

hissedecekleri için yaşamlarının bazı yönlerini değiştirme isteğiyle gelirler. Ancak bu her zaman kolay değildir. Çünkü bazı danışanlar henüz değişime hazır olmayabilirler.

b. Reddedilme korkusu; Corrigan'a (2004) göre bireylerin bir psikolojik sorun yaşadığında yardıma başvurmamasının en önemli nedenlerinden biri reddedilme korkusudur. Reddedilme korkusunun temelinde psikolojik problemiyle ilgili yardıma başvuran bireylerin buldukları çevredeki sosyal kabullerinin azalacağı düşüncesi yer almaktadır (Vogel, Wade ve Hackler 2006). Örneğin halk arasında depresyon tedavisi gören bir birey, sırt ağrısından dolayı tedavi gören ya da depresyon yaşadığı halde psikolojik yardım aramayan bireylere göre daha az güvenilir olarak nitelendirilmektedir. Ayrıca bu kişiler duygusal dengesizliği yüksek ve daha az ilgi çekici olarak grlmektedir (Ben-Porath 2002).

c. Kişilerarası açıklık; İnsanlar psikolojik açıdan ne kadar güçlü olurlarsa olsunlar zaman zaman sorunlarını veya kendi yaşamlarıyla ilgili konuları başkalarıyla paylaşma ihtiyaı duyarlar. Jourard (1970) psikolojik sağlığın sürdürülmesi için gerekli olan, gizli ve kişisel bilginin karşılıklı paylaşılması olarak tanımlanan kendini açmanın, ailede gelişen bir düşünce olduğunu, ergenlik ve yetişkinlikteki ilişkilerin önemli bir parçası olarak ifade etmektedir (Akt. Çetinkaya 2009).

d. Psikolojik danışmana duyulan inanç; Alanyazında psikolojik danışmanın niteliklerinin psikolojik danışma sürecinin başarısını büyük ölçüde etkilediği belirtilmektedir. Özellikle güvenilir olma özelliği önemlidir. Çünkü güven duygusu uyandırmak bir psikolojik danışman için oldukça zor bir iştir. Güvenilir psikolojik danışman, danışanın anlattıklarını gizleyebilen, onun sorunlarına enerjik bir şekilde yanıt verebilen, danışanın 'kendisini ifade ettiği için asla pişman olmadığı' kişidir (Hackney ve Cormier 2008).

Bununla birlikte alanyazında psikolojik yardım alma davranışını engelleyen sebeplere odaklanan çalışmalarda mevcuttur. Örneğin Vogel ve arkadaşları (2007) çalışmalarında yardım alma sürecini engelleyici beş faktör tanımlamışlardır.

a. Sosyal damgalanma: Sosyal damgalanma kişinin bir problemi ile ilgili yardım aradığında/aldığında diğerleri tarafından olumsuz şekilde yargılanacağı korkusu olarak tanımlanmakta ve profesyonel yardım aramaya yönelik en önemli engellerden biri olarak kavramlaştırılmaktadır (Deane ve Chamberlain 1994). Psikolojik yardım arama ve algılanan sosyal damgalanma arasındaki ilişkiyi doğrudan inceleyen çalışmalar, sosyal damgalanmanın bireyin psikolojik yardım arama tutumu ve gelecekteki yardım arama niyetini olumsuz yönde etkilediğini göstermektedir (Komiya ve diğ. 2000).

b. Tedavi korkusu: Bireyin acı verici duygulara sahip olmaktan korkması ise psikolojik yardım almayı engelleyen bir diğer faktör olarak tanımlanmaktadır (Komiya ve diğ. 2000). Tedavi korkuları; ruh sağlığı uzmanının bireye nasıl davranacağına, birey eğer yardım alırsa ruh sağlığı uzmanının birey hakkında ne düşüneceğine ve ruh sağlığı uzmanı tarafından bazı şeyleri yapmaya zorlanacağına ilişkin korkular yoluyla belirlenmeye çalışılmaktadır. Tedavi korkusunun psikolojik yardım arama tutum ve davranışıyla olumsuz yönde ilişkili olduğu görülmektedir (Kushner ve Sher 1989).

c. Duygulardan korkma: Araştırmacılar diğer bir neden olarak acı verici duyguları tartışmaktan korkmayı tanımlamaktadır (Komiya ve diğ. 2000). Çünkü başka birinden yardım arama güçlü duyguları içerir ve danışanlar da acı verici duyguları deneyimlemekten korkabilirler (Kuzucu 2006). Yapılan araştırmalar duyguları açmanın bireyin yardım arama tutum ve niyetiyle (Vogel ve Wester 2003), yardım arama gönüllülüğüyle (Komiya ve diğ. 2000) ilişkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca Vogel ve arkadaşları (2005), duyguları ifadenin bireyin yalnızca niyet ve tutumunu değil, aynı zamanda asıl yardım arama davranışını da etkilediğini belirtmektedir.

d. Beklenen fayda ve riskler: Özellikle, bir psikolojik danışmana kendini açmaktan beklenen yarar ve riskin, bireyin psikolojik yardım alma niyetinde etkili olan iki önemli değişken olduğu belirtilmektedir (Vogel ve Wester 2003, Vogel ve diğ. 2005). Beklenen yarar, bireyin bir psikolojik danışmandan yardım almasından elde edebileceğini düşündüğü yarara ilişkin algısı olarak tanımlanmakta (Vogel ve diğ. 2007), psikolojik danışma yardımı almayan bireylerin, psikolojik danışma yardımı almanın yararlarına ilişkin beklentilerinin düşük olabileceği ifade edilmektedir (Topkaya 2011). Beklenen risk ise bireyin, bir psikolojik danışmana kendini açtığında karşılaşılabileceği olası tehlikelere ilişkin algısı olarak tanımlanmaktadır (Vogel ve Wester 2003). Kendini açmaktan beklenen yarar ve riskin, psikolojik yardım aramaya ilişkin tutumu yordadığı ifade edilmektedir (Vogel ve Wester 2003).

e. Kendini açma: Kendini açma, bireyin bir diğer kişiye kişisel bilgilerini ve sıkıntısını açıklamadaki rahatlığıdır. Bireyin başka bir kişiye kendini nasıl açtığı, o kişinin yardım arama ile ilgili verdiği kararın merkezi olarak ifade edilmektedir (Vogel ve diğ. 2007). Vogel ve Wester (2003) ile Vogel ve arkadaşları (2005), bireyin kişisel bilgilerini açıklamasındaki rahatlığının, psikolojik yardım arama tutum ve niyetinin eşsiz yordayısı olduğunu ifade etmektedirler.

2.6 YURT İÇİ VE YURT DIŞINDA YAPILAN ARAŞTIRMALAR

Engelli çocuğa sahip bireylerin yaşadıkları sorunlar ve evlilik doyumuna dair yurt içinde yapılmış oldukça fazla sayıda çalışmaya rastlanmaktadır. Örneğin, Gündoğdu (1995), 20 otizmlili ve 20 normal gelişim gösteren çocuğa sahip anne-babanın kaygı, depresyon ve evlilik uyumlarını incelemiştir. Sonuçlarda otizmlili çocukların anne ve babalarının evlilik uyumuna ilişkin algılarının normal gelişim gösteren çocuğa sahip anne ve babalara göre daha olumlu olduğu bulunmuştur. Otizmlili çocukların anne ve babalarının kaygı ve depresyon düzeyleri normal gelişim gösteren çocuklara sahip anne babalara göre daha yüksek bulunmuştur.

Bir diğerk çalışmada; 125 engelli ve süreğen hastalığı olan çocuğa sahip anne ve babayla, 125 normal gelişim gösteren çocuğa sahip anne babaları kaygı düzeyi, evlilik ilişkileri ve ailedeki sosyal ağın genişliği ve yoğunluğu değişkenleri yönünden karşılaştırmışlardır. Gerçekleşen bu karşılaştırma sonucunda sadece engelli çocuğa sahip annelerde yüksek seviyede stres tespit edilmiştir. Evlilik ilişkilerine ilişkin yapılan karşılaştırmada gruplar arasında fark tespit edilmemiştir. Gruplar arasında sosyal ağ arasında bulunan farkın stres ile bağlantısı olmadığı dile getirilmiştir (Kazak 1987).

Toros (2002), bedensel ve zihinsel engelli çocukların sosyo-demografik özellikleri, annelerdeki depresyon, anksiyete, evlilikte uyum düzeyleri ve annelerin çocuklarını algılama şeklini incelediği araştırmasında; 21 otizmli, 19 serebralpalsi, 11 Down Sendromu olan çocuk ile anne-babalarına hasta grubu olarak, 21 zihinsel ve bedensel engeli olmayan çocuk ve anne-babalarına kontrol grubu olarak, Beck Depresyon Envanteri, Beck Anksiyete Envanteri, Evlilikte Uyum Ölçeği ve Aile Çocuk İlişkileri Anne Form uygulamıştır. Bulgular zihinsel ve bedensel engelli çocuğa sahip annelerin, engelli çocuğa sahip olmayan annelerden daha çok olumsuz etkilendiğini ve depresyon seviyelerinin anlamlı düzeyde farklılaştığını göstermiştir.

Akçakın ve Erden (2001), çocuklarına otizm tanısı konmuş 82 anne-babanın kaygı, depresyon, obsesif belirtilerini değerlendirdikleri çalışmalarında katılımcılara Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri, Beck Depresyon Ölçeği ve Maudsley Obsesif Soru Listesi ve SCL 90-R uygulamışlardır. Araştırmanın sonuçlarına göre, otizm tanısı almış çocukların annelerinin Beck depresyon ölçeğinden kontrol grubuna göre daha yüksek puan aldığı, diğerk ölçeklerden elde edilen puan ortalamaları arasında gruplar arasında fark bulunmadığı, her iki gruptaki annelerin durumluk kaygı, SCL 90-R puanlarının babaların puanlarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca otizm grubu kendi içinde de bazı değişkenler bakımından karşılaştırılmış, düşük işlevli otizm grubun annelerinin bütün ölçeklerden, yüksek işlevli otizm grubun annelerinden daha yüksek puan aldığı görülmüştür.

Coşkun ve Akkaş (2009), engelli çocuğa sahip olan annelerin sürekli kaygıları ile sosyal destek algıları arasındaki ilişkinin belirlenmek amacıyla 150 anneye Spelberger Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

uygulamıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, engelli çocuğu olan annelerin sürekli kaygı düzeyleri ile sosyal destek mekanizmaları arasında ters yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür. Ayrıca, eğitim düzeyi ve gelir düzeyi yüksek olan annelerin sürekli kaygı düzeylerinin düşük, algıladıkları sosyal destek düzeylerinin ise yüksek olduğu bulunmuştur.

Beşikçi (2000), tanısı yeni konmuş ve tanısı daha önceden konmuş otizmlili çocuğu olan ve normal gelişim gösteren çocuğa sahip anne ve babaların kaygı düzeyleri, depresyon düzeyleri, aile yapıları ve baba tutumları arasındaki ilişkileri incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda tanısı yeni konmuş otizmlili çocukların annelerinin depresyon düzeyleri ile durumluk-sürekli kaygı düzeylerinin, tanısı daha önceden konmuş olan otizmlili çocukların annelerine göre daha yüksek olduğu, aynı zamanda otizmlili çocuk annelerinin normal gelişim gösteren çocuklara sahip annelere göre depresyon düzeyleri ile durumluk-sürekli kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Otizmlili çocuk babaları arasında depresyon ve kaygı düzeyleri açısından bir farklılığın olmadığı görülmüştür. Anne ve babalar arasında yapılan karşılaştırmalarda, tanısı önceden konmuş olan otizmlili çocukların annelerinin depresyon ve sürekli kaygı düzeyleri babalara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Tanısı yeni konmuş otizmlili çocukların annelerinin depresyon düzeyleri ile durumluk-sürekli kaygı düzeylerinin babalara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Normal gelişim gösteren çocuğa sahip anne ve babalar arasında depresyon ve kaygı düzeyi açısından bir farklılık görülmemiştir.

Hünler ve Gençöz (2003), yaptıkları araştırma sonucuna göre, algılanan evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumunun önemli bir yordayıcısı olduğu, bir evliliğin yürütülmesi sırasında karşılaşılan problemlerin doğru problem çözme stratejileri ile çözülmesinin, ilişki için yapıcı ve olumlu sonuçlar doğuracağını belirtmektedirler. Ayrıca yaptıkları araştırma sonucuna göre, algılanan evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumunun önemli bir yordayıcısı olduğu görülmüştür

Canel (2007), en az beş yıl evli ve çocuk sahibi olan 10 evli bireyle yaptığı araştırmada kendi geliştirdiği ailede problem çözme becerilerinin geliştirilmesi yoluyla evlilikten elde edilen psikolojik doyumun artırılmasına yönelik olarak düzenlenmiş grup çalışmasının, evli bireylerin evlilik memnuniyetlerini, evlilik uyumlarını, evlilik

ilişkilerinden duydukları mutluluğu, eşlerine duydukları yakınlığı arttırmakta, eşle yaşanan çatışmalarını ve eşlerine karşı öfkelerini azaltmakta etkili olduğu ve stresle başa çıkma tarzlarının kendilerine güvenlerini arttırmakta etkili olduğu saptanmıştır.

Yıldız (2013), 200 evli bireyle yaptığı araştırmasında evlilik doyumu ile bireylerin eğitim durumu evlenme tarzları arasında anlamlı bir fark olduğu ortaya konmuştur. Buna göre, eğitim durumu arttıkça bireylerin evlilik doyumları da artmaktadır. Severe, kendi isteğiyle evlenenlerin evlilik doyumları görücü usulü ile evlenenlere oranla daha yüksek olduğu ortaya konmuştur.

Yurt içinde olduğu gibi engelli çocuğa sahip çiftlerin yaşadıkları sorunlar ve bireylerin evlilik uyumunu etkileyen faktörler üzerine yurt dışında yapılan araştırmalar da oldukça fazladır. Örneğin, Piven ve Palmer (1999), 25 otizmlili bireyin ailesinde ve 30 down sendromlu bireyin ailesinde yer alan anne-babaları, büyükanne ve büyükbabaları, hala, teyze, dayı ve amcaları ile yarı yapılandırılmış görüşmeler yaparak aile hikâyelerini alarak değerlendirmiştir. Sonuçlar, otizmlili bireylerin ailelerinde majör depresyon ve sosyal fobi oranlarının down sendromlu bireylerin ailelerine oranla daha yüksek olduğunu göstermiştir. Ayrıca, otizmlili kişilerin büyükanne ve büyükbabalarında, hala, teyze, dayı ve amcalarında daha yüksek oranlarda depresyon ve kaygı bulunmuştur.

Twenge, Campbell ve Foster (2003) yaptıkları araştırmasında anne-babası olanların olmayanlara göre evlilik uyumlarının daha az olduğu, çocuk sayısı ile evlilik uyumunun negatif korelasyon gösterdiği, ayrıca bebeklik döneminde bir çocuğa sahip olanların uyumlarının diğerlerine göre daha düşük bulunduğu, sosyo-ekonomik düzeyi düşük ailelerde çocuk sayısının evlilik uyumunu önemli ölçüde azalttığı, kadınların uyumlarının ebeveynlik rolünden daha çok etkilendiği uyumlarında ebeveynliğin negatif etkisinin olduğu, erkeklerin evlilik uyumlarının sahip olunan çocukların yaşları ile değişiklik göstermediği tespit edilmiştir.

McCubin (1989) yaptığı araştırmasında çocukların doğumuyla birlikte evlilik doyumunda azalma olduğunu, çocuklar ergenlik dönemine geldiğinde bu doyumun en düşük miktara ulaştığını belirtmiştir.

Lawrence, Eldridge ve Christensen (1998) yaptıkları araştırmalarında aileye yeni bir üyenin katılımıyla birlikte evlilik doyumunun azaldığını, bireylerin bebeğin bakımıyla ilgili birçok işin üstesinden gelmek zorunda kaldığını, cinsel ilişkilerinin kalitesi azaldığını, iletişimde bozulmalar oluştuğunu, kadının doğum sonrasında hormonal dengesinin değişmesiyle birlikte depresyon yaşadığını, erkeğin de yeni bir role ve sorumluluklara uyum sağlamakta zorlandığını ve bu durumun bireyler arasında bir çatışma kaynağına döndüğünü tespit etmişlerdir. Araştırmalar bireylerin ebeveynliğe uyum sağlama süreci olan bu dönemde boşanma oranlarının çok yüksek olduğunu göstermektedir.

Belsky (1990), çocuğun evlilikte problem haline gelme nedeni olarak eşlerin aralarında var olan iletişim sorunlarını göstermekte ve bu sorunların çocuk ile olan ilişkiye ve çocuğu yetiştirme tarzına da yansıdığını vurgulamaktadır. Çocuğun evlilik doyumunu düşürücü bir unsur olarak görülmemesi gerektiğini, var olan sorunları ortaya çıkaran bir unsur olarak ifade edilmesi gerektiğini belirtmektedir.

Sonuç olarak, gerek yurt içinde gerekse yurt dışında yapılan araştırmalar çocuk sayısının, evlilik süresinin, eğitim durumunun, gelir düzeyinin, evlenme tarzlarının, psikolojik dayanıklılığın ve problem çözme becerilerinin evlilik doyumunu ile arasında anlamlı bir ilişkili olduğunu göstermektedir.

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeline, araştırma grubuna, çalışmada kullanılan veri toplama araçlarına, elde edilen verilerin analizinde kullanılan yöntem ve tekniklere yer verilmiştir.

3.1 ARAŞTIRMA MODELİ

Araştırma modeli olarak otizmlili çocuğa sahip çiftlerin evlilik doyumlarının kaygı, ilişkisel yılmazlık ve psikolojik yardım alma tutumuna göre farklılaşp farklılaşmadığını test etmek amacıyla betimsel ve ilişkisel tarama modeli tercih edilmiştir. İlişkisel tarama modeli, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar 2005).

Bu araştırmanın bağımsız değişkenleri kaygı, psikolojik sağlamlık ve psikolojik yardım alma tutumu; bağımlı değişkeni ise otizmlili çocuğa sahip bireylerin evlilik doyumudur.

3.2 ARAŞTIRMA GRUBU

Çalışmanın araştırma grubunu, 2-19 yaş aralığında otizmlili çocuğa sahip 100 anne ve 100 baba oluşturmaktadır. Veriler, otizmlili çocukların eğitim aldığı iki farklı özel eğitim merkezinden toplanmıştır. Verilerin toplandığı özel eğitim merkezlerinden biri sadece otizm tanısı olan çocukların eğitim aldığı Özel Tohum Vakfı Özel Eğitim Okulu, diğeri ise NOVA Özel Eğitim Merkezi'dir. Tohum Otizm Vakfı'ndan otizmlili çocuğu olan 80 çifte ulaşılrken, NOVA Özel eğitim Merkezi'nden de otizmlili çocuğu olan 20 çifte ulaşılmıştır. Çalışmaya katılmak gönüllülük esasına dayalı olup anne babalara sunulan anketlerde isimlerini bildirmelerine gerek olmadığı belirtilmiştir.

Araştırma grubunu belirlerken araştırma konusunun yapısına da uygun olarak yeterli veriye ulaşabilmek için amaçlı örnekleme yöntemlerinden tipik durum örnekleme seçilmiştir. Patton (2014)'a göre, "amaçlı örneklemedeki ana düşünce, yapılan araştırmanın daha detaylı incelenebilmesi için bilginin fazla olduğu durumlar seçmektir.

Bilgi bakımından zengin durumlar üzerinde çalışma, detaylı bir şekilde anlama olasılığı sağlar”. Tipik durum örnekleme; evrene dair birden fazla durum arasından sıra dışı olmayan, tipik bir durum belirlenerek araştırmanın gerçekleştirilmesine olanak sağlar (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel 2008, s. 91).

Araştırmaya katılan bireyler 24-57 yaş aralığında olup, yaş ortalaması 38,50’dir. Katılımcıların büyük bir kısmı çalıştığını ifade etmiştir (n=121, yüzde 61.0). Cinsiyetler bazında bakıldığında ise erkeklerin çoğunluğu çalıştığını beyan ederken (n=98, yüzde 98.0), kadınlar ise çalışmadığını bildirmiştir (n=74, yüzde 74.0). Hem kadın (n=43, yüzde 43.0) hem de erkek (n=48, yüzde 48.0) katılımcıların ağırlıklı olarak üniversite ve üstü kurumlardan (n=91, yüzde 46) mezun olduğu görülmektedir. Otizmlili çocuğa sahip bireylerin hanelerine giren toplam gelir düzeyi yoğun olarak 3000 TL ve altında olduğu tespit edilmiştir (n=89, yüzde 89.0). Bireylerin evlilik süresinin 4-33 yıl arasında değiştiği ve ortalama evlilik süresinin 12,33 olduğu görülmüştür. 51 çift (yüzde 51.00) normal gelişim gösteren çocuğu da olduğunu belirtmiştir. Katılımcıların çoğu (n=162, yüzde 81.0) bireysel psikolojik yardım almadıklarını belirtmişlerdir. Bireysel psikolojik yardım alan kadınların oranı (n=29, yüzde 29.0) erkeklere (n=9, yüzde 9.0) göre daha fazladır. Eşiyle birlikte psikolojik yardım almayan çiftler (n=95, yüzde 47.5) çoğunluğu oluşturmaktadır. Çocuğunun otizmlili olduğunu öğrendikten sonra psikolojik destek alan bireyler; psikolojik danışmandan (n=4, yüzde 2.0), psikologdan (n=25, yüzde 13.0) ve psikiyatristten (n=20, yüzde 10.0) destek almıştır. Alınan yardımın/desteğin kişiye fayda derecesine bakıldığında büyük oranda (n=27, yüzde 14.0) “biraz yardımcı oldu” cevabının verildiği görülmektedir. Katılımcıların 90’ı (yüzde 45.0) şu anda herhangi bir psikolojik desteğe ihtiyacı olmadığını belirtmektedir. Araştırmanın örneklemini oluşturan otizmlili çocuğu olan 100 çiftin demografik özelliklerine Tablo 3.1’de yer verilmiştir.

Tablo 3.1: Katılımcıların demografik özellikleri

		Toplam		Kadın		Erkek	
		Frekans (n)	Yüzde (%)	Frekans (n)	Yüzde (%)	Frekans (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	100	%50	-	-	-	-
	Erkek	100	%50	-	-	-	-
Çalışma Durumu	Çalışıyor	121	%61	23	23%	98	98%
	Çalışmıyor	76	%38	74	74%	2	2%
	Emekli	3	%2	3	3%	-	-
Gelir Durumu	3000 TL altı	89	%45	-	-	-	-
	3000-5000 TL	54	%26	-	-	-	-
	5000 TL ve üzeri	57	%29	-	-	-	-
Eğitim Durumu	Ortaokul ve altı	45	26%	22	%22	23	%23
	Lise mezunu	64	32%	35	%35	29	%29
	Üniversite ve üstü	91	46%	43	%43	48	%48
Yaş Aralığı	24-30 yaş	25	13%	21	%21	4	%4
	31-40 yaş	103	52%	52	%52	51	%51
	41-50 yaş	64	32%	26	%26	38	%38
	51 ve üzeri	8	4%	1	%1	7	%7
Evlilik Süresi	4-11 yıl	52 (104)	52%	-	-	-	-
	12-19 yıl	39 (78)	39%	-	-	-	-
	20-27 yıl	8 (16)	8%	-	-	-	-
	28 ve üzeri	1 (2)	1%	-	-	-	-
Normal gelişimli çocuk	Var	51(102)	51%	-	-	-	-
	Yok	49 (98)	49%	-	-	-	-
Bireysel psikolojik yardım	Evet	38	19%	29	29%	9	9%
	Hayır	162	81%	71	71%	91	91%
Psikolojik yardımın kişiye fayda derecesi	Hiç gitmedim	156	78%	69	%69	87	%87
	Hiç yardımcı olmadı	2	1%	1	%1	1	%1
	Biraz yardımcı oldu	27	14%	19	%19	8	%8
	Oldukça yardımcı oldu	7	4%	6	%6	1	%1
	Son derece yardımcı oldu	8	4%	5	%5	3	%3
Psikolojik yardım alınan uzman	Psikolojik danışman	4	2%	2	%2	2	%2
	Psikolog	25	13%	20	%20	5	%5
	Psikiyatrist	20	10%	14	%14	6	%6

	Destek almayan	151	75%	64	%64	87	%87
Eşiyile birlikte psikolojik yardım	Evet	5 (10)	5%	-	-	-	-
	Hayır	95 (190)	95%	-	-	-	-
Şu anki psikolojik destek ihtiyacı	Evet	40	20%	31	%31	9	%9
	Hayır	90	45%	31	%31	59	%59
	Bazen	70	35%	38	%38	32	%32
Toplam		200	100%	100	%100	100	%100

3.3 VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Bu araştırmada, örneklem grubuna, çiftlere ait kişisel bilgilerin toplanması amacıyla araştırmacı tarafından düzenlenen Kişisel Bilgi Formu, evlilik doyumlarını incelemek için Evlilik Yaşam Ölçeği, kaygı düzeylerini incelemek için Spielberger Sürekli Kaygı Envanteri, psikolojik sağlamlık durumlarını incelemek için İlişkisel Yılmazlık Ölçeği ve psikolojik yardım alma tutumlarını incelemek için Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği kullanılmıştır. Veri toplama araçlarıyla ilgili bilgiler aşağıda yer almaktadır.

3.3.1 Kişisel Bilgi Formu

Çiftlere ilişkin sosyo-demografik bilgileri belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen bilgi formu, 10 maddeden oluşmaktadır. Bu formda çiftlerin cinsiyet, yaş, öğrenim durumu, çiftlerin kaç yıldır evli oldukları, ailenin toplam aylık geliri, çalışma durumları ve çocuklarının otizmlili olduğunu öğrendikten sonra psikolojik destek alıp almadığına yönelik sorular yer almaktadır (Ek A.1).

3.3.2 Evlilik Yaşam Ölçeği (EYÖ)

Evlilik Yaşam Ölçeği (EYÖ), evli bireylerin evlilikten aldıkları doyumu değerlendirmek amacıyla Tezer (1986) tarafından geliştirilmiştir (Ek A.2). 10 sorudan oluşan 5’li dereceleme tipindedir. Ölçekte her bir maddeye verilecek yanıt “Kesinlikle Katılmıyorum (1)”, “Katılmıyorum (2)”, “Kararsızım (3)”, “Katılıyorum (4)”, “Kesinlikle Katılıyorum (5)” seçeneklerinden oluşmaktadır. Ölçekte 2, 4, ve 5.

maddeler tersine puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 10, en yüksek puan 50'dir. Ölçekten alınan puanın düşüklüğü evlilik doyum düzeyinin düşük olduğunu, ölçekten alınan puanın yüksekliği ise bireyin evlilik doyum düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir.

Ölçeğin geçerliliğini belirlemek amacıyla, ölçek evli ve boşanmış bireylere uygulanmış ve grupların ölçekten aldıkları puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde fark olduğu bulunmuştur ($t=6.23$, $p<0.01$). Bu bulgu da ölçeğin dış ölçüte göre geçerliğinin kanıtı olarak gösterilmiştir. Ölçeğin test-tekrar test yöntemi ile belirlenen güvenilirlik kat sayısı 0.85, Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ise erkek grubunda 0.88, kadın grubunda 0.91 olarak bulunmuştur. Ölçeğin bu çalışmadaki Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı .90 olarak tespit edilmiştir.

3.3.3 Spielberger Sürekli Kaygı Envanteri (SSKE)

Spielberger, Goursuck ve Lushene (1970) tarafından geliştirilen ölçek Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri kaygı düzeyini ölçmek amacıyla kullanılan ölçeklerin en önemlisidir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmaları N. Öner-A. Lecomte (1974-1977) tarafından gerçekleştirilmiştir (Ek A.3).

Sürekli kaygı düzeyini ölçen kendi kendini değerlendirmeye yarayan 1-4 arası derecelenen likert tipi bir ölçektir. 40 maddelik iki ayrı ölçekten oluşur. Ancak bu çalışmada sürekli kaygıyı ölçen 20 maddelik boyutu kullanılmıştır. Ölçekte cevap seçenekleri 'Hemen hiçbir zaman (1)', 'Bazen (2)', 'Çok zaman (3)', 'Hemen her zaman (4)' şeklindedir. Ölçekte 1, 6, 7, 10, 13, 16, 19. maddeler tersine puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 20-80 arasında değişmektedir. Yüksek puan kaygı düzeyinin yüksek olduğunu göstergesidir. Ölçeğin Kuder-Richardson (Alpha) güvenilirlik katsayısı .83 ile .87 arasında; test-tekrar test yönteminden elde edilene güvenilirlik katsayısı .71 ile .86 arasında ve madde güvenilirliği katsayısı .34 ile .72 arasındadır (Öner ve Le Compte, 1985). Ölçeğin normal ve hasta örnekleriyle yapılan çalışmalar sonucu elde edilen Alpha güvenilirlik katsayısı, 0.83 ile 0.87 arasında değişmektedir (Yıldırım Doğru, Arslan, 2006). Ölçeğin bu çalışmadaki Cronbach alpha iç tutarlık katsayısı .88 olarak bulunmuştur.

3.3.4 İlişkisel Yılmazlık Ölçeği (İYÖ)

Aydoğan (2014) tarafından çiftin ilişkide yaşanan güçlük, sıkıntı, zor zamanlar (travmatik yaşantı gibi) sonrasında ilişki süreçlerini koparmayıp, birlikte toparlanma güçlerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir (Ek A.4). Ölçek 27 maddeden oluşmakta olup, ilişkisel yılmazlığın aktör (6 madde), partner (6 madde), ortak (birliktelik) (10 madde) ve maneviyat (5 madde) boyutlarını içermektedir. Aktör boyutu, bireyin eşine sunduğu yaklaşımı; partner boyutu, bireyin eşinden aldığı yaklaşımı; ortak boyutu ise birlikte yaklaşımı ifade etmektedir. 7'li derecelendirilen Likert tipi bir ölçme aracıdır. Ölçekten alınabilecek puan aralığı 27 ile 149 arasında değişmektedir. Puanların yüksekliği bireylerin ilişkisel yılmazlık düzeylerinin yüksek olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin psikometrik özellikleri 293 evli kişi üzerinde incelenmiştir. Yapı geçerliliği çalışmaları kapsamında doğrulayıcı faktör analizi tekniği (DFA) kullanılmıştır. Öngörülen dört boyutlu yapıyı test etmek üzere yapılan birinci DFA analizinden elde edilen uyum indeksleri ve aynı zamanda ilişkisel yılmazlık ölçeğinin toplam puan üzerinden değerlendirilebilecek bir ölçme aracı olduğunu gösteren ikinci düzey DFA ile elde edilen uyum indeksleri ölçeğin yapı geçerliliğine ilişkin yeterli bir kanıt sağlanmıştır. Ölçüt geçerliliği kapsamında stresle başa çıkma arasında pozitif .29 ($p < .01$), kısa semptom ile negatif düzeyde -.24 ($p < .01$) ilişkiler elde edilmiştir. İlişkisel Yılmazlık Ölçeğinin güvenilirliğini belirlemek üzere hesaplanan Cronbach alfa değeri toplam için .96, aktör boyutu için .93, partner boyutu için .90, ortak (birliktelik) boyutu için .95 ve maneviyat boyutu için .86 olarak bulunmuştur. Ölçeğin bu çalışmadaki Cronbach alfa değeri toplam için .96, aktör boyutu için .94, partner boyutu için .88, ortak (birliktelik) boyutu için .95 ve maneviyat boyutu için .87 olarak bulunmuştur.

3.3.5 Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Form

Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Form (PYAİTÖ-KF) Fischer ve Farina (1995) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin 10 maddeden oluşan kısa formu Psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ölçeğinin bu formu 29 maddelik orijinal ölçeğin kısaltılmışı halidir. Psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ölçeğinin bu formu 29 maddelik uzun formunun 10 maddelik kısa formu olan bu ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmaları Topkaya (2011) tarafından gerçekleştirilmiştir (Ek A.5). Ölçek, kesinlikle

katılmıyorum (1), kesinlikle katılıyorum (4) şeklinde cevaplanan 4'lü Likert tipinde bir ölçektir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan ise 40'tır. Ölçekten alınan yüksek puan, psikolojik yardım almaya karşı olumlu tutuma; düşük puan ise psikolojik yardım almaya karşı olumsuz tutuma işaret etmektedir. Ölçeğin güvenilirliğini test etmek amacıyla Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı ve McDonald'ın omega değerlerine bakılmıştır. Ölçek için hesaplanan Cronbach alfa katsayısı .76; yapısal güvenilirliği için hesaplanan McDonald'ın omega değeri .76 olarak bulunmuştur. Bu araştırma için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .72 olarak tespit edilmiştir.

3.4 VERİLERİN TOPLANMASI

Araştırmanın verileri araştırma grubuna giren, veri toplama araçlarını almayı, doldurmayı kabul eden otizmlili çocuğa sahip evli bireylerden toplanmıştır. Veri toplama aşamasında Kişisel Bilgi Formu, Evlilik Yaşam Ölçeği, Spielberger Sürekli Kaygı Envanteri, İlişkisel Yılmazlık Ölçeği ve Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Form annelere dağıtılmıştır. Ölçekleri teslim alan anneler evde eşlerinin de doldurması tamamlanınca birkaç gün içinde zarf içinde geri teslim etmişlerdir. Şişli'de bulunan diğer özel eğitim merkezinde eğitime gelen anneler için de aynı işlem gerçekleştirilmiştir. Annelere teslim edilen ölçeklerin babalar tarafından da doldurulması özellikle vurgulanmıştır. Ayrıca ölçeklere isimlerin yazılması gerekmediği de ifade edilmiştir. Ölçeklerin doldurulması 30 dakika sürmüş olup, verilerin toplanması 1,5 ayda gerçekleşmiştir.

3.5 VERİLERİN ANALİZİ

Verilerin analizi SPSS (Statistical Package for Social Sciences) Windows 21.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Çalışmada araştırma sorularına uygun olan istatistiksel yöntemler uygulanmıştır. Bu kapsamda öncelikle verilerin normal dağılım gösterip göstermediğine Kolmogorov Smirnov normallik testi ile bakılmıştır. Normal dağılım göstermeyen ve parametrik olmayan ikili grupların karşılaştırılmasında Mann Whitney-U testi, ikiden fazla grupları karşılaştırmak içinse Kruskal Wallis-H testi kullanılmıştır.

Araştırmada otizmli çocuğa sahip bireylerin evlilik doyumu, kaygı, ilişkisel yılmazlık ve psikolojik yardım alma tutumu arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla Spearman momentler çarpımı korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Otizmli ocuğa sahip bireylerin evlilik doyumunu kaygı, ilişkisel yılmazlık ve psikolojik yardım alma tutumu değişkenlerinin nasıl yordadığını belirlemek için aşamalı regresyon analizi yapılmıştır.



4. BULGULAR

4.1 OTİZMLİ ÇOCUĞA SAHİP ÇİFTLERİN ÖLÇEK TOPLAM PUANLARI VE ALT BOYUTLARINA İLİŞKİN BETİMSSEL İSTATİSTİKLER

Çalışmada kullanılan tüm ölçeklerin tam ve altboyut puanlarının betimsel istatistiklerine Tablo 4.1’de yer verilmiştir.

Tablo 4.1: Ölçek toplam ve altboyut puanlarının betimsel istatistikleri

	n	Minimum	Maksimum	\bar{x}	S
Evlilik Doyumu	200	14	50	37,2	7,95
Kaygı	200	20	79	43,26	9,24
Psikolojik Yardım Alma Tutumu	200	15	40	28,9	4,34
İlişkisel Yılmazlık	200	59	189	147,58	28,27
Maneviyat	200	5	35	26,79	6,95
İlişkisel Aktör	200	6	42	32,08	8,50
Partner	200	10	42	33,85	6,28
Ortak	200	17	70	54,86	12,15

Evli çiftlerin evlilik doyum ölçeğinin puan ortalaması ($37,20 \pm 7,95$), sürekli kaygı ölçeğinin puan ortalaması ($43,26 \pm 9,24$), psikolojik yardım almayla ilişkin tutum ölçeğinin ortalaması ($28,90 \pm 4,34$) ve ilişkisel yılmazlık ölçeğinin ortalaması ($147,58 \pm 28,27$) olarak tespit edilmiştir. İlişkisel yılmazlık ölçeğinin altboyutları incelendiğinde ise; maneviyat altboyutunun ortalamasının ($26,79 \pm 6,95$), ilişkisel aktör altboyutunun ortalamasının ($32,08 \pm 8,50$), partner altboyutunun ortalamasının ($33,85 \pm 6,28$) ve ortak altboyutunun ortalamasının ($54,86 \pm 12,15$) olduğu görülmüştür.

4.2 OTİZMLİ ÇOCUĞA SAHİP ÇİFTLERİN EVLİLİK DOYUMLARININ ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE FARKLILIK GÖSTERİP GÖSTERMEDİĞİNE İLİŞKİN BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde otizmlili çocuğa sahip olan bireylerin evlilik doyumunun ‘cinsiyet, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, normal gelişim gösteren çocuğu olup olmaması, şu anki psikolojik destek ihtiyacı, sürekli kaygı düzeyi, ilişkisel yılmazlık düzeyi,

psikolojik yardım almaya ilişkin tutum düzeyi' değişkenlerine göre değişip değişmediği incelenmiştir.

4.2.1 Otizmlı Çocuğa Sahip Çiftlerin Evlilik Doyumunun Cinsiyete Göre İncelenmesiyle İlgili Bulgular

Araştırmanın 'Otizmlı çocuğa sahip çiftlerin evlilik doyumu cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?' alt problemi için grup evlilik doyumu puanı arasındaki fark iki bağımsız grup arasındaki farklılığın önemini araştıran Mann-Whitney U testi uygulanarak test edilmiş olup, normallik testi sonuçları ve bulgular Tablo 4.2 ve 4.3'de sunulmuştur.

Tablo 4.2: Evlilik doyumu puanlarının cinsiyet grupları bakımından normallik testi

Ölçek Puanı	Cinsiyet	Kolmogorov-Smirnov Normallik Testi	
		N	p
Evlilik Doyumu	Kadın	100	0,002
	Erkek	100	0,028

Evlilik doyumu puanının cinsiyet değişkenine göre normallik testi sonucu, evlilik doyumunun cinsiyete göre normal dağılım göstermediğine işaret etmektedir ($p < 0,05$).

Normallik varsayımının sağlanmaması sebebiyle bağımsız örnekler için parametrik olmayan istatistiksel yöntemler uygulanmıştır. Bu doğrultuda, evlilik doyumunun cinsiyet değişkenine göre anlamlı derecede farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla Mann-Whitney U testi kullanılmıştır.

Tablo 4.3: Evlilik doyumu puanlarının cinsiyet grupları bakımından karşılaştırılması

Ölçek Puanı	Cinsiyet	n	\bar{x}	ss	SO	z	p
Evlilik Doyumu	Kadın	100	36,00	8,24	92,33	-1,999	,046
	Erkek	100	38,40	7,50	108,68		

Otizmlı çocuğa sahip bireylerin evlilik doyumu puanları arasında cinsiyete göre %95 güven aralığında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Buna göre,

otizimli çocuğa sahip erkek bireylerin ($\bar{X}=38,40$), kadın bireylere ($\bar{X}=36,00$) kıyasla evlilik doyumu daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

4.2.2 Otizimli Çocuğa Sahip Çiftlerin Evlilik Doyumunun Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesiyle İlgili Bulgular

Araştırmanın ‘Otizimli çocuğa sahip çiftlerin evlilik doyumu eğitim düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi için grup evlilik doyumu puanı arasındaki fark üç ya da daha fazla bağımsız grup arasındaki farklılığının önemini araştıran Kruskal Wallis-H testi uygulanarak test edilmiş olup, normallik testi sonuçları ve bulgular Tablo 4.4 ve 4.5’de sunulmuştur.

Tablo 4.4: Evlilik doyumu puanlarının eğitim düzeyi grupları bakımından normallik testi

Ölçek Puanı	Eğitim Düzeyi	Kolmogorov-Smirnov Normallik Testi	
		N	p
Evlilik Doyumu	Ortaokul ve altı	45	0,000
	Lise	64	0,193
	Üniversite ve üstü	91	0,002

Evlilik doyumu puanının eğitim durumu değişkenine göre normallik testi sonucu, evlilik doyumu puanının eğitim durumuna göre normal dağılım göstermediğine işaret etmektedir ($p<0,05$).

Normallik varsayımının sağlanmaması sebebiyle bağımsız örnekler için parametrik olmayan istatistiksel yöntemler uygulanmıştır. Bu doğrultuda, evlilik doyumu puanının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı derecede farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis-H testi kullanılmıştır.

Tablo 4.5: Evlilik doyumu puanlarının eğitim düzeyi grupları bakımından karşılaştırılması

Ölçek Puanı	Eğitim Düzeyi	n	\bar{X}	ss	SO	x^2	p
Evlilik Doyumu	Ortaokul ve altı	45	38,44	6,89	108,92		
	Lise	64	36,33	8,02	94,54	1,635	,442
	Üniversite ve üstü	91	37,20	8,38	100,53		

Bulgular otizimli çocuğa sahip bireylerin evlilik doyumu puanları arasında eğitim düzeyine göre %95 güven aralığında anlamlı bir farklılık olmadığına işaret etmektedir ($p>0,05$).

4.2.3 Otizimli Çocuğa Sahip Çiftlerin Evlilik Doyumunun Gelir Durumuna Göre İncelenmesiyle İlgili Bulgular

Araştırmanın ‘Otizimli çocuğa sahip çiftlerin evlilik doyumu gelir durumuna göre farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi için grup evlilik doyumu puanı arasındaki fark üç ya da daha fazla bağımsız grup arasındaki farklılığının önemini araştıran Kruskal Wallis-H testi uygulanarak test edilmiş olup, normallik testi sonuçları ve bulgular Tablo 4.6 ve 4.7’de sunulmuştur.

Tablo 4.6: Evlilik doyumu puanlarının gelir durumu grupları bakımından normallik testi

Ölçek Puanı	Gelir Durumu	Kolmogorov-Smirnov Normallik Testi	
		N	p
Evlilik Doyumu	3000 TL ve altı	89	0,002
	3000-5000 TL	54	0,023
	5000 TL ve üzeri	57	0,073

Evlilik doyumu puanının gelir durumu değişkenine göre normallik testi sonucu, evlilik doyumunun gelir durumuna göre normal dağılım göstermediğine işaret etmektedir ($p<0,05$).

Normallik varsayımının sağlanmaması sebebiyle bağımsız örnekler için parametrik olmayan istatistiksel yöntemler uygulanmıştır. Bu doğrultuda, evlilik doyumunun gelir durumu değişkenine göre anlamlı derecede farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis-H testi kullanılmıştır.

Tablo 4.7: Evlilik doyumu puanlarının gelir durumu grupları bakımından karşılaştırılması

Ölçek Puanı	Gelir Durumu	n	\bar{x}	ss	SO	x^2	p
Evlilik Doyumu	3000 TL ve altı	89	36,93	7,59	97,60		
	3000-5000 TL	54	37,07	8,80	101,37	,470	,791
	5000 TL ve üzeri	57	37,74	7,77	104,20		

Bulgular otizmlı çocuğa sahip bireylerin evlilik doyumu puanları arasında gelir durumuna göre %95 güven aralığında anlamlı bir farklılık olmadığına işaret etmektedir ($p>0,05$).

4.2.4 Otizmlı Çocuğa Sahip Çiftlerin Evlilik Doyumunun Normal Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip Olup Olmamasına Göre İncelenmesiyle İlgili Bulgular

Araştırmanın ‘Otizmlı çocuğa sahip çiftlerin evlilik doyumu normal gelişim gösteren çocuğu olup olmamasına göre farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi için grup evlilik doyumu puanı arasındaki fark iki bağımsız grup arasındaki farklılığın önemini araştıran Mann-Whitney U testi uygulanarak test edilmiş olup, normallik testi sonuçları ve bulgular Tablo 4.8 ve 4.9’da sunulmuştur.

Tablo 4.8: Evlilik doyumu puanlarının normal gelişim gösteren çocuğa sahip olup olmama durumu grupları bakımından normallik testi

Ölçek Puanı	Normal Gelişim Çocuk	Kolmogorov-Smirnov Normallik Testi	
		N	p
Evlilik Doyumu	Var	102	,003
	Yok	98	,007

Evlilik doyumu puanının normal gelişim gösteren çocuğa sahip olup olmama durumu değişkenine göre normallik testi sonucu, evlilik doyumunun normal gelişim gösteren çocuğa sahip olup olmama durumuna göre normal dağılım göstermediğine işaret etmektedir ($p<0,05$).

Normallik varsayımının sağlanmaması sebebiyle bağımsız örnekler için parametrik olmayan istatistiksel yöntemler uygulanmıştır. Bu doğrultuda, evlilik doyumunun normal gelişim gösteren çocuğa sahip olup olmama durumu değişkenine göre anlamlı derecede farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla Mann-Whitney U testi kullanılmıştır.

Tablo 4.9: Evlilik doyumu puanlarının normal gelişim gösteren çocuğa sahip olup olmama durumu grupları bakımından karşılaştırılması

Ölçek Puanı	Normal Çocuk	Gelişim	n	\bar{x}	ss	SO	z	p
Evlilik Doyumu	Var		102	38,55	6,94	109,19	-2,169	,030
	Yok		98	35,80	8,70	91,45		

Otizimli çocuğa sahip bireylerin evlilik doyumu puanları arasında normal gelişim gösteren çocuğa sahip olma durumuna göre %95 güven aralığında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Buna göre, otizmli çocuğa sahip ve aynı zamanda normal gelişim gösteren çocuğa da sahip olan bireylerin ($\bar{x}=38,55$), sadece otizmli çocuğa sahip bireylere ($\bar{x}=35,80$) kıyasla evlilik doyumunun daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

4.2.5 Otizmli Çocuğa Sahip Çiftlerin Evlilik Doyumunun Şuanki Psikolojik Destek İhtiyacına Göre İncelenmesiyle İlgili Bulgular

Araştırmanın ‘Otizmli çocuğa sahip çiftlerin evlilik doyumu şu anki psikolojik destek ihtiyacına göre farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi için grup evlilik doyumu puanı arasındaki fark iki bağımsız grup arasındaki farklılığın önemini araştıran Kruskal Wallis-H testi uygulanarak test edilmiş olup, normallik testi sonuçları ve bulgular Tablo 4.10 ve 4.11’de sunulmuştur.

Tablo 4.10: Evlilik doyumu puanlarının şuanki psikolojik destek ihtiyacı grupları bakımından normallik testi

Ölçek Puanı	Şu Anki Psikolojik Destek İhtiyacı	Kolmogorov-Smirnov Normallik Testi	
		N	p
Evlilik Doyumu	Evet	40	0,190
	Hayır	90	0,002
	Bazen	70	0,037

Evlilik doyumu puanının şu anki psikolojik destek ihtiyacı değişkenine göre normallik testi sonucu, evlilik doyumunun şu anki psikolojik destek ihtiyacına göre normal dağılım göstermediğine işaret etmektedir ($p < 0,05$).

Normallik varsayımının sağlanmaması sebebiyle bağımsız örnekler için parametrik olmayan istatistiksel yöntemler uygulanmıştır. Bu doğrultuda, evlilik doyumunun şu anki psikolojik destek ihtiyacı değişkenine göre anlamlı derecede farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla Kruskal Wallis-H testi kullanılmıştır.

Tablo 4.11: Evlilik doyumu puanlarının şuanki psikolojik destek ihtiyacı grupları bakımından karşılaştırılması

Ölçek Puanı	Şu Anki Psikolojik Destek İhtiyacı	n	\bar{x}	ss	SO	x^2	p
	Evet	40	30,83	7,73	56,53		
Evlilik Doyumu	Hayır	90	38,70	7,74	111,8	28,923	,000
	Bazen	70	38,91	6,47	111,1		

Otizimli çocuğa sahip bireylerin evlilik doyumu puanları arasında şu anki psikolojik destek ihtiyacına göre %95 güven aralığında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Bulgular, otizimli çocuğa sahip çiftlerden şuan psikolojik destek ihtiyacı olmayan bireylerin ($\bar{x}=38,70$) en fazla evlilik doyumuna, şuan psikolojik destek ihtiyacı olan bireylerin ($\bar{x}=30,83$) en düşük evlilik doyumuna sahip olduğunu göstermektedir.

4.2.6 Otizimli Çocuğa Sahip Çiftlerin Evlilik Doyumunun Sürekli Kaygı Düzeyine Göre İncelenmesiyle İlgili Bulgular

Araştırmanın ‘Otizimli çocuğa sahip çiftlerin evlilik doyumu sürekli kaygı düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi için grup evlilik doyumu puanı arasındaki fark iki bağımsız grup arasındaki farklılığın önemini araştıran Mann-Whitney U testi uygulanarak test edilmiş olup, normallik testi sonuçları ve bulgular Tablo 4.12 ve 4.13’de sunulmuştur.

Tablo 4.12: Evlilik doyumu puanlarının sürekli kaygı düzeyi grupları bakımından normallik testi

Ölçek Puanı	Kaygı Düzeyi	Kolmogorov-Smirnov Normallik Testi	
		N	p
Evlilik Doymu	Sürekli Kaygı Düzeyi Düşük	112	0,000
	Sürekli Kaygı Düzeyi Yüksek	88	0,200

Evlilik doyumu puanının sürekli kaygı değişkenine göre normallik testi sonucu, evlilik doyumunun sürekli kaygı düzeyine göre normal dağılım göstermediğine işaret etmektedir ($p<0,05$).

Normallik varsayımının sağlanmaması sebebiyle bağımsız örnekler için parametrik olmayan istatistiksel yöntemler uygulanmıştır. Bu doğrultuda, evlilik doyumunun sürekli kaygı değişkenine göre anlamlı derecede farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla Mann-Whitney U testi kullanılmıştır.

Tablo 4.13: Evlilik doyumu puanlarının sürekli kaygı düzeyi grupları bakımından karşılaştırılması

Ölçek Puanı	Sürekli Kaygı Düzeyi	n	\bar{x}	ss	SO	z	p
Evlilik Doymu	Sürekli Kaygı Düzeyi Düşük	112	40,16	7,39	123,18	-6,257	,000
	Sürekli Kaygı Düzeyi Yüksek	88	33,43	7,02	71,64		

Otizmlili çocuğa sahip bireylerin evlilik doyumu puanları arasında sürekli kaygı düzeyine göre %95 güven aralığında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Buna göre, otizmlili çocuğa sahip olan sürekli kaygı düzeyi düşük bireylerin ($\bar{x}=40,16$), sürekli kaygı düzeyi yüksek bireylere ($\bar{x}=33,43$) kıyasla evlilik doyumunun daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

4.2.7 Otizmlı Çocuğa Sahip Çiftlerin Evlilik Doyumunun İlişkisel Yılmazlık Düzeyine Göre İncelenmesiyle İlgili Bulgular

Araştırmanın ‘Otizmlı çocuğa sahip çiftlerin evlilik doyumunu ilişkisel yılmazlık düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi için grup evlilik doyumunu puanı arasındaki fark iki bağımsız grup arasındaki farklılığın önemini araştıran Mann-Whitney U testi uygulanarak test edilmiş olup, normallik testi sonuçları ve bulgular Tablo 4.14 ve 4.15’de sunulmuştur.

Tablo 4.14: Evlilik doyumunu puanlarının ilişkisel yılmazlık düzeyi grupları bakımından normallik testi

Ölçek Puanı	İlişkisel Yılmazlık Düzeyi	Kolmogorov-Smirnov Normallik Testi	
		N	p
Evlilik Doyumu	İlişkisel Yılmazlık Düzeyi Düşük	96	0,011
	İlişkisel Yılmazlık Düzeyi Yüksek	104	0,000

Evlilik doyumunu puanının ilişkisel yılmazlık değişkenine göre normallik testi sonucu, evlilik doyumunun ilişkisel yılmazlık düzeyine göre normal dağılım göstermediğine işaret etmektedir ($p < 0,05$).

Normallik varsayımının sağlanmaması sebebiyle bağımsız örnekler için parametrik olmayan istatistiksel yöntemler uygulanmıştır. Bu doğrultuda, evlilik doyumunun ilişkisel yılmazlık değişkenine göre anlamlı derecede farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla Mann-Whitney U testi kullanılmıştır.

Tablo 4.15: Evlilik doyumunu puanlarının ilişkisel yılmazlık düzeyi grupları bakımından karşılaştırılması

Ölçek Puanı	İlişkisel Düzeyi	Yılmazlık	n	\bar{x}	ss	SO	z	p
Evlilik Doyumu	İlişkisel Düzeyi Düşük	Yılmazlık	96	33,15	7,29	70,30	-7,097	,000
	İlişkisel Düzeyi Yüksek	Yılmazlık	104	40,94	6,60	128,38		

Otizimli çocuğa sahip bireylerin evlilik doyumu puanları arasında ilişkisel yılmazlık düzeyine göre %95 güven aralığında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Buna göre, otizimli çocuğa sahip olan ilişkisel yılmazlık düzeyleri yüksek bireylerin ($\bar{x}=40,94$), ilişkisel yılmazlık düzeyleri düşük bireylere ($\bar{x}=33,15$) kıyasla evlilik doyumunun daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

4.2.8 Otizimli Çocuğa Sahip Çiftlerin Evlilik Doyumunun Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutumuna Göre İncelenmesiyle İlgili Bulgular

Araştırmanın ‘Otizimli çocuğa sahip çiftlerin evlilik doyumu psikolojik yardım almaya ilişkin tutuma göre farklılaşmakta mıdır?’ alt problemi için grup evlilik doyumu puanı arasındaki fark iki bağımsız grup arasındaki farklılığın önemini araştıran Mann-Whitney U testi uygulanarak test edilmiş olup, normallik testi sonuçları ve bulgular Tablo 4.16 ve 4.17’de sunulmuştur.

Tablo 4.16: Evlilik doyumu puanlarının psikolojik yardım almaya ilişkin tutum düzeyi grupları bakımından normallik testi

Ölçek Puanı	Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Düzeyi	Kolmogorov-Smirnov Normallik Testi	
		N	p
Evlilik Doyumu	Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutumu Düşük	79	0,001
	Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutumu Yüksek	121	0,000

Evlilik doyumu puanının psikolojik yardım almaya ilişkin tutum değişkenine göre normallik testi sonucu, evlilik doyumunun psikolojik yardım almaya ilişkin tutuma göre normal dağılım göstermediğine işaret etmektedir ($p<0,05$).

Normallik varsayımının sağlanmaması sebebiyle bağımsız örnekler için parametrik olmayan istatistiksel yöntemler uygulanmıştır. Bu doğrultuda, evlilik doyumunun psikolojik yardım almaya ilişkin tutum değişkenine göre anlamlı derecede farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla Mann-Whitney U testi kullanılmıştır.

Tablo 4.17: Evlilik doyumu puanlarının psikolojik yardıma ilişkin tutum düzeyi grupları bakımından karşılaştırılması

Ölçek Puanı	Psikolojik Almaya Tutum Düzeyi	Yardıma İlişkin	n	\bar{x}	ss	SO	z	p
Evlilik Doyumu	Psikolojik Almaya Tutumu Düşük	Yardıma İlişkin	79	35,91	7,81	90,44	-1,989	,047
	Psikolojik Almaya Tutumu Yüksek	Yardıma İlişkin	121	38,04	7,96	107,07		

Otizmlili çocuğa sahip bireylerin evlilik doyumu puanları arasında psikolojik yardıma ilişkin tutuma göre %95 güven aralığında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Buna göre, otizmlili çocuğa sahip olan psikolojik yardıma ilişkin tutumu yüksek bireylerin ($\bar{x}=38,04$), psikolojik yardıma ilişkin tutumu düşük bireylere ($\bar{x}=35,91$) kıyasla evlilik doyumunun daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

4.3 OTİZMLİLİ ÇOCUĞA SAHİP ÇİFTLERİN EVLİLİK DOYUMU, KAYGI, İLİŞKİSEL YILMAZLIK VE PSİKOLOJİK YARDIMA İLİŞKİN TUTUMLAR ARASINDAKİ İLİŞKİLERLE İLGİLİ BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde ‘Otizmlili çocuğa sahip çiftlerin evlilik doyumu, kaygı, ilişkisel yılmazlık ve psikolojik yardıma ilişkin tutumu arasında ilişki var mı?’ sorusuna cevap aranmıştır.

Evlilik doyumu, sürekli kaygı, ilişkisel yılmazlık ve psikolojik yardıma ilişkin tutum değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını test etmek amacıyla spearman's rho korelasyon analizi uygulanmış olup normallik testi sonuçları ve bulgular Tablo 4.18 ve 4.19’da sunulmuştur.

Tablo 4.18: Evlilik doyumu, sürekli kaygı, psikolojik yardım almaya ilişkin tutumu ve ilişkisel yılmazlık için normallik testi

Ölçek Puanı	Kolmogorov-Smirnov Normallik Testi	
	N	p
Evlilik Doyumu	200	,019
Sürekli Kaygı	200	,262
İlişkisel Yılmazlık (İY)	200	,072
İY-Maneviyat	200	,007
İY-Aktör	200	,005
İY-Partner	200	,046
İY-Ortak	200	,022
Psikolojik Yardım Alma Tutumu	200	,010

Evlilik doyumu, sürekli kaygı, ilişkisel yılmazlık ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutum değişkenleri için normallik testi sonucu, evlilik doyumu, psikolojik yardım alma tutumu ve ilişkisel yılmazlık ölçeğinin maneviyat, aktör, partner ve ortak altboyutlarının normal dağılım ($p < 0,05$) göstermediğine işaret etmektedir. Ancak, sürekli kaygı ve ilişkisel yılmazlık ölçeğini toplam puanının normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir ($p > 0,05$).

Tüm değişkenlerde normallik varsayımının sağlanmaması sebebiyle değişkenler arasındaki ilişkinin tespiti için parametrik olmayan istatistiksel yöntemler uygulanmıştır. Bu doğrultuda, değişkenler arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla spearman sıralama korelasyonu katsayısı (spearman's rho) kullanılmıştır.

Tablo 4.19: Parametrik olmayan korelasyon (Spearman's rho) analizi bulguları

Ölçek Puanları	Evlilik Doyumu	Sürekli Kaygı	İlişkisel Yılmazlık	Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum	Maneviyat	İlişkisel Aktör	Partner	Ortak
Evlilik Doyumu	1	-,470**	,616**	,102	,146*	,594**	,519**	,638**
Sürekli Kaygı		1	-,393**	,045	,014	-,379**	-,359**	-,421**
İlişkisel Yılmazlık			1	,157*	,492**	,916**	,823**	,950**
Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum				1	,037	,139	,226**	,163*
Maneviyat					1	,290**	,281**	,272**
İlişkisel Aktör						1	,679**	,896**
Partner							1	,794**
								1

Evlilik doyumu ve sürekli kaygı arasında %99 güven aralığında anlamlı derecede negatif yönlü zayıf bir ilişki bulunmaktadır ($r=-0,470$, $p<0,01$).

Evlilik doyumu ve ilişkisel yılmazlık arasında %99 güven aralığında anlamlı derecede pozitif yönlü kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır ($r=0,616$, $p<0,01$).

Evlilik doyumu ve ilişkisel yılmazlığın alt boyutu olan maneviyat arasında %95 güven aralığında anlamlı derecede pozitif yönlü zayıf bir ilişki bulunmaktadır ($r=0,146$, $p<0,05$).

Evlilik doyumu ve ilişkisel yılmazlığın alt boyutu olan ilişkisel aktör arasında %99 güven aralığında anlamlı derecede pozitif yönlü kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır ($r=0,594$, $p<0,01$).

Evlilik doyumu ve ilişkisel yılmazlığın alt boyutu olan partner arasında %99 güven aralığında anlamlı derecede pozitif yönlü kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır ($r=0,519$, $p<0,01$).

Evlilik doyumu ve ilişkisel yılmazlığın alt boyutu olan ortak arasında %99 güven aralığında anlamlı derecede pozitif yönlü kuvvetli bir ilişki bulunmaktadır ($r=0,638$, $p<0,01$).

Evlilik doyumu ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutum arasında %95 güven aralığında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Sürekli kaygı ve ilişkisel yılmazlık arasında %99 güven aralığında anlamlı derecede negatif yönlü zayıf bir ilişki bulunmaktadır ($r=-0,393$, $p<0,01$).

Sürekli kaygı ve ilişkisel yılmazlığın alt boyutu olan maneviyat arasında %95 güven aralığında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Sürekli kaygı ve ilişkisel yılmazlığın alt boyutu olan ilişkisel aktör arasında %99 güven aralığında anlamlı derecede negatif yönlü zayıf bir ilişki bulunmaktadır ($r=-0,379$, $p<0,01$).

Sürekli kaygı ve ilişkisel yılmazlığın alt boyutu olan partner arasında %99 güven aralığında anlamlı derecede negatif yönlü zayıf bir ilişki bulunmaktadır ($r=-0,359$, $p<0,01$).

Sürekli kaygı ve ilişkisel yılmazlığın alt boyutu olan ortak arasında %99 güven aralığında anlamlı derecede negatif yönlü zayıf bir ilişki bulunmaktadır ($r=-0,421$, $p<0,01$).

Sürekli kaygı ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutum arasında %95 güven aralığında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ve ilişkisel yılmazlık ve arasında %95 güven aralığında anlamlı derecede pozitif yönlü zayıf bir ilişki bulunmaktadır ($r=0,157$, $p<0,05$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ve ilişkisel yılmazlığın alt boyutu olan maneviyat arasında %95 güven aralığında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ve ilişkisel yılmazlığın alt boyutu olan ilişkisel aktör arasında %95 güven aralığında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ve ilişkisel yılmazlığın alt boyutu olan partner arasında %99 güven aralığında anlamlı derecede pozitif yönlü zayıf bir ilişki bulunmaktadır ($r=0,226$, $p<0,01$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ve ilişkisel yılmazlığın alt boyutu olan ortak arasında %95 güven aralığında anlamlı derecede pozitif yönlü zayıf bir ilişki bulunmaktadır ($r=0,163$, $p<0,05$).

5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışma iki aşamadan oluşmaktadır. Çalışmanın ilk aşamasında otizmlı çocuğu olan çiftlerin evlilik doyumu çeşitli değişkenlere göre incelenmiştir. İkinci aşamasında ise otizmlı çocuğu olan çiftlerin evlilik doyumu, kaygı, ilişkisel yılmazlık ve psikolojik yardım alma tutumu arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırma bulguları otizmlı çocuğa sahip bireylerin evlilik doyumları arasında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olduğunu desteklemektedir. Buna göre babaların evlilik doyumu annelere göre daha yüksektir. Dışlıklı'nın (2007) yaptığı çalışmada, otizmlı çocukların bakımını genellikle anneler üstlenmektedir. Otizmlı çocukların bakım ve yetiştirilmesinin zor olması ve zaman alması, çoğu kez annelerin iş hayatından kopmasına neden olmaktadır. Bu durum otizmlı çocuğa sahip olan annelerin evlilik doyumunun azalmasına neden olabilir. Niekim, Şen (2004) yaptığı çalışmada engelli çocuğu olduktan sonra annelerin aile ilişkilerinde değişiklik (yüzde 34) olduğunu ifade etmiştir. Ancak, bu araştırmanın bulgusundan farklı olarak Rimmerman, Turkel ve Crossman (2003), gelişimsel yetersizliğe sahip çocukların anne babalarıyla gerçekleştirdikleri çalışmada, evlilik uyumunun ebeveynler arasında anlamlı düzeyde farklılaşmadığını saptamışlardır. Benzer şekilde, Karpat (2011) Yaygın Gelişimsel Bozukluk tanısı almış çocuğu olan ebeveynlerle gerçekleştirdiği çalışmasında cinsiyete göre evlilik uyumu puanları arasında anlamlı bir farklılığın bulunmadığını tespit etmiştir.

Araştırmanın bir başka bulgusu ise otizmlı çocuğa sahip bireylerin evlilik doyumları arasında gelir durumuna göre anlamlı bir farklılık olmadığına işaret etmektedir. Bu çalışmanın bulgusundan farklı olarak Şener ve Terzioğlu (2002) yaptıkları çalışmada ailenin toplam gelir miktarının artması ile birlikte evlilik uyumunun da arttığını belirlemişlerdir. Şahin'in (2015) çalışmasındaki bulgular ise, gelir düzeyi 500-1000 TL arasında olan annelerin depresyon ve anksiyete düzeylerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Ancak, Hatipoğlu'nun (1993) demografik bazı değişkenlerin evlilik doyumundaki rolünü araştırdığı çalışmasındaki evlilik süresi, sahip olunan çocuk sayısı, gelir düzeyi ve mesleki durum değişkenlerinin evlilik doyumunun yordayıcısı olmadığı

bulgusu göze çarpmaktadır. Ayrıca Spanier ve Lewis (1980), ekonomik açıdan iyi durumda olmak, kadınların çalışma durumu ve statüleri ile evde yaşayan aile üyelerinin sayısı gibi sosyo-ekonomik faktörlerin evlilik doyumunu belirlediğini dile getirmişlerdir. Gelir durumunun yanısıra sosyo-ekonomik düzeyin bir diğer göstergesi olan eğitim düzeyine bakıldığında, araştırmanın bulguları çiftlerin öğrenim düzeyinin artması ile birlikte evliliklerinden aldıkları doyumun da arttığını saptamışlardır. Bu sonuç, öğrenim düzeyinin yükselmesinin eşler arasındaki uyumun artmasını sağlayarak çiftlerin açık iletişim kurabilmesini desteklemesinden kaynaklanabilir.

Hekim ve ark. (2005) bir grup otizmlili çocuğun sosyo-demografik ve klinik özellikleriyle yapmış oldukları çalışmada; izlenen bir grup otizmlili çocuğun çoğunluğunun kardeşi olduğu ve otizmlili çocukların sıklıkla ilk çocuk olduğu ortaya çıkmıştır. Otizmlili çocuğa sahip olan ailelerin başka bir çocuğa sahip olmaktan kaçınması, bu duruma yol açıyor olabilir. Bu çalışmada otizmlili çocuğa sahip olan çiftlerin yaklaşık olarak yarısını normal gelişim gösteren bir çocuğa da sahip olan çiftler oluşturmaktadır. Analiz sonucunda otizmlili çocuğa ve aynı zamanda normal gelişim gösteren çocuğa da sahip olan bireylerin, sadece otizmlili çocuğa sahip bireylere göre evlilikten daha fazla doyum aldıkları tespit edilmiştir. Bu çalışmanın bulgularıyla benzer şekilde Altıntaş (2011) gerçekleştirdiği çalışmada, otizmlili çocuğu olan anne ve babaların evliliklerinden, normal gelişim gösteren çocuğu olan anne babalara göre daha az doyum aldıklarını bulmuştur. Ancak, Kogel vd. (1983) ise araştırmalarında, otizmlili çocuğa sahip anne babaların evlilik uyumlarının normal gelişim gösteren çocuğa sahip anne babaların evlilik uyumlarına çok yakın değerde bulunduğunu belirlemiştir.

Çalışmada otizmlili çocuğa sahip olan ve sürekli kaygı düzeyi yüksek bireylerin, sürekli kaygı düzeyi düşük bireylere kıyasla evlilik doyumunun daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Doğru ve Arslan (2008), Piştav, Akmeşe, Mutlu ve Günel'in (2007) engelli çocukların anneleri ile ilgili çalışmalarında engelli çocuk annelerinin sürekli kaygı düzeylerinin ortalamanın üzerinde olduğu görülmüştür. Çünkü engelli çocuklarının gelecekte ne gibi durumlarla karşılaşacaklarına dair belirsizlik, özellikle kendisi yaşlandıktan sonra veya kendisinin vefatından sonra çocuğunun yaşamını nasıl sürdüreceğine dair belirsizlikler annelerin sürekli kaygı durumuna neden olabilmektedir.

Bu çalışmada elde edilen başka bir bulgu ise otizmlı çocuğa sahip ve ilişkişel yılmazlık düzeyleri yüksek olan çiftlerin evlilik doyumunun daha fazla olduğu yönündedir. Benzer şekilde, Aydoğan (2014) yaptığı çalışmada çiftlerin sahip oldukları kaynakları kullanarak aile içerisinde zor bir yaşam olayı ve ebeveynlik stresi olmasına rağmen ilişkişel yılmazlıklarını sağladıkları sonucunu elde etmiştir.

Bu araştırmaya katılan çiftlerin ise yüzde yirmibeş otizmlı çocuğa sahip olduğunu öğrendikten sonra bir uzmandan psikolojik destek almıştır. Çiftlerin yüzde yirmisi şu an psikolojik destek ihtiyacı olduğunu, yüzde otuz beş ise bazen psikolojik desteğe ihtiyacı olduğunu ifade etmiştir. Bulgulara göre otizmlı çocuğa sahip çiftlerin evlilik doyumunu şu anki psikolojik destek ihtiyacına göre farklılaşmaktadır. Şuan psikolojik destek ihtiyacı olmadığını belirten kişilerin, şu an ve bazen psikolojik desteğe ihtiyacı olduğunu belirten kişilere göre evlilik doyumunun daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, psikolojik yardım almaya ilişkin tutumu yüksek olan otizmlı çocuğa sahip bireylerin evlilik doyumunun psikolojik yardım alma tutumu düşük bireylere kıyasla daha yüksek olduğu saptanmıştır. Aydoğan'ın (2014) yapmış olduğu çalışmada çiftlerin ilişkide bir problem yaşadıkları zaman informal desteklerden sırasıyla en fazla eşlerinden, sonra ailelerinden, sonra yakın arkadaşlarından, daha sonra iş arkadaşlarından ve en son olarak da profesyonel yardıma başvurduklarını bulmuştur. Benzer şekilde, Bodenmann (1995) ilişki süreci içinde stresli durumlarla karşı karşıya kalındığında bunu ilk önce bireysel başa çıkmanın, ikinci olarak ikili başa çıkmanın ve sonrasında ise destek arama davranışlarının takip ettiğini belirtmiştir. Özbay (1996) tarafından gerçekleştirilen araştırmada ise, kadınların duygusal tehdit durumlarıyla karşılaştıklarında erkeklerden daha çok psikolojik problemlerin varlığını kabul ettikleri ve informal/formal yardım veya destek aramakta oldukları bulunmuştur.

Bayat (2007), otistik çocuğa sahip olan anne babaların yılmazlıklarını ele aldığı çalışmada aile bağlılık ve yakınlığının, engel durumuna yükledikleri pozitif anlam oluşturma ve maneviyat ve kişisel gelişim ele alınmıştır. Bayat (2007)'in gerçekleştirdiği araştırmanın sonucuna göre, engelliğe ilişkin pozitif anlam oluşturma, bir aile olarak birliktelik ve yakınlık, sahip olunan maneviyat gücünün ailenin yılmazlığına katkı sağladığı sonucuna ulaşmıştır. Bu araştırmada ise otizmlı çocuğa sahip bireylerin maneviyatı ile ilişkişel yılmazlığı arasında kuvvetli bir ilişki olduğu

saptanmıştır ve buna göre maneviyatı yüksek olan bireylerin ilişkisel yılmazlığında yüksek olacağı söylenebilir.

McCubin'in (1989) gerçekleştirdiği araştırmada, doyuma ulaşmış ailelerin stres altında olmadığı veya stres altında olan ailelerin doyuma ulaşamadığı ortaya çıkmıştır. Aile ortamı içerisindeki doyumun yüksekliğinin evlilik doyumuna, evlilikten alınan doyumun yüksek oluşunun da aile içi ilişkilerdeki doyuma bire bir bağlı olduğunu ifade etmektedir. Araştırma bulgularına göre evlilik doyumunu ve sürekli kaygı arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Buradan hareketle evlilik doyumunu yüksek olan kişilerin sürekli kaygısının düşük olacağı söylenebilir.

Evlilik doyumunu ile ilişkisel yılmazlık ve alt boyutları olan maneviyat, ilişkisel aktör, partner ve ortak arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Bulgulara göre sürekli kaygı ve ilişkisel yılmazlık arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Buradan hareketle sürekli kaygısı düşük olan kişilerin ilişkisel yılmazlığının yüksek olacağı söylenebilir. Sürekli kaygı ile ilişkisel yılmazlığın alt boyutları olan ilişkisel aktör, partner ve ortak arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır.

Yapılan araştırmalar ailede karşı karşıya gelinen güçlük veya risk faktörleri karşısında psikiyatrik konsültasyon (istişare), psikolojik hizmetler, sosyal hizmetler, destek grupları, özel eğitim hizmetleri ve gönüllü kurulum ve kuruluşlardan sağlanan desteğin aile yılmazlığına önemli bir katkısı olduğu sonucuna varmıştır (Heiman 2002, Ahlert ve Greff 2012, Özbay ve Aydoğan 2014). Bu çalışma bulgularına göre otizmli çocuğa sahip kişilerin ilişkisel yılmazlık ve psikolojik yardıma ilişkin tutumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Buna göre ilişkisel yılmazlığı yüksek çiftlerin psikolojik yardıma ilişkin tutumları da olumlu olacaktır.

6. ÖNERİLER

- a) Bu çalışmada yer alan araştırma grubu içinde yer alan otizmlili çocuğa sahip çiftlerden babalara ulaşmada güçlük yaşanmıştır. Aile ve çift danışmanlığında araştırma yapmayı amaçlayan araştırmacıların bu süreçte çiftlere verilecek olan geribildirim ve onların bu süreçte katılımlarının teşvik edilmesine dikkat etmek oldukça yararlı olabilir.
- b) Gerçekleştirilen araştırmada otizmlili çocukların otizmden etkilenme dereceleri belirlenmemiştir (ağır, orta, hafif gibi). Bundan sonra gerçekleştirilecek olan çalışmalarda otizmin derecesi de araştırmaya eklenerek incelenebilir.
- c) Kadın ve erkeklerin ihtiyaç hissettikleri zaman psikolojik yardım alma, alabilme ya da yararlanmada öncelikli olarak eşlerin ilişkilerinin güçlendirilmesi ve destek isteyebilme konusunda becerilerinin geliştirilmesine yönelik çalışmalar yapılabilir.
- d) Psikolojik yardım alma tutumları kimi çiftler tarafından ekonomik bir yük olarak görülüyor olabilir. Profesyonel yardım hizmetlerinden yararlanmada ekonomik olarak güçlük yaşayan bu çiftler için daha düşük ücret veya ücretsiz hizmet veren aile ve çift danışmanlığı merkezlerinin olması yararlı olabilir.
- e) Otizmlili çocuğa sahip çiftler, kendilerinin başına bir şey geldiğinde ya da kendilerine bir şey olduğunda çocuklarıyla kimin ilgileneceği, ona kimin bakacağı konusunda kendilerini çaresiz hissetmektedirler ve bu durum onların kaygı düzeylerini artırmaktadır. Gelişmekte olan eğitim sistemi içinde otizmlili ya da gelişimsel geriliği olan çocuklar için sosyal yaşam alanları/evleri oluşturulur ve onlarla yakından ilgilenecek eğitimcilere yer verilirse ailelerin gelecekte kaygılanmaları bir nebze azalabilir.

- f) Doyumun yaşanmadığı evliliklerde ilişki boşanma noktasına gelmeden önlemlerin alınmasının önemi hakkında çiftler bilinçlendirilmeli, aile danışmanlığı hizmetlerinden daha sık faydalanılmalı.
- g) Toplumun önemli bir kesimini oluşturan engelli çocuk sahibi aileler ve çocuklarının çevre tarafından dışlanmasını önlemek, yardım ve sosyal desteğe ihtiyaç duydukları bilincini yerleştirmek amacıyla toplumun engelli çocuklar ve aileleri hakkında bilgilendirilmesinin de önemli olduğu değerlendirilmektedir. Bu amaca yönelik olarak okullar, hastaneler vb. kurumlarda bilgilendirici eğitimlerin düzenlenmesinin, ailelerin yaşadıkları durumu 'normalize' etmelerine, daha fazla kabul ve destek gördüklerini hissetmelerine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.
- h) Araştırmaya katılan katılımcılara (100 çift) Şişli İlçe'sinde eğitim veren iki özel eğitim merkezinden ulaşılmıştır. Sonra gerçekleştirilecek olan çalışmalarda daha geniş kapsamlı örneklem grubu sağlanabilir.
- i) Araştırmaya tüm aile üyeleri katılarak otizmlili çocuğun ailedeki diğer üyeleri nasıl etkilediği diğer araştırmacılar tarafından incelenebilir.
- j) Engelli çocuğun eğitimi ile ilgilenen eğitimciler mümkün olduğu kadar aile ziyaretlerini arttırarak çocuğun ev ve eğitim imkânlarını görmelidirler. Ailenin, sorunlarıyla ilgilenilmesinden ve kendilerine destek olunmasının yanında, engelli çocuğa uygulanacak eğitim programının ve izlenecek yöntemin kararlaştırılması, planlanması ve yürütülmesinde işbirliği sağlanarak, süreçten uzak kalmamaları sağlanmalıdır.
- k) Engelli çocuğa sahip ana babaların geleceğe dönük kaygılarının azaltılması için devletin her türlü engel grubuna bir sınırlandırmaya gitmeden kademeli olarak maddi destek sağlamasının yararı olacağı düşünülmektedir. Bu maddi destek yanında aile hekimliği gibi engelli çocukların aileleri içinde aile danışmanlığı projesi ile hem psikolojik hem de sosyal yönden desteklenmeleri sağlanabilir.

Bu nedenle engelli çocuğa hizmet verecek uzman personel yetiştirme sayısında bir artışa gidilmelidir.

- 1) Aile içerisinde çocuğun bakımı ile ilgili iş bölümüne gidilerek, tüm sorumluluğun annelere bırakılmaması ve öncelikli olarak annenin ailesi tarafından desteklenmesi son derece önemlidir.



KAYNAKÇA

Kitaplar

- Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013. *Ruhsal bozuklukların tanısai ve sayımsai tanı ölçütleri-DSM V el kitabı*. 5. Baskı. E. Köroğlu (Çev.), Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Belsky, J., 1990. *The Effects of Children on Marriage*. The Psychology of Marriages Conceptual, Emprical and Applied Contributions. Fincham Frank D., Thomas N., Bradbury (Ed.). Newyork: Guilford Press.
- Bowlby, J., 1969. *Attachment and loss*: Vol. 1. Attachment. New York: Basic Books.
- Budak, S., 2000. *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F., 2008. *Bilimsel araştırma yöntemleri*. 14. Baskı. Ankara: Pegem A.
- Cüceloğlu, D., 1997. *İnsan ve davranış*. 7. Baskı. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Csikszentmihalyi, ve I. S. Csikszentmihalyi (Ed.), 2006. *A Life Worth Living* (pp.29-49). New York: Oxford Univesity Press.
- Çetinkaya, B., 2009. *Kendini açma: Kişiler arası ilişkilerde kendini açmanın dinamikleri ve dinamikleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Darıca, N., Abidoğlu, Ü. ve Gümüşçü, Ş., 2002. *Otizm ve otistik çocuklar*. 3.Baskı. İstanbul: Özgür Yayıncılık.
- Dönmezer, İ., 1999. *Ailede iletişim ve etkileşim*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Fazlıoğlu, Y. ve Yurdakul, M., 2005. *Otizm*. İstanbul: Morpa.

- Fincham, F. D. ve Bradbury, T. N., 1990. *Psychology and the study of marriage*, F. D. Fincham, T. N. Bradbury (Ed.), *The Psychology of Marriage*. New York: The Guilford Press.
- Geçtan, E., 2000. *Psikanaliz ve sonrası* (ss.49-50-325). 9. Basım. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Geçtan, E., 2006. *Psikodinamik psikiyatri ve normal dışı davranışlar*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Geçtan, E., 2014. *İnsan olmak*. 12. Basım. İstanbul: Metis Yayıncılık.
- Gillberg, C. ve Coleman, M., 1992. *The biology of the autistic syndromes*. London: Mac. Keith Press.
- Goleman, D., 2000. *Duygusal zeka*. 17. Basım. B. S. Yüksel (Çev.), Varlık Yayınları No:581 (orijinal basım tarihi 1995).
- Güleç, G., 2012. *Aile ve evlilik*. Çınar Yenilmez (Ed.). *Aile yapısı ve ilişkileri*. 1.Basım. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.
- Gürün, O. A., 1991. *Psikoloji sözlüğü*. İstanbul: İnkilap Yayınları.
- Hackney, H. ve Cormier, S., 2008. *Psikolojik Danışma İlke ve Teknikleri: Psikolojik Yardım Süreci El Kitabı*. T. Ergene ve S. Aydemir Sevim (Çev.), Ankara: Mentis Yayıncılık (orijinal basım tarihi 2005).
- Hekim ve ark. 2005. *Bir grup otistik çocuğun sosyo-demografik ve klimik özelliklerinin değerlendirilmesi*. İzmir: I. Uluslar arası Özel Eğitim ve Otizm Sempozyum Kitapçığı.
- Henderson, N., ve Milstein, M. M., 1996. *Resiliency in schools: Making it happen for students and educators*. Thousand Oaks, CA: Corwin Press, Inc.
- Jordan, J. V., 2005. *Relational resilience in girls*. In S. Goldstein ve R. B. Brooks (Ed.). *Handbook of resilience in children*. New York: Springer Science/Business Media.

- Kaplan, H. I. ve Sadock, B. J., 2004. *Klinik psikiyatri*. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri.
- Karasar, N., 2005. *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Keyes, C. L. M. ve Haidt, J., 2002. *Flourishing: Positive psychology and the life well lived*. Washington: American Psychological Association.
- Korkmaz, B., 2005. *Yağmur çocuklar*. İstanbul: 8. Gün Özel Eğitim Rehabilitasyon.
- Köknel, Ö., 1989. *Depresyon: Ruhsal çöküntü*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Köknel, Ö., 1997. *Kaygıdan mutluluğa kişilik*. 14. Basım. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Köknel, Ö., 2014. *Kaygıdan korkuya*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Masten, A. S., 1994. *Resiliency in individual development. Successful adaptation despite risk and Adversity*. Wang M.C. Gordon, E.W. (Eds.) Educational Resiliency In Inner City America. *Challenges and Prospects*. N. J.: Erlbaum, Hillsdale.
- Masten, A. S. ve Reed, M. J., 2002. *Resilience in development*. C. R. Snyder ve S. J. Lopez (Ed.), *The Handbook Of Positive Psychology*. Oxford University Press.
- Murphy, L. B., 1987. *Further reflections on resilience*. E. J. Anthony ve B. J. Cohler (Ed.), *The invulnerable child*. New York: The Guilford Press.
- Nar, E., 2005. *Beni anlayın*. 3. Baskı. İstanbul: Babıali Kültür Yayıncılığı.
- Nichols, W., 2005. *The first years of marital commitment*. M. Harway, (Ed.), *Handbook of Couples Therapy* (pp. 35-36). USA: John Wiley ve Sons, Inc.
- Öncül, R., 2000. *Eğitim ve eğitim bilimleri sözlüğü*. Ankara: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları.
- Öner, N. ve Le Compte, A., 1985. *Durumluk/Sürekli kaygı envanteri el kitabı*. 2. Baskı. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.

- Özbay, Y., 1996. *Üniversite öğrencilerinin problem alanları ile yardım arama tutumları arasındaki ilişki. IV. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmalar*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları. ss.175-189.
- Özbey, Ç., 2005. *Otizm ve otistik çocukların eğitimi* (ss.13,20,29-58). İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- Özgüven, İ. E., 2000. *Evlilik ve aile terapisi*. Ankara: PDREM Yayınları.
- Öztürk, O., 2001. *Ruh sağlığı ve bozuklukları*. Ankara: Nobel Tıp Yayınları.
- Patton, M. Q., 2014. *Nitel araştırma ve değerlendirme yöntemleri*. 3. Baskı. M. Bütün ve S. B. Demir (Çev.), Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Persson, S. B., 2000. *AQ Otistik zeka ve seviyeleri*. İstanbul. Sistem Yayıncılık.
- Rutter, M., 1990. *Psychosocial resilience and protective mechanisms*. In J. E. Rolf, A.S. Masten, D. Cicchetti, K. Nuechterlein ve S. Weintraub. Risk and Protective Factors In The Development Of Psychopathology. New York: Cambridge University Press.
- Ryff, C.D., Singer, B., Dienberg Love, G. ve Essex, M. J., 1998. *Resilience in adulthood and later life*, pp. 69–96. In J. Lomranz (Ed.), *Handbook of aging and mental health*. Newyork: Plenum.
- Sayar, K., 2006. *Ruh hali*. 1. Baskı. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Sherif, M. ve Sherif, C.W., 1996. *Sosyal psikolojiye giriş II*. M. Atakay ve A. Yılmaz (Çev.), İstanbul: Sosyal Yayınlar.
- Strong, B. ve DeVault, C., 1986. *The marriage and family experience*. (3rd Ed.). St. Paul: West Publishing Company.
- Şener, A. ve Terzioğlu, G., 2002. *T.C. Başbakanlık aile araştırma kurumu başkanlığı: Ailede eşler arası uyuma etki eden faktörlerin araştırılması*. Ankara: Kardelen Ofset.

- Tan, H., 1992. *Psikolojik yardım ilişkileri danışma ve psikoterapi*. İstanbul: Milli Eğitim Basımevi.
- Tarhan, N., 2006. *Evlilik psikolojisi*. 2. Baskı. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Terry, J. ve Kottman, M., 1995. *Working with families. Guidance and Counseling In The Elementary and Middle Schools*. New York: Brown ve Benchmark Publishers.
- Varol, N., 2005. *Aile eğitimi*. Ankara: Kök Yayıncılık.
- Weston, K. J., ve Parkin, J. R., 2010. *From at-risk to at-promise: The resilience movement*, pp. 808-815, In C. S. Clauss-Ehlers (Ed.), *Encyclopedia of cross-cultural school psychology*. New York: Springer.
- Yörükoğlu, A., 1998. *Gençlik Çağı/Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunlar*. 13. Baskı. İstanbul: Özgür Yayınları.

Sürekli Yayınlar

- Ahern, N., 2006. Adolescent resilience: An evolutionary concept analysis. *Journal of Pediatric Nursing*. **21** (3), pp.175-183.
- Ahlert, I. A. ve Greeff, A. P., 2012. Resilience factors associated with adaptation in families with deaf and hard of hearing children. *American Annals of the Deaf*. **157** (4), pp.404-591.
- Akçakın, M. ve Erden, G., 2001. Otizm tanısı konmuş çocukların anne ve babalarındaki ruhsal belirtiler. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*. **8** (1), ss.2-10.
- Akman, S., 2004. Stresin Nedenleri ve Açıklayıcı Kuramlar. *Türk Psikoloji Bülteni*. **10** (34-35), ss.40-55.
- Aksüt, M., 2001. Yeni bin yılın yeni eğitim merkezleri (OÇEM'ler) ve otistik bireylerin eğitimi. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. **3** (822), ss.57-73.
- Arıcı Özcan, N., Eroğlu, Y. ve Peker, A., 2015. Özel gereksinimli çocuğa sahip anneler ile tipik gelişim gösteren çocuğa sahip annelerin psikolojik sağlamlık, iyilik hali ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi. *Sakarya University Journal of Education*. **5/3**. ss.142-150.
- Bahar, A., Bahar, G., Savaş, H. A., ve Parlar, S., 2009. Engelli çocukların annelerinin depresyon ve anksiyete düzeyleri ile stresle başa çıkma tarzlarının belirlenmesi. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*. **4** (11), ss.97-112.
- Bayat, M., 2007. Evidence of resilience in families of children with autism. *Journal of Intellectual Disability Research*. **51** (9), pp.702-714.
- Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G. ve Steer, R. A., 1988. An Inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. **56**, pp.893-897.

- Begun, A. L., 1993. Human behavior and the social environment: The vulnerability, risk and resilience model. *Journal Of Social Work Education*. **29** (1), pp.26-31.
- Ben-Porath, D. D., 2002. Stigmatization of individuals who receive psychotherapy: An interaction between help-seeking behavior and the presence of depression. *Journal Of Social And Clinical Psychology*. 21, pp.400-413.
- Bişgin, V., 2013. Pozitif psikoloji. *Onto Dergisi*. (1), ss.22-23.
- Blum, J. S. ve Mehrabian, A., 1999. Personality and temperament correlates of marital satisfaction. *Journal of Personality*. **67** (1), pp.93-125.
- Bodenmann, G., 1995. A Systemic-Transactional view of stress and coping in couples. *Swiss Journal of Psychology*. 54, pp.34-49.
- Bodur, Ş. ve Soysal Ş., 2004. Otizmin erken tanısı ve önemi. *Sürekli Tıp Eğitim Dergisi*. **13** (10), ss.394-398.
- Bowman, M. L., 1990. Coping efforts and marital satisfaction: Measuring marital coping and its correlates. *Journal of Marriage and The Family*. **52** (2), pp.463-475.
- Brewin, C. R., Andrews, B., ve Valentine, J. D., 2000. Meta–Analysis of risk factors for posttraumatic stress disorder in trauma–exposed adults. *Journal Of Consulting and Clinical Psychology*. 68, pp.748–766.
- Carbonell, D. M., Reinherz, H. Z. ve Giaconia, R. M., 1998. Risk and resilience in late adolescence. *Child And Adolescent Social Work Journal*. **15** (4), pp.251-272.
- Carver, C. S., 1998. Resilience and thriving issues, models, and linkages (Thriving: Broadening the paradigm beyond illness to health). *Journal Of Social Issues*. 54, pp.245-247.

- Connolly, C. M., 2005. A qualitative exploration of resilience in long-term lesbian couples. *The family journal: Counseling and therapy for couples and families*. **13** (3), pp.266-280.
- Corrigan, P., 2004. How stigma interferes with mental health? *Journal Of American Psychologist*. 59, pp.614-625.
- Coşkun, Y., Akkaş, G., 2009. Engelli çocuğu olan annelerin sürekli kaygı düzeyleri ile sosyal destek algıları arasındaki ilişki. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*. **10** (1), ss.213-227.
- Çağ, P. ve Yıldırım, İ., 2013. Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. **4** (39), ss.13-23.
- Çapan, B. E. ve Arıcıoğlu, A., 2014. Psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak affedicilik. *International Journal Of Educational Research*. **5** (4), ss.70-82.
- Deane, F. P., ve Chamberlain, K., 1994. Treatment fearfulness and distress as predictors of professional psychological help-seeking. *British Journal Of Guidance And Counseling*. 22, pp.207-217.
- Demir, A., 2000. Applicability of the dyadic adjustment scale for measurement of marital quality with Turkish couples. *European Journal of Autism and Developmental Disorders*. 19, pp.157-166.
- Diener, E., 1984. Subjectivewell-Being. *Psychological Bulletin*. 95, pp.542-575.
- Doll, B. ve Lyon, M. A., 1998. Risk and resilience: Implications for the delivery of educational and mental health services in schools. *School Psychology Review*. **27** (3), pp.348-363.

- Duygun, T. ve Sezgin, N., 2003. Zihinsel engelli ve sağlıklı çocuk annelerinde stres belirtileri, stresle başa çıkma tarzları ve algılanan sosyal desteğin tükenmişlik düzeyine olan etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*. **18** (52), ss.37-52.
- Framo, J. L., 1996. A personal retrospective of the family therapy field: Then and now. *Journal of Marital and Family Therapy*. **22** (3), pp.289-316.
- Fischer, E. H., ve Turner, J. L., 1970. Development and research utility of an attitude scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. **35**, pp.79-90.
- Fischer, E. H., ve Farina, A., 1995. Attitudes toward seeking Professional psychological help: A shortened form and considerations for research. *Journal of College Student Development*. **36**, pp.368-373.
- Fombonne, E., 2003. Epidemiological surveys of autism and other pervasive developmental disorders: An update. *Journal of Autism and Developmental Disorders*. **33** (4), pp.365-82.
- Floyd, C., 1996. Achieving despite the odds: A study of resilience among a group of african american high school seniors. *Journal Of Negro Education*. **65** (2), pp.181-189.
- Fraser, M. W., Richman, J. M. ve Galinsky, M. J., 1999. Risk, protection and resilience: Toward a conceptual framework for social work practice. *Social Work Research*. **23**, pp.129-208.
- Frith, U. ve Frith, C., 2001. The biological basis of social interaction. *Current Directions in Psychological Science*. **10** (5), pp.151-155.
- Garmezy, N., Masten, A. S. ve Tellegen, A., 1984. The study of stress and competence in children. A building block for developmental psychopathology. *Child Development*. **55**, pp.97-111.

- Garnezy, N., 1993. Children in povert: Resilience despite risk. *Journal Of Peditary*. 56, pp.217-136.
- Gizir, C.A., 2007, Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. **3** (28), ss.113-121.
- Goodman, S. H., Sewell, D. R. ve Jampol, R. C., 1984. On going to the counselor: Contributions of life stress and social supports to the decision to seek psychological counseling. *Journal Of Counseling Psychology*. **31** (3), pp.306-313.
- Goodman, C., 1999. İntimacy and autonomy in long term marriage. *Journal of Gerontological Social Work*. 32, 83-97.
- Gu, Q., ve Day, C., 2007. Teachers resilience: A necessary condition for effectiveness. *Teaching and Teacher Education*. **23** (8), pp.1302-1316.
- Gürgan, U., 2006. Yılmazlık ölçeği (YÖ): Ölçek geliştirme, güvenirlik ve geçerlik çalışması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*. **39** (2), ss.45-74.
- Heiman, T., 2002. Parents of children with disabilities: Resilience, coping and future expectations. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*. **14** (2), pp.159-171.
- Hinson, J. A. ve Swanson, J. L., 1993. Willingness to seek help as a function of selfdisclosure and problem severity. *Journal Of Counseling ve Development*. 71, pp.465-470.
- Huppert, F. A., 2009. A New approach to reducing disorder and improving Well-Being. In E. Diener (Ed.) *Perspectives On Psychological Science*. 4, pp.108–111.
- Husaini, B. A., Moore, S. T. ve Cain, V. A., 1994. Psychiatric symptoms and help seeking behavior among the elderly: An analysis of racial and gender diffrences. *Journal of Gerontological Social Work*. 21, pp.177-193.

- Hünler, O. S. ve Gençöz, T., 2003. Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi: Algılanan evlilik problemleri çözümünün rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*. **18** (51), ss.99-108.
- Jourard, S. M., 1970. Influence of an interviewer's disclosure on the Self-Disclosing behavior of interviewees. *Journal Of Counseling Psychology*. **18** (6), pp.595–600.
- Kanner, L., 1971. Follow-up study of eleven autistic children originally reported in 1943. *Journal of Autism and Childhood Schizophrenia*. **1** (2), pp.119-145.
- Kazak, A. E., 1987. Families with disabled children: Stress and social networks in three samples. *Journal of Abnormal Child Psychology*. **15** (1), pp.137-146.
- Kielcolt, K. J., 2003. Satisfaction with work and family life: No evidence of a cultural reversal. *Journal of Marriage and Family*. 65, pp.23-35.
- Korkmaz, B., 2001. Otizm: Başlıca davranış sorunları ve pratik yaklaşım. *Yeni Symposium*. **39** (1), ss.26-34.
- Kronenbeger, W. G. ve Thompson, R. J. Jr., 1992. Psychological adaptation of mothers of children with Spina Bifida: Association with Dimensions of Social Relationships. *Journal of Pediatric Psychology*. **17** (1), pp.1-14.
- Kocabaşoğlu, N., 2005. Stres ve anksiyete. *İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Sempozyum Dizisi*. 47, ss.181-98.
- Komiya, N., Good, G. E. ve Sherrod, N. B., 2000. Emotional openness as a predictor of college students' attitudes toward seeking psychological help. *Journal Of Counseling Psychology*. 47, pp.138-143.
- Köksal, G. ve Kabasakal, Z., 2012. Zihinsel engelli çocukları olan ebeveynlerin yaşamlarında algıladıkları stresi yordayan faktörlerin incelenmesi. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*. 32, ss.71-91.

- Kushner, M. G. ve Sher, K. J., 1989. Fear of psychological treatment and its relation to mental health service avoidance. *Professional Psychology: Research and Practice*. 20, pp.251–257.
- Kushner, M. G. ve Sher, K. J., 1991. The relation of treatment fearfulness and psychological service utilization: An overview. *Professional Psychology: Research and Practice*. 20 (3), pp.196-203.
- Küçükler, S., 2006. Ana babaya bağlanma ölçeği: Türk üniversite öğrencilerinde psikometrik özelliklerin değerlendirilmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 17 (2), ss.1-10.
- Lawrence, E., Eldridge, K.A. ve Christensen, A. (1998). The enhancement of traditional behavioral couples therapy: Consideration of individual factors and dyadic development. *Clinical Psychology Review*. 18 (6), pp.745-764.
- Luthar, S. ve Cicchetti, D., 2000. The construct of resilience: Implications for interventions and social policies. *Development and Psychopathology*. 12, pp.857-885.
- Luthar, S., Cicchetti, D. ve Becker, B., 2000. Research on resilience: Response to commentaries. *Child Development*. 71 (3), pp.573-575.
- Luthar, S., Cicchetti, D. ve Becker, B., 2000. The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*. 71 (3), pp.543-562.
- Maasen van den Brink, H., ve Groot, W., 1994. Labor supply and the welfare costs of marital conflict. *Journal of Economic Psychology*. 15, pp.467-486.
- Mccubin A. M. ve Huang S. T. T., 1989. Family strengths in the care of handicapped children: Targets for intervention. *Family Relations*. 38 (4), pp.436-443.
- Minnes, P. M., 1988. Family resources and stres associated with having a mentally retarded child. *American Journal on Mental Retardation*. 90 (3), pp.250-264.

- Murray, C., 2003. Risk factors, protective factors, vulnerability and resilience: A framework for understanding and supporting the adult transitions of youth with high-incidence disabilities. *Remedial and Special Education*. **24** (1), pp.16–26.
- Özbay, Y. ve Aydoğan, D., 2014. Aile yılmazlığı: Bir engele rağmen birlikte güçlenen aile. *Sosyal Politikaları Çalışmaları Dergisi*. **14** (31), ss.129-146.
- Özgüven, İ. E., 1994. Üniversite öğrencilerinin sorunları ve başetme yolları. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*. 7, ss.5-13.
- Patterson, J. M., 2002. Integrating family resilience and family stress theory. *Journal of Marriage and Family*. **64** (2), pp.349-360.
- Rickwood, D., Deane, F. P., Wilson, J. C., ve Ciarroci, J., 2005. Young people's help-seeking for mental health problems. *Australian E-Journal For The Advancement Of Mental Health*. **4** (3), pp.1-34.
- Rimmerman, A., Turkel, L. ve Crossman, R., 2003. Perception of child development, child-related stress and dyadic adjustment: Pair analysis of married couples of young children with developmental disabilities. *Journal of Intellectual & Developmental Disability*. **28** (2), pp.188-195.
- Roizblatt, A., Kaslow, F., Rivera, S., Fuchs, T., Conejero, C. ve Zacharias, A., 1999. Long lasting marriages in Chile. *Contemporary Family Therapy*. 21, pp.113-129.
- Rutter, M., 1999. Resilience concepts and findings: Implications for family therapy. *Journal Of Family Therapy*. 21, pp.119-144.
- Ryff, C.D. ve Singer, B., 1998. The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*. 9, pp.1–28.
- Sevim, S. A., 1999. Evlilik ilişkisini geliştirme programları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. **2** (11), ss.19-25.

- Smokowski, P. R., Reynolds, A. J. ve Bezruczko, N., 1999. Resilience and protective factors in adolescence: An Autobiographical Perspective From Disadvantaged Youth. *Journal Of Social Psychology*. **37** (3), pp.425-448.
- Spanier, G. B. ve Lewis, R. A., 1980. Marital quality: A review of the seventies. *Journal of Marriage and the Family*. **42**, pp.825-39.
- Tezer, E., 1994. Evli eşler arasındaki çatışmalar ile çeşitli demografik değişkenlerin evlilik doyumuna etkisi: kadın eşin bir işte çalıştığı ve çalışmadığı eşler üzerinde bir araştırma. *Psikiyatri, Psikoloji ve Psikofarmakoloji Dergisi*. **2** (3), ss.209-2017.
- Tezer, E., 1996. Evlilik ilişkisinden sağlanan doyum: evlilik yaşamı ölçeği. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. **2** (7), ss.1-7.
- Top, F., 2009. Otistik çocuğa sahip ailelerin yaşadıkları sorunlar ile ruhsal durumlarının değerlendirilmesi: Niteliksel Araştırma. *Çocuk Dergisi*. **9** (1), ss.34-42.
- Toros, F., 2002. Zihinsel ve bedensel engelli çocukların annelerinin anksiyete, depresyon, evlilik uyumunun ve çocuğu algılama şeklinin değerlendirilmesi. *Türk Klinik Psikiyatri Dergisi*. **3**, ss.45-52.
- Tschann, J. M., Kaiser, P., Chesney, M. A., Alkon, A. ve Boyce, W. T., 1996. Resilience and vulnerability among preschool children: Family functioning, temperament and behavior problems. *Journal Of The American Academy Of Child and Adolescent Psychiatry*. **35** (2), pp.184-192.
- Türküm, A. S., 2004. Developing a scale of attitudes toward seeking psychological help: Validity and reliability studies. *International Journal for the Advancement of Counselling*. **26**, pp.321-329.
- Tütüncüoğlu, C. ve Balkan, K. İ., 2013. Diyabetli çocuğu olan annelerin aile işlevlerinin ve durumluk-sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*. **33** (1), ss.17-39.

- Twenge, J. M., Campel, W. K. ve Foster, C. A., 2003. Parenthood and marital satisfaction: A meta analytic review. *Journal of Marriage and Family*. **65** (3), pp.574-583.
- Uçar, F., 2004. Streste zihnın rolü ve strese bağlı zihinsel/ruhsal hastalıklar. *Türk Psikoloji Bülteni*. **10** (34-35), ss.85-102.
- Uğuz, Ő., Toros, F., Yazgan İnanç, B., Çolakkadıoğlu, O., 2004. Zihinsel ve/veya bedensel engelli çocukların annelerinin anksiyete, depresyon ve stres düzeylerinin belirlenmesi. *Klinik Psikiyatri*. **7**, ss.42-47
- Ulusoy, M., Şahin, N. ve Erkmen, H., 1998. Turkish version of the Beck Anxiety Inventory: Psychometric properties. *Journal of Cognitive Psychotherapy*. **12**, pp.163-172.
- Venter, N. ve Snyders, R., 2009. Resilience in intimate relationships. *New Voices in Psychology*. **5** (1), pp.63-85.
- Vogel, D. L. ve Wester, S. R., 2003. To seek help or not to seek help: The risks of selfdisclosure. *Journal Of Counseling Psychology*. **50**, pp.351–361.
- Vogel, D. L., Wester, S. R., Wei, M., ve Boysen, G. A., 2005. The role of outcome expectations and attitudes on decisions to seek professional help. *Journal Of Counseling Psychology*. **52** (4), pp.459-470.
- Vogel, D. L., Wade, N. G. ve Hackler, A. H., 2006. Measuring the self-stigma associated with seeking psychological help. *Journal Of Counseling Psychology*. **53**, pp.325–337.
- Vogel, D. L., Wade, N. G., Wester, S. R., Larson, L., ve Hackler, A. H., 2007. Seeking help from a mental health professional: The influence of one’s social network. *Journal Of Clinical Psychology*. **63** (3), pp.233-245.
- Walsh, F., 1996. Theconcept of family resilience: Crisisandchallenge. *FamilyProcess*. **35**, pp.261-281.
- Werner, E. E., 1984. Resilient children. *Young Children*. **40**, pp.68-72.

Weanar, C., 2003. Kaygı bozuklukları ve aşırı kontrol, stres ve stresle başa çıkma yolları. Y. Türköz (Çev.). *Türk Psikoloji Bülteni*. **9** (30-31), ss.97-106.

Yıldırım Doğru, S. S. ve Arslan, E., 2006. Engelli çocuğu olan annelerin sürekli kaygı düzeyi ile durumluk kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. (19), ss.543-553.

Yurdakul, A., Girli, A., Özekes, M. ve Sarısoy M., 2000. Otistik ve zihinsel engelli çocuğu olan ailelerin stresle baş etme yolları: Anne-baba farklılıkları. *İlkışık Dergisi*. **18** (52), ss.37-52.



Diğer Yayınlar

- Abalı, S., (2006). Boşanmak için başvuran kadınların evlilikteki cinsel yaşamlarını boşanma nedeni olarak görme durumu. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi.
- Akça-Koca, D., (2013). Bir aile eğitim programının evli annelerin evlilik doyumu, evlilikte sorun çözme becerisi ve psikolojik iyi oluşuna etkisi. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi EBE.
- Alpay, A., (2009). Yakın ilişkilerde bağışlama: Bağışlamanın bağlanma, benlik saygısı, empati ve kıskançlık değişkenleri yönünden incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Ankara Üniversitesi SBE.
- Alpaytaç, S., (2007). Otizm üzerine türkiye’den bir örnek vaka incelemesi. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Yeditepe Üniversitesi SBE.
- Altıntaş, B., (2011). Trabzon il merkezinde otizm tanısı ile eğitim gören çocukların ailelerinde stres, tükenmişlik düzeyi ve yaşam kalitesinin değerlendirilmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi.
- Ar, Ö. F., (2014). Normal gelişim gösteren çocuğa sahip ebeveynler ile otizmlili çocuğa sahip ebeveynlerin evlilik uyumu ve anksiyete düzeylerinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Haliç Üniversitesi SBE Uygulamalı Psikoloji.
- Aydemir, S. E., (2015). Otizmlili çocukların ebeveynlerinin evlilik uyumlarının, başa çıkma stratejilerinin ve sosyal destek algılarının incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi EBE.
- Aydoğan, D., (2014). Çiftlerde ilişkisel yılmazlığın ebeveynlik stresi, ilişkisel başa çıkma, ilişkisel profesyonel yardım arama ile ilişkisi. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Ankara: Gazi Üniversitesi EBE.

- Beşikçi, H., (2000). Otistik olan ve otistik olmayan normal çocuklara sahip anne ve babaların kaygı düzeyleri, depresyon düzeyleri, aile yapıları. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi SBE.
- Bremer, S., 1997. Marital satisfaction and aging: Research findings [online]. <http://www.hope.edu/academic/psychology/335/webrep/> [Erişim tarihi: 05.12.2015].
- Canel, A. N., (2007). Ailede problem çözme, evlilik doyumu ve örnek bir grup çalışmasının sınanması. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi SBE.
- Çavuşoğlu, E. Y., (1990). Anksiyetenin öğrenme ve belleğe etkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İzmir: Ege Üniversitesi SBE.
- Çelik, M., (2006). Evlilik doyum ölçeği geliştirme çalışması. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Adana: Çukurova Üniversitesi SBE.
- Dışlıklı, S., (2007). 24-36 Aylık Otistik Çocukların Sosyal ve Duygusal Gelişim Özelliklerinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Gazi Üniversitesi EBE.
- Dökmen, Z. Y. ve Tokgöz, Ö., 2002. Cinsiyet, eğitim, cinsiyet rolü ile evlilik doyumu, eşle algılanan benzerlik arasındaki ilişkiler. *XII. Ulusal Psikoloji Kongresi*. 9-13 Eylül 2002 Ankara: ODTÜ, ss. 9-13.
- Eminağaoğlu, N., (2006). Güç koşullarda yaşayan sokak çocuklarında dayanıklılık (sağlamlık). *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. İzmir: Ege Üniversitesi SBE.
- Fidanoğlu, O., (2006). Evlilik uyumu, mizah tarzı ve kaygı düzeyi arasındaki ilişki. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi EBE.
- Gündoğdu, F. B., (1995). Otistik ve normal çocuğu olan anne-babaların evlilik uyumlarını algılamaları ve bazı değişkenler bakımından karşılaştırılması. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Ankara Üniversitesi SBE.

- Güven, N., (2005). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve evlilikte problem çözme becerilerinin evlilik doyumu ile ilişkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Ankara Üniversitesi EBE.
- Hasta, D., (1996). Ev işi paylaşımı ve ev işi paylaşımında hakkaniyet algısı ile evlilik doyumu ilişkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Ankara Üniversitesi SBE.
- Hatipoğlu, Z., (1993). The role of certain demographic variables and marital conflict in marital satisfaction of husbands and wives. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi.
- Karalp, A., (2009). Lise öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İzmir: Ege Üniversitesi SBE.
- Karpat, D., (2011). Yaygın Gelişimsel Bozukluk Tanısı Alan Çocukların Ebeveynlerinin Yaşadığı Yas Tepkilerinin, Evlilik Uyumlarının ve Sosyal Destek Algılarının İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi EBE.
- Khan, L. T., 2004. *Marital instability in Dhaka, Bangladesh with special reference to dualearner couples*.
- Kirby, J. S., (2005). A study of the marital satisfaction levels of participants in a marriage education course. *Unpublished doctoral dissertation*. Lafayette: University of Louisiana.
- Kuzucu, Y., (2006). Duyguları fark etmeye ve ifade etmeye yönelik bir psikoeğitim programının, üniversite öğrencilerinin duygusal farkındalık düzeylerine, duyguları ifade etme eğilimlerine, psikolojik ve öznel iyi oluşlarına etkisi. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Ankara: Ankara Üniversitesi SBE.
- Manav, F., (2010). Soren Kierkegaard'da kaygı kavramı. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Gazi Üniversitesi EBE.

- McCubbin, L., 2001. Challenges to the definition of resilience, Paper presented at the Annual Meeting of the American Psychological Association, San Francisco.
- Öğülmüş, S., 2001. Bir kişilik özelliği olarak yılmazlık. *I. Ulusal Çocuk ve Suç Sempozyumu: Nedenler ve Önleme Çalışmaları*. Ankara: 29-30 Mart 2001.
- Öksüz, Z., (2008). Otistik ve normal çocuk sahibi anne babaların bazı psikiyatrik ve psikolojik özelliklerinin karşılaştırılması. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi EBE.
- Özbay, Y. ve Aydoğan, D., 2013. İlişkisel yardım arama ölçeği. *XII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, 8-11 Eylül 2013 İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi.
- Özdemir, S., (2012). Psikolojik yardım alma tutumu ile kişilik, kendini saklama, cinsiyet rolleri arasındaki ilişkiler. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi EBE.
- Özpoyraz, N., 2005. Anksiyete bozuklukları [online]. Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı Ders Notları. <http://docplayer.biz.tr/10494888-Anksiyete-bozukluklari.html>. [Erişim tarihi: 10.02.2016].
- Saban, F., (2010). Zihinsel engelli kardeşe sahip olan ve olmayan çocukların benlik saygısı ve kaygı durumlarının incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Erzurum: Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Sağlam, H., (2012). Lösemi tanısıyla izlenen 15-18 yaş grubu adölesanların psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Seligman, M. (Producer), 2004. *Martin Seligman'dan pozitif psikoloji üzerine*. [video]. Amerika: Martin Seligman.

- Sencar, B., (2007). Otistik çocuğa sahip ailelerin algıladıkları sosyal destek ve stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi SBE.
- şahin, T., (2015). Sadece otistik çocuğu olan annelerin kaygı ve depresyon düzeyi ile sağlıklı kardeş/kardeşlere sahip ve otistik çocuğu olan annelerin kaygı ve depresyon oranlarının karşılaştırılması. *Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Beykent Üniversitesi SBE.
- şen, E., 2004. Engelli çocuğu olan ailelerin yaşadığı güçlükler. *Yüksek Lisans Tezi*. Mersin: Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Tık-Yakar, F. A., (2015). Kaynaştırma eğitimi yapılan sınıflarda normal gelişim gösteren çocuğu bulunan ailelerin kaygı düzeyi. *Yüksek Lisans Tezi*. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi EBE.
- Topkaya, N., (2011). Psikolojik yardım alma niyetinin sosyal damgalanma, tedavi korkusu, beklenen yarar, beklenen risk ve tutum faktörleriyle modellenmesi. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. İzmir: Ege Üniversitesi SBE.
- Tural, Ü., 2010. Anksiyete bozuklukları [online]. Kocaeli Üniversitesi, <http://Tip.kocaeli.edu.tr/docs/ders> [Erişim tarihi: 21.03.2016].
- Ünal, A. E., (2006). Sanat eğitiminin otizmlili çocukların duyuusal problemleri üzerine etkisinin incelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Edirne: Trakya Üniversitesi.
- Üncü, S., (2007). Duygusal zeka ve evlilik doyumu ilişkisi. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Ankara Üniversitesi EBE.
- Yanardağ, M., (2007). Otistik çocuklarda farklı egzersiz uygulamalarının motor performans ve stereotip davranışlar üzerine etkileri. *Doktora Tezi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Yıldız, A., (2013). Anne baba tutumları ile evlilik doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi.
Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Fatih Üniversitesi SBE.



EKLER



EK A.1 Kişisel Bilgi Formu

Değerli Katılımcı,

Bu araştırma, Bahçeşehir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Aile Danışmanlığı yüksek lisans tezi olarak yürütülmekte olup, otizmlili çocuğa sahip olan çiftlerin evlilik doyumunu etkileyen faktörlerin belirlenmesi amaçlanmaktadır.

Araştırma sonuçlarının sağlıklı olabilmesi için cevaplarınızın samimi olması büyük önem taşımaktadır. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Cevaplarınız yalnızca bilimsel amaçlı kullanılacaktır. Burada verdiğiniz bilgilerin hiç kimseye paylaşılması söz konusu değildir.

Sorularınız için yandaki mail adresine başvurabilirsiniz: merveztrkmerve@gmail.com

Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederim.

Merve DALKILIÇ

1. Cinsiyetiniz: Kadın () Erkek ()
2. Yaşınız
3. Kaç yıldır evlisiniz:
4. Çalışıyor musunuz? Evet () Hayır () Emekli ()
5. Ailenizin toplam aylık geliri ne kadardır?
1000 TL'nin altında () 1000-3000 TL arası ()
3000-5000 TL arasında () 5000 TL'nin üzerinde ()
6. Eğitim durumunuz?
Okur-yazar değil () Okur-Yazar ()
İlkokul Mezunu () Ortaokul Mezunu ()
Lise Mezunu () Üniversite ()

Lisansüstü ()

7. Normal gelişim gösteren çocuğunuz var mı? Evet () Hayır ()
8. Çocuğunuzun otizmlili olduğunu öğrendikten sonra bir uzmandan KENDİNİZ için psikolojik yardım aldınız mı?
Evet () Hayır ()
9. Çocuğunuzun otizmlili olduğunu öğrendikten sonra bir uzmandan EŞİNİZLE BİRLİKTE psikolojik yardım aldınız mı?
Evet () Hayır ()
10. Çocuğunuzun otizmlili olduğunu öğrendikten sonra bir uzmandan psikolojik yardım aldı iseniz, hangi meslek grubundan aldınız? (Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz)
Psikolojik Danışman () Psikolog () Psikiyatrist ()
11. Aldığınız psikolojik yardım size ne kadar yardımcı oldu?
Hiç yardımcı olmadı () Biraz yardımcı oldu ()
Oldukça yardımcı oldu () Son derece yardımcı oldu ()
12. Şu anda psikolojik desteğe ihtiyacınız olduğunu düşünüyor musunuz?
Evet () Hayır () Bazen ()

EK A.2 Evlilik Yaşam Ölçeği (EYÖ)

Aşağıda evlilik yaşamına ilişkin 10 cümle bulunmaktadır. Her cümleyi dikkatle okuyunuz ve sizin evlilik yaşamınıza uygun seçeneği çarpı (X) işareti koyarak işaretleyiniz.

	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1. Evlilikten beklediklerimin çoğu gerçekleşti.	1	2	3	4	5
2. Evliliğimizdeki engellerin aşılamaz olduğunu düşünüyorum.	1	2	3	4	5
3. Evliliğimizi çok anlamlı buluyorum.	1	2	3	4	5
4. Evliliğimizde giderek eksilen heyecan beni rahatsız ediyor.	1	2	3	4	5
5. Evliliğimiz zaman zaman bana bir yük gibi geliyor.	1	2	3	4	5
6. Huzurlu bir ev yaşamım var.	1	2	3	4	5
7. Evliliğimiz her geçen gün daha iyiye doğru gitti.	1	2	3	4	5
8. Bizim ilişkimiz ideal bir karı-koca ilişkisidir.	1	2	3	4	5
9. Eşim benim için aynı zamanda iyi bir arkadaşır.	1	2	3	4	5
10. Baş başa kaldığımız zaman benim canım hiç sıkılmaz.	1	2	3	4	5

EK A.3 Spielberger Sürekli Kaygı Envanteri (SSKE)

Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi dikkatle okuyun, sonra da genel olarak nasıl hissettiğinizi, ifadelerin sağ tarafındaki parantezlerden uygun olanını işaretlemek suretiyle belirtin. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarf etmeksizin genel olarak nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin.

	Hemen hiçbir zaman	Bazen	Çok zaman	Hemen her zaman
1.Genellikle keyfim yerindedir.	1	2	3	4
2.Genellikle çabuk yorulurum.	1	2	3	4
3.Genellikle kolay ağlarım.	1	2	3	4
4.Başkaları kadar mutlu olmak isterim.	1	2	3	4
5.Çabuk karar veremediğim için fırsatları kaçıırım.	1	2	3	4
6.Kendimi dinlenmiş hissedirim.	1	2	3	4
7.Genellikle sakin, kendine hakim ve soğukkanlıyım.	1	2	3	4
8.Güçlüklerin yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissedirim.	1	2	3	4
9.Önemsiz şeyler hakkında endişelenirim.	1	2	3	4
10.Genellikle mutluyum.	1	2	3	4
11.Her şeyi ciddiye alır ve endişelenirim.	1	2	3	4
12.Genellikle kendime güvenim yoktur.	1	2	3	4
13.Genellikle kendimi emniyette hissedirim.	1	2	3	4
14.Sıkıntılı ve güç durumlarla karşılaşmaktan kaçınırım.	1	2	3	4
15.Genellikle kendimi hüzünlü hissedirim.	1	2	3	4
16.Genellikle hayatımdan memnunum.	1	2	3	4
17.Olur olmaz düşünceler beni rahatsız eder.	1	2	3	4
18.Hayal kırıklıklarını öylesine ciddiye alırım ki hiç unutamam.	1	2	3	4
19.Aklı başında ve kararlı bir insanım.	1	2	3	4
20.Son zamanlarda kafama takılan konular beni tedirgin ediyor.	1	2	3	4

EK A.4 İlişkisel Yılmazlık Ölçeği (İYÖ)

Evlilik yaşamınız içerisinde başınıza gelmiş olan yaşam olaylarını (zorluk, sıkıntı, güç durumlar) düşününüz. Eşinizle birlikte sıkıntılı, zor zamanlarınızda ilişki süreciniz nasıl ilerlemektedir? Evlilik yaşamınızda böyle durumlar karşısında birbirinize karşılıklı olarak nasıl davranırsınız? İlişkinizi koparmayıp, evlilik ilişkinizi daha da güçlendiren durumları düşünerek aşağıdaki maddeleri cevaplayınız.

	Asla	Çok Nadir	Nadiren	Bazen	Genellikle	Sık Sık	Her zaman
1.Başımıza gelen olumsuz olaylarda bir hayır olduğuna inanırız.	1	2	3	4	5	6	7
2.Eşim ile her türlü zorluğa birlikte katlanacağımızı biliriz.	1	2	3	4	5	6	7
3.Eşime, başımıza gelenlerin kaderimiz olduğunu söylerim.	1	2	3	4	5	6	7
4.Başımıza daha kötü bir şey gelmemesi için Allah'a sığınırız.	1	2	3	4	5	6	7
5.Eşim güçlükler karşısında yaşadığımız zorluğu anlamaya çalışır.	1	2	3	4	5	6	7
6.Bir olumsuzluk yaşandığında eşim ile birbirimize duygu ve düşüncelerimizi açıkça ifade ederiz.	1	2	3	4	5	6	7
7.Eşim ile dışarıdan bize sunulan desteğin birlikte farkındayızdır.	1	2	3	4	5	6	7
8.Eşim zorlukların üstesinden gelme konusunda bana güvendiğini hissettirir.	1	2	3	4	5	6	7
9.Sıkıntılı ve zor zamanlarımızda eşim her şeyin daha iyi olacağına beni inandırır.	1	2	3	4	5	6	7
10.Eşim bana yaşama tekrar tutunma enerjisi verir.	1	2	3	4	5	6	7
11.İlişkimize dönük farkındalığımız bu güçlüğü yenmeye yeterlidir.	1	2	3	4	5	6	7
12.Eşim ile karşılıklı olarak duygularımızı önemseriz.	1	2	3	4	5	6	7
13.Zor günlerimde eşimin içten yakınlığını görürüm.	1	2	3	4	5	6	7
14.Eşim ihtiyaç hissettiğinde ona her türlü bakımı sunarım.	1	2	3	4	5	6	7
15.Zor günlerimizde eşime karşı içten ve samimi davranırım.	1	2	3	4	5	6	7
16.Zorluklarla mücadelede eşim gerçekten kendi varlığını hissettirir.	1	2	3	4	5	6	7
17.Eşim ile güçlükler karşısında pes etmeyiz.	1	2	3	4	5	6	7
18.Yaşamımızdaki değişiklikler neyi gerektiriyorsa eşim ile ona göre davranmaya çalışırız.	1	2	3	4	5	6	7
19.Eşime her şeyin daha iyi olacağına dair umut veririm.	1	2	3	4	5	6	7
20.Yaşadığımız zorlukların üstesinden gelmek için eşim ile işbirliği yaparız.	1	2	3	4	5	6	7
21.Zor zamanlarımızda birbirimizi anlamaya çalışırız.	1	2	3	4	5	6	7
22.Eşim bir sıkıntı yaşadığında kendimi onun yerine koymaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7
23.Eşime durumun kolay üstesinden gelmesi için işe yarar bir destek veririm.	1	2	3	4	5	6	7
24.Eşimden her şeyin daha iyi gitmesi için dua etmesini isterim.	1	2	3	4	5	6	7

25. Her şey daha da kötüye gitmediği için şükrederiz.	1	2	3	4	5	6	7
26. Zor zamanlarımızda birbirimize destek olmaya çalışırız.	1	2	3	4	5	6	7
27. Eşimi gerçekten anladığımı davranışlarımla ona hissettiririm.	1	2	3	4	5	6	7



EK A.5 Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Form

Lütfen, ölçeğin maddelerinde yer alan ifadelere katılma düzeyinizi, her maddenin karşısında bulunan numaralardan birini işaretleyerek belirtiniz.

	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1.Akıl sağlığımda bir bozulma olduğunu düşünürsem, ilk tercihim bir uzmandan yardım almak olur.	1	2	3	4
2.Sorunlar hakkında bir psikologla konuşma fikri bana, duygusal çatışmalardan kurtulmanın kötü bir yolu gibi geliyor.	1	2	3	4
3.Hayatımın bu döneminde ciddi bir duygusal kriz yaşasam, psikoterapi olarak rahatlayabileceğimden eminim.	1	2	3	4
4.Bir kişinin, gerektiği halde bir uzmandan yardım almadan çatışmalarıyla ve korkularıyla baş etmeyi istemesi takdir edilecek bir tutumdur.	1	2	3	4
5.Uzun bir süre endişeli veya üzgün olsam, psikolojik yardım almayı isterim.	1	2	3	4
6.Gelecekte psikolojik danışma almayı isteyebilirim.	1	2	3	4
7.Duygusal bir sorunu olan kişinin bunu tek başına çözmesi mümkün değildir; bu sorununu, bir uzmandan yardım olarak çözebilir.	1	2	3	4
8.Gerektirdiği para ve zaman açısından psikoterapinin değeri benim için şüphelidir.	1	2	3	4
9.Kişi, sorunlarını kendi çözmelidir; psikolojik danışma almak başvurulacak son çare olmalıdır.	1	2	3	4
10.Kişisel ve duygusal sorunlar, başka birçok şey gibi, genellikle kendi kendine çözülürler.	1	2	3	4

ÖZGEÇMİŞ

- Adı Soyadı** : Merve DALKILIÇ
- Sürekli Adresi** : Atatürk Cad. Halk Sok. Gül Apt. No: 42/31 Kadıköy/İSTANBUL
- Doğum Yeri ve Yılı** : DÜZCE, 1986
- Yabancı Dili** : İngilizce
- İlk Öğretim** : Namık Kemal İlköğretim Okulu, 1999
- Orta Öğretim** : Düzce Meslek Lisesi, 2003
- Lisans** : Anadolu Üniversitesi, 2008
- Yüksek Lisans** : Bahçeşehir Üniversitesi, 2016
- Enstitü Adı** : Sağlık Bilimleri Enstitüsü
- Program Adı** : Aile Danışmanlığı (Tezli)
- Çalışma Hayatı** : Özel Tohum Vakfı Özel Eğitim Okulu/Şişli, 2008-hala çalışıyor.