

T.C.
BOLU ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA EĞİTİMİ BİLİM DALI

**OTİZMLİ ÇOCUĞU OLAN ANNELERDE GRUP REHBERLİĞİ
PROGRAMININ ALGILANAN STRES DÜZEYİNE ETKİSİ**

Mehmet Onur KAYA

BOLU, 2019

T.C.
BOLU ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA EĞİTİMİ BİLİM DALI

**OTİZMLİ ÇOCUĞU OLAN ANNELERDE GRUP REHBERLİĞİ
PROGRAMININ ALGILANAN STRES DÜZEYİNE ETKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan

Mehmet Onur KAYA

Danışman

Prof. Dr. Zeynep Deniz YÖNDEM

BOLU, ŞUBAT - 2019

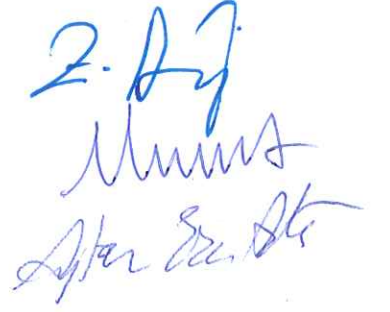
YÜKSEK LİSANS TEZ ONAY FORMU

Mehmet Onur KAYA tarafından hazırlanan “**Otizmlı Çocuğu Olan Annelerde Grup Rehberliği Programının Algılanan Stres Düzeyine Etkisi**” adlı çalışma Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışma Eğitim Bilim Dalında Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir. (27.02.2019)

Akademik Unvan ve Adı Soyadı

İmza

Üye (Tez Danışmanı) :Prof. Dr. Zeynep DENİZ YÖNDEM
Üye :Prof. Dr. Mustafa KOÇ
Üye :Dr. Öğr. Üyesi Ayten EREN ARTAN



Eğitim Bilimleri Enstitüsü'nün Onayı

Prof. Dr. Türkan ARGON
Eğitim Bilimleri Enstitü Müdürü

ETİK UYGUNLUK BEYANI

Yüksek Lisans/Doktora Tezi olarak sunduğum , “Otizmlili Çocuğu Olan Annelerde Grup Rehberliği Programının Algılanan Stres Düzeyine Etkisi” başlıklı çalışmanın yazılmasında, bilimsel ve etik kurallara uyulduğunu, başvuru kaynaklardan yapılan alıntılarının adlarının bilimsel kurallara uygun olarak metin içinde, dipnotlarda ve kaynaklarda gösterildiğini, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin tamamının ya da bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitede bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.


Mehmet Onur KAYA
27/02/2019

TEŞEKKÜR

Öncelikle tez çalışmamda değerli görüşleriyle çalışmama yön veren, tecrübelerini ve bilgi birikimini benimle paylaşan, desteğini her zaman hissettiren ve öğrencisi olmaktan gurur duyduğum tez danışmanım Prof. Dr. Zeynep Deniz YÖNDEM' e sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Jüri üyeleri olarak katkıları ve değerli görüşleri için Prof. Dr. Mustafa KOÇ'a ve Dr. Öğretim Üyesi Ayten EREN ARTAN'a teşekkür ediyorum.

Grup rehberliği programına aksatmadan katılan ve içten paylaşımlarıyla programı zenginleştiren sevgili annelere verdikleri destekten ve gösterdikleri ilgiden dolayı teşekkür ederim.

Grup rehberliği programını gerçekleştirdiğimiz Derince Özel Eğitim Uygulama Okulu'nda görev yapan idareci, öğretmen ve diğer personele desteklerinden ve yardımlarından dolayı teşekkür ederim.

Tez çalışmam sürecinde beni motive eden, desteği ile her zaman yanımda olan, sabırla çalışmalarımı destekleyen sevgili eşim Cemile KAYA' ya ve ailemize yeni katılan, varlığı ile bizi sonsuz mutlu eden oğlum Ali Kerem'e teşekkür ederim.

Tüm eğitim hayatım boyunca beni maddi ve manevi olarak destekleyen, her zaman yanımda olan annem ve babam, Yüksel ve Doğan KAYA' ya, kardeşim Hakan KAYA' ya teşekkür ederim.

Mehmet Onur KAYA

İÇİNDEKİLER

ETİK UYGUNLUK BEYANI.....	iv
TEŞEKKÜR	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar DİZİNİ.....	viii
KISALTMALAR	ix
ÖZET	x
ABSTRACT.....	xii
BÖLÜM I.....	1
1. Giriş.....	1
1.1. Problem Durumu	1
1.2. Araştırmanın Amacı	5
1.3. Araştırmanın Önemi.....	5
1.4. Problem Cümlesi.....	7
1.5. Araştırmanın Denencesi	7
1.6. Sayılıtlar	7
1.7. Sınırlılıklar	8
1.8. Tanımlar	8
BÖLÜM II	9
2. Kuramsal Temeller ve İlgili Araştırmalar.....	9
2.1. Otizm.....	9
2.1.1. Otizm Tanımı, Tanılanması ve Sebepleri	9
2.1.2. Otizimli Çocukların Özellikleri	11
2.2. Otizm ve Aile	13
2.2.1. Otizimli Bireyin Aileye Katılımı ve Kabullenme Süreci	13
2.1.2. Otizimli Çocuğu Olan Ailelerin Karşılaştığı Sorunlar ve Stres	15
2.3. Yurtdışında ve Yurtiçinde Yapılan İlgili Araştırmalar	18
2.4. Otizimli Çocukların Aileleri İle Yapılan Deneysel Çalışmalar	21
BÖLÜM III.....	24
3. Yöntem.....	24

3.1. Araştırma Modeli	24
3.2 Araştırma Grubu.....	25
3.3. Veri Toplama Araçları	29
3.3.1 Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ).....	29
3.3.2. Demografik Bilgi Formu	30
3.4. Uygulama Süreci.....	30
3.5. Grup Rehberliği Programı.....	31
3.6. Verilerin Analizi.....	32
BÖLÜM IV	34
4. Bulgular	34
BÖLÜM V	39
5. Tartışma ve Yorum.....	39
BÖLÜM VI.....	42
6. Sonuç ve Öneriler.....	42
6.1. Sonuç.....	42
6.2. Öneriler	42
6.2.1. Uygulamalara Yönelik Öneriler	42
6.2.2. Yeni Yapılacak Araştırmalara Yönelik Öneriler	43
EKLER	57
EK-1: Grup Rehberliği Programı	58
EK-2 Demografik Bilgi Formu.....	75
EK-3 Algılanan Stres Ölçeği	76
EK-4 Algılanan Stres Ölçeği İzni	77
EK-5 Araştırma İzni.....	78
EK-6 Etik Kurul Raporu	79
EK-7 Özgeçmiş.....	80

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 3.1. Araştırma deseni.....	25
Tablo 3.2. Araştırma katılımcısı annelerin demografik özellikleri.....	26
Tablo 3.3. Deney ve kontrol grubu ön test puanlarının Mann-Whitney U testi ile karşılaştırılması.....	27
Tablo 3.4. Deney ve kontrol grubu demografik özellikleri.....	28
Tablo 3.5. Otizmlı çocukların anneleri için grup rehberliği programının genel çerçevesi ve oturumların alt amaçları.....	32
Tablo 4.1. Deney grubuna ait ön test, son test ve izleme testi puanlarına ait ortalama ve standart sapma değerleri.....	34
Tablo 4.2. Deney grubunda yer alan otizmlı çocuk sahibi annelerin algılanan stres düzeylerine ilişkin Friedman testi sonuçları.....	35
Tablo 4.3. Deney grubu ön test ve son test puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar testi sonuçları.....	35
Tablo 4.4. Deney grubu ön test ve izleme testi puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar testi sonuçları.....	36
Tablo 4.5. Deney grubu son test ve izleme testi puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar testi sonuçları.....	36
Tablo 4.6. Kontrol grubu ön test ve son test puanları ortalama ve standart sapma değerleri.....	37
Tablo 4.7. Kontrol grubunda yer alan otizmlı çocuk sahibi annelerin algılanan stres düzeylerine ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar testi sonuçları.....	37
Tablo 4.8. Deney ve Kontrol Grubu Son Test Puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin Mann Whitney U Testi Analiz Sonuçları.....	38

KISALTMALAR

ASÖ: Algılanan Stres Ölçeği

Çev. : Çeviren

DG : Deney Grubu

KG : Kontrol Grubu

OSB : Otizm Spektrum Bozukluğu

SPSS: Statistical Programme for Social Science

GRP : Grup Rehberliği Programı



ÖZET

OTİZMLİ ÇOCUĞU OLAN ANNELERDE GRUP REHBERLİĞİ PROGRAMININ ALGILANAN STRES DÜZEYİNE ETKİSİ

Kaya, Mehmet Onur

Yüksek Lisans Tezi

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Rehberlik ve Psikolojik Danışma Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Zeynep Deniz YÖNDEM

Şubat-2019 (xiii+80 Sayfa)

Bu araştırma ile grup rehberliği programının, otizmlili çocuğu olan annelerin algıladıkları stres düzeyine etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Deneysel bir çalışma olan araştırmanın katılımcıları, çocuğu otizm tanısı alan ve Rehberlik ve Araştırma Merkezi tarafından Özel Eğitim Uygulama Okulu'na yönlendirilen annelerden oluşmaktadır. Araştırma katılımcılarının belirlenmesi amacıyla öncelikle ön test uygulaması kapsamında 76 anneye Algılanan Stres Ölçeği uygulanmıştır. Daha sonra katılımcıların ölçekten aldıkları puanların aritmetik ortalaması ve standart sapması hesaplanmış ($X=21.68$; $S=5.84$) ve grup ortalamasının yarım standart sapma üstünde olan 32 anne belirlenmiştir. Algılanan stres puanı yüksek olan anneler ile bireysel olarak görüşülmüş, araştırma hakkında bilgilendirme yapılmış ve gönüllü olarak katılabilecek 20 anne araştırma grubu olarak belirlenmiştir. Demografik özelliklere göre eşleştirilmiş iki grup oluşturulmuş, yansız atama yöntemi ile deney ve kontrol grubu olarak atamaları yapılmıştır. Deney grubuna haftada bir gün, yaklaşık 90 dakika süren, 8 oturumluk 'grup rehberliği programı' uygulanmıştır. Deney ve kontrol grubunda yer alan annelere grup rehberliği programı sonunda son test ve grup rehberliği uygulaması bitiminden iki ay sonra ise deney grubuna izleme testi uygulanmıştır. Araştırma verilerinin analizinde Friedman Testi, Wilcoxon İşaretili Sıralar Testi ve Mann Whitney U Testi kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda, grup rehberliği programının annelerin algıladıkları stres düzeyini azaltmada etkili olduğu ve bu etkinin izleme testi ölçümünde kalıcı olduğu

bulunmuştur. Araştırma sonuçları ilgili araştırmalarla birlikte tartışılıp yorumlanmış ve öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Stres, Otizm, Grup Rehberliği, Ebeveyn Stresi



ABSTRACT**THE EFFECT OF GROUP GUIDANCE PROGRAM ON THE PERCEIVED STRESS LEVEL OF MOTHERS WHO HAVE CHILDREN WITH AUTISM**

Kaya, Mehmet Onur

Master Thesis

Department of Educational Sciences

Department of Counseling Psychology and Guidance

Thesis Advisor: Prof. Dr. Zeynep Deniz YÖNDEM

February -2019 (xiii + 80 Pages)

The aim of this study is to determine the effect of group guidance program on the perceived stress level of mothers who have children with autism. The participants of the study, which is an experimental study, consists of 76 mothers which their children were diagnosed with autism and directed to the Special Education Application School by the Guidance and Research Center. For the purpose of collecting the research data, primarily, Perceived Stress Scale was administered to 76 mothers. Subsequently, the arithmetic mean and standard deviation of the scores obtained from the Perceived Stress Scale were calculated ($X=21.68$; $sd=5.84$) and 32 mothers whose perceived stress score was half of a standard deviation above the mean of the group were determined that they had a high perceived stress score. Mothers with high perceived stress scores were interviewed individually, were informed about the research and among them, 20 mothers who could participate in the research voluntarily were determined as the research group. Two groups matched according to demographic characteristics assigned as experimental and control groups through random sampling. The mothers who are in the experimental group received 8 sessions of 'group guidance program', which lasted approximately 90 minutes, one day a week. The mothers in the experimental and control groups were administrated a final test at the end of the group guidance program and a follow-up test two months after the end of the group guidance program. Friedman Test, Wilcoxon Signed Rank Test and Mann Whitney U Test were used to analyze the data. As a result of the study, it is found that the group guidance program is effective in reducing the perceived stress levels of mothers who have

children with autism and this effect is found permanent according to the follow-up test measurement. The results of the research are discussed and interpreted together with the relevant research and suggestions are presented.

Keywords: Stress, Autism, Group Guidance, Parental Stress



BÖLÜM I

1. Giriş

1.1. Problem Durumu

Otizm, bireylerde sosyal ilişki becerilerinde zorlanma ve tekrar eden davranışlar sergileme gibi iki temel özellik gösteren, üç yaşından önce belirtileri gözlemlenen ve yaşam boyu devam eden nörogelişimsel bir bozukluktur. Otizmin sebebi tam olarak bilinmese de çevresel ve genetik faktörlerden kaynaklandığı düşünülmektedir. Her bireyde farklı düzeyde gözlenen otizmde belirtiler bazı çocuklarda doğuştan, bazılarında ise en geç üç yaşından önce gözlenmektedir. Otizmin bazı türlerinde zihinsel ve fiziksel olarak akranlarına göre normal gelişim gözlenirken yaklaşık iki buçuk, üç yaşlarında gelişimde anlamlı bir gerileme ya da ilerleyememe süreci başlamaktadır (American Psychiatric Association, 2013; Diken, 2010; Levy, Mandell ve Schultz, 2009; Murkoff, 2018). Otizmin ağırlığı çocuktan çocuca farklılık gösterse de genel özellikler olarak; göz kontağı kurmakta zorlanma, konuşamama veya sınırlı düzeyde konuşma, olaylara ve kişilere karşı ilgisizlik, yineleyen davranışlar, iletişim başlatamama, duygularını ifade edememe, hayal kurmakta zorlanma gibi bazı ortak belirtiler görülmektedir (Pehlivan Türk, 2004; Turan ve Ökçün Akçamuş 2013).

Amerika Birleşik Devletleri Hastalık Kontrolü ve Önleme Merkezleri'nin (CDC: Centers for Disease Control and Prevention) 2014 yılı verilerine göre Amerika'da otizm görülme sıklığı 1/68 (68 çocuktan 1 çocuk otizimli) olarak belirlenmiş ve bu oranın önceki yıllara göre sürekli artış gösterdiği belirtilmiştir (Tohum Otizm Vakfı, 2018). Ayrıca otizmin erkeklerde daha sık gözlendiği raporlaştırılmıştır (Darıca, 2002; Wing, 2012).

Otizmlı çocuğun aileye katılımıyla birlikte, ailenin yaşamın diğer alanlarındaki stres yaşantılarına ek olarak yeni bir stres kaynağı eklenmektedir. Alan yazındaki bazı araştırmalar, genel olarak çocuklarında gelişimsel yetersizliği olan (Robinson ve Neece, 2015) ve otizmlı çocuğu olan ebeveynlerin (Altıntaş,2011; Çandır, 2015; Girli,2002; Gülaldı, 2010) daha fazla stres yaşadığını göstermektedir. Hamilelik haberi ile birlikte ebeveynler genellikle planlarını normal bir çocuk sahibi olacaklarını düşünerek yaparlar ve olası olumsuzlukları düşünmek istemezler. Oysa bazı ebeveynler hamilelik sürecinde ya da çocuklarının doğumu ile birlikte yolunda gitmeyen bazı süreçleri gözlemleyerek hekime başvurduklarında otizm tanısı ile yüzleşirler. Otizm tanısının konulmasıyla ebeveynler; şok ve inkar tepkisi, depresyon, kızgınlık-öfke-suçlama-utanç, pazarlık, kabul-uyum aşamalarından oluşan yas süreci yaşamaktadır (Smith, Gartin, Murdick ve Hilton, 2006, akt. Gören, 2016). Otizm tanısının hemen ardından gözlenen şok tepkisi ile başlangıçta aile bu durumu kabullenmekte zorlanmaktadır. Zaman ilerledikçe kabullenme ve uyum olarak değişim gösteren yas sürecinin son evrelerinde otizmlı çocuğunun özelliklerini tanıma sürecine girmektedirler. Ailenin kabullenme süreci geciktikçe otizm hakkında bilgilenme süreçleri de gecikmekte ve bu durum çocuklarının destek eğitiminde gecikme ya da benzeri aksaklıklara sebep olabilmektedir. Oysa otizmlı çocuğun davranış ve beceri kazanabilmesi için düzenli olarak eğitimine devam etmesi, okulda veya rehabilitasyon merkezindeki uzman destekli eğitiminin ebeveyn desteği ile güçlendirilmesi ve ebeveynlerin eğitim sürecine etkin katılımı oldukça önemlidir (Kaner, 2010; zen, 2010).

Otizmlı çocuğun ebeveynlerinin yaşadığı stres alanları oldukça çeşitlilik göstermektedir. Bazı araştırmalar eşler arasındaki ilişkilere yansıyan evlilik uyumu, evlilik doyumunu, ebeveynlik stresi, ebeveynlik rolleri (İlhan, 2017; Kara, 2016; zdemir, Gürel, Töret ve Özkubat, 2012; Özşenol ve diğerleri, 2003; ztrk, 2017; Robinson ve Neece, 2015; Sivberg,2002; stner Top, 2009; Zaidman Zaid ve diğerleri, 2017) gibi stres alanlarına işaret etmektedir. Ayrıca başka bazı çalışmalar; yaşam doyumunu, stres, tükenmişlik, depresyon, kaygı (Altıntaş, 2011; Çandır, 2015; Hui Lu ve diğerleri, 2018 Yassıbaş, 2015) gibi psikolojik özellikler yönünden daha dezavantajlı olduklarını göstermektedir. Yine sosyal ortamlardan kaçınma ve yalnız kalmayı tercih etme (Wing, 2012) gibi sosyal ilişkilere yansıyan sorunlar yaşadıklarına yönelik araştırma bulguları bulunmaktadır.

Aileye yeni bir bireyin katılımı, bebeğin doğumu her ne kadar genellikle mutluluk verici bir yaşantı olarak düşünülse de; ailede rollerin değişmesi, ebeveynlerin bakım ile ilgili sorumluluklar üstlenmesi gibi aile sisteminde bazı değişimlere sebep olmakta ve bu tür olumlu yaşam değişimleri de stres kaynağı olarak kabul edilmektedir (Yöndem, 2015). Her çocuk doğduğu andan itibaren bakıma ihtiyaç duymaktadır. Ancak bilişsel ve fiziksel olarak normal gelişim gösteren çocuklar büyüdükçe bağımsızlığını kazanabilirken, otizm tanısı alan çocuklar yaşamının bütün evrelerinde veya büyük bir kısmında bakım ve kontrol desteğine daha fazla ihtiyaç duyabilmektedirler. Her an bakım ve kontrol gerektiren bu çocukların sorumluluklarını genellikle ebeveynler üstlenmektedir. Ebeveynlerin kendi aralarında sorumluluk dağılımına bakıldığında; geleneksel şekilde babaların çoğunlukla iş ve meslek yaşamını sürdürdüğü, annelerin ise zaman zaman otizmlili çocuğunun sorumluluğunu tek başına üstlendiği ve kendi yaşamından önemli ölçüde fedakârlıklar yaptıkları belirtilmektedir (Küllü 2008; Uğuz, Toros, İnanç ve Çolakkadıoğlu, 2004). Otizmlili çocuğun hayatına girmesiyle anneler; yaşam tarzlarını, arkadaşlık ilişkilerini, iş hayatını, bazı özel alışkanlıklarını ve çocuğundan beklentilerini değiştirmek zorunda kalabilmektedir. Anneler arkadaşları ile görüşme, kendine zaman ayırma, iş ve çalışma koşullarını sürdürme gibi konularda birtakım güçlüklerle karşılaşmakta, genellikle çocuğu ile birlikte sosyal ortamlara katılmaktan kaçınmakta ve eve kapanmaktadır. Hatta zaman zaman otizmlili çocuğunun bakımı için işini bırakmakta, erken dönemde emekli olmakta veya yarı zamanlı çalışmayı seçmektedir (Yassıbaş, 2015).

Otizmlili çocuğu olan annelerle yapılan araştırmalar; stres, kaygı, depresyon, umutsuzluk, yaşam doyumu düşüklüğü gibi birtakım psikolojik problemlerin annelerde daha fazla gözlemlendiğini yansıtmaktadır (Ateş, 2016; Gülaldı, 2010; Kaytez, Durualp ve Kadan, 2015; Robinson ve Neece, 2015; Stanojević, Nenadović, Fatıć ve Stokić, 2017; Uğuz ve diğerleri, 2014). Hatta otizmin yoğunluğuna göre tükenmişlik düzeyinin ve duygusal tepkilerin arttığını (Rivard, Terroux, Parent Boursier ve Mercier, 2014; Tunçel, 2017) gösteren bazı araştırma bulguları bulunmaktadır.

Otizmlili çocukların annelerinin stres ve tükenmişlik yaşamasına sebep olan durumlardan biri, çocuklarının özellikleri ve sınırlılıkları hakkında yeterli bilgiye sahip olmamaktan kaynaklanmaktadır. Otizmlili çocuğunun özelliklerini yeterince bilmeyen annelerin çocuğuna yaklaşımı ve beklentileri normal gelişim gösteren çocuklarla

benzerlik göstermektedir (Montes ve Halterman, 2007). Anneler için mutluluk kaynaklarından biri çocuklarının yaşı ilerledikçe fiziksel, zihinsel ve sosyal becerilerinin arttığını gözlemlemektir. Ancak otizmlilerde normal gelişim gösteren çocuklara oranla hedeflenen davranış ve becerilerin kazanımı daha yavaş ve uzun sürelidir. Bu nedenle çocuğunun gelişimindeki aksaklıkları yakından gözlemleyen anneler zaman zaman umutsuzluk ve stres yaşayabilmektedir.

Otizmlilerde görülen ve annelerin üstesinden gelmekte zorlandıkları en önemli problemlerden biri çocuğun ağlama ve bağırma davranışlarıdır. Otizmlilerde; saldırganlık, ağlama krizlerine girme, kendine zarar verme, eşyalara ve kişilere zarar verme, izin istemeden alma gibi sosyal ortamlarda uygun olmayan bazı davranışlar gözlenebilmektedir (Gökçe, 2017; Murkoff, 2018). Otizmlilerde bu tür davranışlarından dolayı anne ev ziyaretlerinde ya da ev dışı sosyal ortamlarda yadırganma, dışlanma gibi bazı problemler yaşayabilmektedir. Örneğin; çocuğu ile birlikte sokağa çıktığında ya da parka gittiğinde diğer anne ve babaların, otizmlilerde çocuğun kendi çocuklarına zarar vermesi korkusu yaşadıklarını ve çocuklarını uzaklaştırma çabalarını gözlemlemektedir. Her ne kadar çocuğun dış görünümünden otizmlilerde olduğu her zaman anlaşılmasa da sosyal ortamlarda uygun olmayan bazı davranışlarıyla fark edilmekte ve yadırganmaktadır. Bu nedenle anne sosyal ortamlara katılmama davranışları gösterebilmektedir (Wing, 2012). Diğer yandan otizmlilerde gözlenen göz kontağı kuramama sınırlılığı anne ile çocuğu arasında duygusal bağ kurulmasını güçleştirmektedir. Bu durumda çocuğu ile duygusal bağ kuramayan anneler yaşadıkları bu özel durumu, duygularını ve bu konudaki gereksinimlerini başkaları ile paylaşamamaktadır. Akraba, arkadaş ve komşuları gibi yakınlarından yeterli düzeyde duygusal destek alamamaktadır (Meral ve Cavkaytar, 2014; Oltmanns, Neale, Davison, 2003).

Burada özetlenen araştırma sonuçları otizmlilerde çocuğu olan annelerin; otizm hakkında bilgi eksikliği, çocuklarının bakım sürecinde güçlükler ve geleceğine yönelik kaygılar yaşadıklarını yansıtmaktadır. Ayrıca aile içinde ve genel olarak sosyal ortamlarda bir takım sorunlar yaşadıkları, stres ve kaygı düzeylerinin yüksek olduğu bulgularına dayanarak, annelere yönelik grup rehberliği programı uygulanması ve etkililiğinin test edilmesi amaçlanmıştır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Araştırma, grup rehberliği programının otizmlı çocuğu olan annelerin algıladıkları stres düzeyine etkisini incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırmanın bağımsız değişkeni grup rehberliği programı, bağımlı değişkeni ise otizmlı çocuğu olan annelerin algıladıkları stres düzeyleridir.

Grup rehberliği programı ile otizmlı çocuğu olan annelerin otizm hakkında bilgi edinmeleri, otizmlı çocuğun bakımı ile ilgili stres yaşantılarını fark etmeleri, çocuklarının ve kendilerinin ihtiyaçlarını dikkate alarak çocuklarına destek olmaları, bazı etkili baş etme yaklaşımlarını öğrenmeleri ve bunları günlük yaşamında kullanmaları amaçlanmıştır. Aynı zamanda grup ortamında etkileşim sürecinde yapılan paylaşımlarla, benzer stres durumlarını yaşayan otizmlı çocuğu olan başka annelerin kullandıkları baş etme yaklaşımlarını gözleme ve öğrenme olanağı sunmak amaçlanmıştır.

1.3. Araştırmanın Önemi

Otizmlı çocukların yetersizlik yaşadıkları becerileri geliştirebilmeleri için özel bir destek eğitime gereksinim duyulmaktadır. Ülkemizde otizm tanısı alan bireylerin destek eğitimi alabileceği devlet okulları, rehabilitasyon merkezleri ve engelsiz yaşam merkezi gibi kurumlar bulunmaktadır. Bu kurumlarda otizmlı çocukların temel sınırlılıkları olan göz kontağı kurma, iletişim ve sosyalleşme becerilerini geliştirme gibi davranışları üzerinde çalışılmaktadır. Ancak davranışsal becerilerin gelişimi normal gelişim gösteren çocuklara göre çok yavaş ilerlemekte ve zaman almaktadır. Hatta kurumsal eğitimin aile ortamında desteklenmesi ve ebeveynlerin eğitim sürecine katılımı oldukça önemlidir (Ataman, 2005). Bu nedenle ebeveynlerin otizmlı çocuklarının gelişimsel özellikleri hakkında bilgi edinmeleri, çocuklarına yönelik yaklaşımlarını ve beklentilerini gerçekçi şekilde belirlemeleri için desteklenmeleri gerekmektedir. Bu amaçla bu araştırmada grup rehberliği programı ile, otizmlı çocukla en fazla zaman geçiren annelerin desteklenmesi amaçlanmıştır.

Ayrıca birçok betimsel araştırmanın ortak bulgusu olan otizmlili çocuklarda bütün aile bireyleri etkilense de özellikle annelerin daha fazla stres ve tükenmişlik yaşadığı (Aydoğdu, 2001; Öztürk 2017; Kurşun, 2018; Duygun ve Sezgin, 2003; Gizem Göçtü, 2014; Özsoy, Özkahraman ve Çallı, 2006; Üstüner Top, 2009) bulgularına dayanarak, grup rehberliği ile stres ve baş etme konularında annelerin bazı bilgi ve becerilerinin geliştirilmesi hedeflenmiştir. Araştırmada uygulanacak grup rehberliği programı ile bir yandan annelerin iyilik halinin desteklenmesi amaçlanmaktadır. Diğer yandan otizmlili çocukların özellikleri konusunda bilgilenme ile çocuklarına yönelik destekleyici yaklaşımlarının geliştirilmesi hedeflenmektedir. Ayrıca annelerde stres ve baş etme becerilerinin geliştirilmesinin evlilik ilişkisine ve aile bireyleri arasındaki olumlu ilişkilere dolaylı olarak yansıtacağı düşünülmektedir.

Bu araştırmada, grup rehberliği programının bir yandan annelerin otizmin genel özelliklerini tanımaları, çocuklarının gelişimini destekleyici yaklaşımlar sergilemeleri, diğer yandan otizmlili çocuğa sahip olmaktan kaynaklı stres yaşantılarını fark etmeleri ve stres yönetimi için bazı etkili yaklaşımlar öğrenmeleri yönünden yararlı olacağı düşünülmüştür. Aynı zamanda grup etkileşimi ile benzer sorunu ve gereksinimleri olan annelerle birlikte olmalarının da hem duygu yaşantı paylaşımı hem de aynı stresi yaşayan annelerin kullandığı olumlu baş etme çabalarının gözlenmesi ve model alınması yönünden yararlı olacağı düşünülmüştür.

Araştırmadan elde edilecek sonuçların otizmlili çocukların annelerinin yaşadığı güçlüklerle ve stres durumuna dikkat çekme amacıyla teorik çalışmalara katkıda bulunacağı düşünülmektedir. Ayrıca genel olarak yetersizliği olan ya da özel olarak otizmlili çocuklara yönelik hizmet veren rehberlik ve araştırma merkezleri, rehabilitasyon merkezleri, özel eğitim iş uygulama merkezleri, engelsiz yaşam merkezleri gibi eğitim kurumlarında ve kaynaştırma eğitimlerinin verildiği okullarda grup rehberliği uygulaması ile ailelere sunulabilecek destek hizmetleri yönünden bir model olarak katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.4. Problem Cümlesi

Grup rehberliği programı otizimli çocuğu olan annelerin algılanan stres düzeyini etkilemekte midir?

1.5. Araştırmanın Denencesi

Araştırmanın amacı ve problemi doğrultusunda aşağıda yer alan denenceler sınanacaktır.

Denence 1: Grup rehberliği programı otizimli çocuğu olan annelerin algıladıkları stres düzeyini azaltmakta etkilidir ve bu etki izleme ölçümünde kalıcıdır.

Denence 1.1: Deney grubunda yer alan ve grup rehberliği programına katılan otizimli çocuğu olan annelerin, Algılanan Stres Ölçeği'nden aldıkları son test puanları ön test puanlarına göre anlamlı düzeyde azalacaktır ve bu azalma izleme ölçümünde devam edecektir.

Denence 1.2: Grup rehberliği programına katılan deney grubu ve katılmayan kontrol grubu katılımcılarının, son test puanları deney grubu katılımcıları lehine anlamlı düzeyde azalacaktır.

1.6. Sayılılar

1. Araştırma katılımı gönüllülük esasına dayandığından, deney ve kontrol grubunda yer alan annelerin Algılanan Stres Ölçeği'ni ve Demografik Bilgi Formu' nu gerçek durumlarını yansıtacak şekilde, içtenlikle yanıtladıkları varsayılmaktadır.

2. Deney ve kontrol grubu katılımcılarının belirlenmesinde; yaş, eğitim düzeyi, çalışma durumu, medeni hali, gelir düzeyi, çocuk sayısı gibi stres düzeylerini etkileyebilecek bazı demografik özellikler yönünden eşleştirme yapıldığından her iki grubun benzer demografik özellikler gösterdiği varsayılmaktadır.

3. Ön test-son test uygulamaları arasında geçen grup rehberliği programı süresince, deney ve kontrol grubundaki annelerin, uygulanan grup rehberliği programı dışında stres düzeylerini belirgin bir şekilde etkileyecek bir stres kaynağı yaşamadıkları varsayılmaktadır.

1.7. Sınırlılıklar

1. Araştırmaya katılan otizmlı çocuğu olan annelerin algıladıkları stres düzeyi, araştırmada kullanılan Algılanan Stres Ölçeği'nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

2. Araştırma Rehberlik ve Araştırma Merkezi tarafından Özel Eğitim Uygulama Okulu'na yerleştirilen otizmlı çocukların anneleri ile sınırlıdır.

1.8. Tanımlar

Otizm: Genellikle erken çocuklukta fark edilen, sosyalleşme ve iletişim becerilerinde akranlarının gerisinde kalırken, basmakalıp davranışlar gösteren, bireyin yetişkinlik yıllarında da devam eden, hem genetik hem çevresel nedenlere dayandırılan nörogelişimsel bir bozukluktur (Morrison, 2017).

Algılanan Stres: Stres; içsel veya dışsal sebeplerden kaynaklı bireyi rahatsız eden, zora sokan, başa çıkma becerilerini zorlayan durumlara yani stres kaynaklarına karşı verilen durumu normale döndürmeyi amaçlayan tepkilerdir (Santrock, 2012; Budak, 2001). Alan yazında stres düzeyinin ölçümünde birbirinden farklı yöntemler ve ölçekler kullanılmaktadır. Bu araştırmada annelerin algıladıkları stres düzeyi, ölçek maddelerine verdikleri yanıtlara göre kişisel bildirimlerine dayalı olarak belirlenmiştir.

BÖLÜM II

2. Kuramsal Temeller ve İlgili Araştırmalar

Bu bölümde öncelikle otizm genel başlığında; otizmin tanımı, tanılanması ve sebepleri, otizmlı çocukların özellikleri alt başlıklarına yer verilmiştir. Daha sonra otizm ve aile başlığı altında; otizm tanısı alan çocuğun aileye katılımı ve kabullenme süreçleri, otizmlı çocuğu olan ailelerinin yaşadıkları sorunlar ve stres alt başlıkları ile kuramsal bilgilere yer verilmiştir. Son olarak ise yurt dışında ve yurt içinde yapılan ilgili araştırmalara yer verilmiştir.

2.1. Otizm

2.1.1. Otizm Tanımı, Tanılanması ve Sebepleri

Otizm, iletişim kurmada güçlük çekme, sosyal ilişkilere girememe, amaçsız ve tekrarlayan davranışlar gösterme, ilgi ve eylemlerin kısıtlanması gibi belirtiler gösteren, üç yaşından önce ortaya çıkan ve yetişkinlikte de devam eden, genetik ve çevresel nedenleri olan nörogelişimsel bir bozukluktur (Levy ve diğerleri 2009; Morrison 2017; Özbey 2005).

Otizmin ilk tanımlanması Avusturyalı doktor Leo Kanner tarafından 1943 yılında yapılmıştır. "İnfanıl otizm" olarak adlandırılan bu tanım da otizmlı bireylerin insanlarla iletişim kurmada güçlük çekmesi, tekrarlayan konuşma ve davranışlar sergilemesi, değişime karşı direnç göstermesi gibi özelliklerinden bahsedilmiştir (Kanner, 1943). Yaklaşık aynı tarihlerde Hans Asperger ise benzer özellikler gösteren dört çocuk üzerinde çalışmalar yaparak kendi ismini verdiği Asperger Sendromunu, bilişsel beceriler açısından normal düzeyde gelişim gösteren çocukların sosyal yönden

beklenen seviyede performans gösterememesi olarak tanımlamıştır. Asperger Sendromu görülen çocuklarda otizmin genel özelliklerinin gözleendiği ancak otistik bozukluktan farklı bir grubu kapsadığı belirtilmiştir (Friend, 2006 akt: Diken 2010).

Uluslararası Ruh Sağlığı Sınıflandırmasında (DSM IV) Yaygın Gelişimsel Bozukluklar; otistik bozukluğu, rett bozukluğu, dezintegratif bozukluk, asperger bozukluğu ve atipik otizm olarak sınıflandırılmıştır (American Psychiatric Association, 2013). Burada bu gelişimsel bozukluklar kısaca açıklanmaktadır:

Otistik Bozukluk: Yaşamın ilk üç yılında başlayan ve bireyin yaşına uygun olmayan şekilde, sözlü ve sözsüz iletişim becerilerinde yetersizlik gösterme, göz teması kuramama, beklenen akran ilişkilerini geliştirememe, ilgilerinde sınırlılık gösterme, duygu paylaşımı yapamama ve duygu paylaşımına ilgisiz kalma, basmakalıp dil kullanımı ve motor beceriler, törensel davranış, normal olmayan odaklanma gibi özellikler gözlenen gelişimsel bozukluktur.

Rett Bozukluğu: Doğumdan sonraki 5 ayda normal seyreden gelişimin, 5. aydan itibaren duraksamaya başladığı, akıcı dil ve ifade etme becerilerinde yetersizlik gözlenen ve psikomotor bozuklukların da gözleendiği gelişimsel bozukluktur.

Dezintegratif Bozukluk: İki yaşına kadar normal gelişim gösterirken, iletişim ve toplumsal ilişkilerde gelişme gözlenmeyişi, dil gelişiminin ilerlememesi veya basmakalıp bir dil kullanımı, motor becerilerde yineleyici davranışlar ve ilgilerinde sınırlılıklar gözlenen gelişimsel bozukluktur.

Asperger Bozukluğu: Bilişsel gelişim ve dil gelişiminde anlamlı bir yetersizlik gözlenmezken toplumsal iletişimde normal gelişim gösteren akranlarına göre beklenen performansı gösterememe, göz teması kurmaktan kaçınma, duygu paylaşımı yapamama, ilgilerini belirtmeme ve tekrar eden davranışlar sergileme gibi özellikler gözlenen gelişimsel bozukluktur.

Atipik Otizm: Yaygın gelişimsel bozukluğun genel anlamıyla iletişimde yetersizlik ve tekrarlayan motor beceriler gibi temel özelliklerini taşıyan ancak bu

tanının ve diğer klinik tanıların konulması için yeterli belirtilerin gözlenmediği gelişimsel bozukluktur.

DSM-V' de 2013 yılında yapılan güncelleme ile Rett bozukluğu dışarda bırakılarak Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB) genel sınıflandırması ayrı bir başlık altında ele alınmıştır. OSB tanılanmasında kullanılacak belirtiler; iletişim ve sosyalleşme becerilerinde yetersizlik ile basmakalıp davranışlar olmak üzere iki kategori altında ele alınmıştır (APA, 2013).

Otizmin olası nedenleri konusunda, sebebi tam olarak bilinmese de, genetik ve çevresel faktörlerin otizmin gelişiminde ve düzeyinde etkili olduğu şeklinde ortak birtakım görüşler bulunmaktadır (Diken, 2010; Şahin, 2012; Wing, 2012). Otizm tanısı alan bireylerle yapılan genetik araştırmalarda, tek yumurta ikizlerinden birisinde otizm varsa diğerinde de otizm görülme olasılığının yaklaşık % 60 ve % 90 oranında olduğu belirtilmiştir. Otizimli bireyin ikiz olmayan kardeşlerinde ise otizmin görülme olasılığının % 3 ile % 8 arasında değiştiği yönünde bulgular bulunmaktadır (Kaymak, 2017). Doğum anı ve sonrası çevresel faktörlerin otizme etkisi incelendiğinde; beslenme ve bağırsak işlevi sorunlarının otizmde etkili olabileceği yönünde bazı görüşler bulunmaktadır (Wing, 2012). Yine çocukluk dönemi aşılardan; kızamık, kızamıkçık ve kabakulak aşılarının otizme sebep olduğu konusunda bazı görüşler bulunsa da bu bulguları tam olarak destekleyici araştırmalara rastlanmamıştır (Diken, 2010; Wing, 2012). Ayrıca gebelik esnasında kullanılan ilaçların, annenin geçirdiği enfeksiyonların, bebeğin gelişimini tamamlamadan prematüre doğmasının, D vitamini eksikliğinin, annenin gebelik döneminde yaşadığı stresin, gebelikte görülen obezite ve diyabetin, bebeğin gelişimini olumsuz yönde etkileyebileceği ve otizm gelişiminde etkili olabileceği görüşleri bulunmaktadır (Özbaran, 2014).

2.1.2. Otizimli Çocukların Özellikleri

Otizm tanısı alan bireylerin içinde buldukları gelişim dönemine ve otizmin derecesine göre farklı özellikler gözlenebilmektedir. Ancak genel olarak; sosyalleşme ve iletişim becerilerinde, duygusal tepkilerinde, dil ve konuşma becerilerinde ve

davranışsal tepkilerinde bir takım sınırlılıklar ve sorunlar yaşadıkları dikkat çekmektedir.

Sosyalleşme ve iletişim becerilerinde normal gelişim gösteren akranlarına göre anlamlı düzeyde gelişim geriliği göstermektedirler. (Kayaoğlu ve Görür, 2008; Töret, 2017). Sosyal beceriler açısından değerlendirildiğinde; otizmliler bireyler göz kontağı kurma, duygularını ifade etme ve diğer bireyler ile iletişim başlatma veya iletişimi sürdürme konularında yetersizlikler göstermektedirler. Örneğin; ismi ile seslenildiğinde tepki verme, basit selamlaşma ifadelerini kullanabilme, duygu ve düşüncelerini karşısındakine ifade edebilme, ebeveyni ile etkileşim kurma, nezaket ifadeleri kullanma gibi becerilerde zorlanmaktadır (APA, 2013; Diken, 2010; Morrison 2017; Töret, 2017). Sosyal ve iletişimsel becerilerde yetersizlik yaşayan otizmliler; başkaları ile arkadaşlık ilişkileri geliştirme ve sürdürme, sosyal ortamlarda uygun davranışlar sergileme ve grup ile birlikte hareket edebilme gibi becerileri de yerine getirememektedir (Laursen, Moore, Yazdgerdi ve Milberger, 2013).

Duygusal tepkiler yönünden, otizmliler bireylerin duygularını göstermekte sınırlılık yaşaması; ailesinin ve arkadaşlarının acısını paylaşma, heyecanlanma, merak etme, tedirgin olma gibi duygularını paylaşma konusundaki beklentisini karşılayamamasına sebep olmaktadır (Frea, 2000). Ayrıca sudan korkma, oyun hamurundan korkma gibi bazı özel nesnelere karşı korku geliştirebilmektedirler. Yine belirgin bir sebep olmadan gülme veya ağlama gibi duygusal tepkiler verebilmektedirler. (Mukaddes, 2013; Shattuck ve diğerleri, 2007).

Dil ve iletişim becerilerine bakıldığında; konuşan kişiye dikkatini yöneltebilme, nesne ya da kişileri ayırt edebilme, verilen yönergeyi algılayabilme gibi alıcı dil becerilerinde ve kendisine yöneltilen sorulara cevap verebilme, eylemleri adlandırabilme, karşılıklı konuşmalarda anlamlı cümle kurabilme, şahıs ve sahiplik bildiren zamirleri kullanabilme, ihtiyaçlarını belirtebilme gibi ifade edici dil becerilerinde sınırlılıklar görülmektedir (Kabasakal, 2007; Töret, 2017).

Otizmliler bireyler davranışsal özellikleri açısından değerlendirildiğinde; nesnelere döndürüp izleme, ellerini çırpma, değişikliklere direnç gösterme, eşyaları sıraya dizme gibi takıntılı davranışlar gösterebilmektedirler. Otizmlilerde öfke nöbetleri, kendine ve

etrafına zarar verme gibi problem davranışlar da görülebilmektedir (Mukaddes, 2013;. Shattuck ve diğerleri,207).

Aynı zamanda otizm tanısı olan bireylerde bilişsel ve psikomotor becerilerde; dikkati toplamakta güçlük çekme, bellekte sınırlılık yaşama, akademik becerilerde yetersizlik, motor becerilerde zorlanma ve yeme sorunları gibi durumlar da görülebilmektedir (Asafov, 2012; Şahin, 2012; Töret, 2017).

Yukarıda özetlenen iletişim ve sosyalleşme becerileri, duygusal tepkileri, bilişsel yeterlilikleri gibi alanlarda bazı sınırlılıkları ve davranışsal olarak ağlama, öfke ve saldırganlık gibi tepkilerinden dolayı otizmlı çocukların aileye katılımı ve sonrasında bütün aile bireyleri ve özellikle bakımını daha fazla üstlenen anne önemli bir takım sorunlar yaşamaktadır.

2.2. Otizm ve Aile

Otizm ve aile başlığında; otizm tanısı alan çocuğun aileye katılımı ve kabullenme süreci, otizmlı çocuğa sahip ailelerde karşılaşılan sorunlar ve stres alt başlıklarına yer verilmiştir.

2.2.1. Otizmlı Bireyin Aileye Katılımı ve Kabullenme Süreci

Otizmlı bireyin aileye katılımı ve sonrası süreçte genellikle yas sürecine benzer bir aşamadan geçtikleri kabul edilmektedir. Kubler-Ross'un 'Aşama Modeli' (akt. Gören, 2016; Smith, Gartin, Murdick ve Hilton, 2006) olarak adlandırdığı, yas süreci ve benzeri travmatik durumlar için de geçerli olarak kabul edilen bu modelde tepkiler sırasıyla; inkar, öfke, pazarlık, depresyon ve kabullenme olarak beş aşamada sınıflandırılmıştır. Bu aşamalara aşağıda kısaca yer verilmektedir.

İnkâr: Anne ve babalar normal bir çocuk beklemekte ve çocuklarının herhangi bir yetersizlik yaşadığını kabul etmemektedir. Bu durumu ilk öğrendikleri anda verilen

tepki şok tepkisidir. Şok sürecinde ailelerde; şaşkınlık, belirsizlik, çaresizlik, aşırı ağlama, duygusuzluk, mantık dışı konuşmalar gözlenebilmektedir. Şok süreci ile birlikte veya hemen ardından gözlenen inkar, ailenin çocuğunda yetersizlik durumu olduğuna kabul etmemesi ve bundan kaçınması, görmezden gelmesi sürecidir. Bu dönemde ailelerde; tanı koyan hekime güvenmeme ve farklı hekimlere başvurma, çocuğunun normal olduğunu kanıtlayıcı davranışlar gözleme çabası, çocuğunun yetersizliğini reddederek normal gelişim gösteren bir çocuk gibi davranma yaklaşımları gözlenebilmektedir (Metin, 2012; Özen, 2010).

Öfke: Çocuğunun otizm tanısı ardından, bu durumunun neden kendisinin başına geldiğini düşünen ve buna öfkelenen ebeveyn kızgınlığını kendisine, aile bireyelerine, tanı koyan hekime, hatta bazen normal çocuğa sahip ailelere yansıtabilmektedirler. Ailelerde kendini suçlama ve geçmişteki hatalarını sorgulama davranışları gözlenebilmektedir. Hamilelik dönemindeki beslenme alışkanlıkları, sigara ve alkol kullanma, kendi rahatsızlıklarından kaynaklı kullanılan ilaçlar gibi geçmişe yönelik sorgulamalarla çocuklarındaki yetersizlik için kendilerini suçlama eğilimleri gözlenebilmektedir. Bazı ebeveynler ise geçmişte yaptığı hatalardan dolayı Allah'ın kendilerini cezalandırdığı gibi düşüncelere kapılabilmektedir. Bu dönemde ailelerde çocuğundan utanma davranışı da gözlenebilmektedir. Toplum tarafından çocuğuna yönelik davranışlar ve bakış açıları ebeveyni fazlasıyla rahatsız etmektedir. Çocuğunu sosyal ortamlardan uzak tutma, kaçınma ve yalnız kalma davranışları gelişebilmektedir (Kaner, 2010; Özen, 2010).

Depresyon: Bu aşamaya kadarki süreçte ebeveynler çocuklarının durumlarını kabullenememiş ver çözüm arayışındadır. Çözüm bulamadıkça ebeveynler kendilerini çaresiz hissetmekte ve umutsuzluğa düşebilmektedir. Ailelerde karamsarlık, üzüntü, kaygı ve hatta zaman zaman yaşamını sonlandırma gibi intihar eğilimleri gözlenebilmektedir (Akbeş ve Kalaycı, 2017). Ancak depresyon aşamasından sonra yavaş yavaş durumu kabullenme, çocuklarından beklentilerini ve planlarını güncelleme aşamalarına geçmektedirler (Metin, 2012).

Pazarlık: Aile çocuğunun yetersizliğinden kurtulmak için pazarlık yoluna başvurabilir. Çocuğu düzeldiği takdirde yapacakları konusunda çevresindeki kişiler veya Allah ile anlaşma yapar gibi konuşabilir. “Çocuğum düzeldiği takdirde bir daha

asla yalan söylemeyeceğim”, “Çocuğumuz düzelirse bir daha seni üzmeyeceğim” gibi cümleleri sıklıkla kurabilir. Bu süreçte aile çok hassastır ve her türlü öneriye ve görüşe açık olabilir. Ebeveynlerde çocuklarının düzelmesi için, sağlık hizmeti desteği dışında batıl inançlar, halk arasında yaygın geleneksel uygulamalar gibi uygulamaları deneme durumları gözlenmektedir (Akbey ve Kalaycı, 2017; Kaner, 2010).

Kabullenme: Bu süreçte ailelerin çocuklarının durumlarını kabul etmeleri, mevcut gelişimsel yetersizlik ile yaşamını sürdürme çabaları, hatta bazı durumlarda aile bireyleri arasında yakınlaşma, birbirine destek olarak bu güçlükle mücadele etme gibi çabalar gözlenmektedir. Kabullenme aşamasında ebeveynler daha önceki aşamalarda geçerli olan sorgulama yerine “çocuğumun gelişimi için neler yapabilirim?” arayışına yönelmektedir (Kaner, 2010; Metin, 2012).

Burada sıralanan yas süreci aşamalarını, çocuğunda yetersizlik olan tüm ailelerin aynı sıralama ile ve benzer yoğunlukta yaşadıkları söylenemez. Bir aileden diğerine ya da her bir ebeveynde bu süreçler kısmen farklılık gösterebilmektedir. Örneğin; kabul aşamasındaki bir ebeveynin zaman zaman depresyon sürecini tekrar yaşaması olasıdır. Ancak gelişimsel yetersizliği olan bireyler ve aileleri ile çalışan uzmanların bu süreçlerin farkında olmaları ve bu süreçte aileye destek sunmaları gerekmektedir.

2.1.2. Otizmlili Çocuğu Olan Ailelerin Karşılaştığı Sorunlar ve Stres

Otizmlili çocukların aileleri ile yapılan araştırmalar stres düzeylerinin yüksek olduğunu yansıtmaktadır. Otizmlili ve normal gelişim gösteren çocuk sahibi ebeveynlerin karşılaştırıldığı çalışmalar otizmlili çocuğa sahip ebeveynlerin daha fazla stres yaşadıklarını göstermektedir (Dunn, Burbine, Bowers ve Tantleff-Dunn, 2001; Hutchison, Feder, Abar ve Winsler, 2016; Kurşun, 2018; Walsh, Mulder ve Tudor, 2013). Ayrıca bazı araştırmalar ise otizmlili çocuğu olan ebeveynlerin; dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, down sendromu, zihinsel yetersizlik, işitme yetersizliği, bedensel yetersizlik, özel öğrenme güçlüğü gibi gelişimsel yetersizlikleri olan çocukların ebeveynlerine göre daha fazla stres yaşadıklarını ortaya koymaktadır (Esenler, 2001; Heyes ve Watson 2013; Ogston, Mackintosh ve Mayers, 2011; Rivard ve diğerleri, 2014).

Ailenin stres yaşamasının olası sebeplerinden biri, otizmi ve özelliklerini yeterince tanımamasından kaynaklanmaktadır. Otizm hakkında yeterli bilgisi olmayan ve uzmanlardan yeterli bilgi desteği alamayan ebeveynler çocuklarında gözlemledikleri; konuşmaya geç başlama veya sınırlı iletişim kurma gibi belirtilerle birtakım sorunlar olduğunu fark etmekte ancak zaman zaman sosyal çevrenin ‘erkek çocuk geç konuşmaya başlar’, ‘daha yaşı küçük’ gibi söylemlerinden etkilenerek tıbbi destek almakta ve dolayısıyla erken dönem eğitiminde gecikmektedirler (Kudaibergenova, 2018; Selimoğlu, Özdemir, Töret ve Özkubat, 2013; Şıkşık, 2016;).

Otizmli çocuğu olan ailelerin aile içi ilişkilerinde birtakım sorunlar yaşandığı bulguları bulunmaktadır. Otizmli çocuğun bakımı ve eğitimi çaba, sabır, zaman ve enerji gerektiren zorlayıcı bir süreçtir. Ebeveynler tüm enerjilerini desteğe daha çok ihtiyacı olduğunu düşündükleri otizmli çocuklarına harcarken; bazı durumlarda eşler arası ilişkiler aksamakta ya da ailenin diğer üyelerinin sevgi ve ilgi gereksinimleri göz ardı edilebilmektedir. Yetersizlik yaşayan bir çocuğa sahip olmak zaman zaman eşleri birbirine daha çok yaklaştırmakta, çocuğun bakımında eşler birbirine destek olarak sorumluluk paylaşımı yapmaktadırlar. Ancak bazı durumlarda ise yetersizlik yaşayan bir çocuğa sahip olmanın getirdiği stres ve sorumluluklar eşleri birbirinden uzaklaştırabilmektedir (Wing, 2012).

Otizmli çocuğa sahip olmak, aileleri ekonomik yönden de etkileyebilmektedir. Her ne kadar aileye yeni bir bireyin katılımı aile bütçesini genel olarak etkilese de otizmli çocuğun tedavisi, bakımı, destek eğitimi gibi ihtiyaçları ek harcamalara neden olmaktadır. Ebeveynler çocuğunun yetersizliklerinden ve zorlayıcı davranışlarından dolayı bakıcı bulmakta zorlanmakta ve bakımını kendileri üstlenmek durumunda kalmaktadır. Otizmli çocuğunun bakımını kendisi üstlenen ailelerde anne veya baba zaman zaman işinden ayrılmak zorunda kalmaktadır. Sonuç olarak otizmli bireyin aileye katılımıyla ailenin aylık geliri düşerken, gideri ise artmakta ve ekonomik sıkıntılar yaşanmaktadır (Kudaibergenova, 2018; Wing, 2012).

Otizmli çocuk dış görünümü ile ayırt edilemese de sosyal ortamlara uyum sağlamakta zorlandığı için, ailenin çocuğu ile birlikte sosyal ortamlara katılımı güçleşmektedir. Uz ve Kaya (2018) tarafından yapılan bir araştırmada, otizmli

çocukların ve ailelerin sosyal ortamlarda dışlandıkları sonucuna ulaşılmıştır. Otizmliler çocuk ve ailesi, çevresindeki bireyler tarafından; otizmliler bireyi kendi yanlarında istememe, incitici isim ve lakaplar ile seslenme, otizmliler çocuğun ebeveyni ile görüşmelerini sınırlandırma veya sonlandırma, çocukları otizmliler olduğu için ebeveyni suçlama ve ortak alanlarda rahatsız edici sözlerle ve bakışlara maruz bırakma gibi durumlarla karşılaşmaktadırlar. Sosyal çevrenin bu yaklaşımı ebeveynlerde zaman zaman sosyal ilişkilerini sınırlandırma, eve kapatma, başkaları ile görüşmeme veya sadece çocukları yetersizlik yaşayan ve kendilerini anlayabilecek benzer özelliklerdeki aileler ile görüşme gibi yönelimlere sebep olmaktadır (Özsoy ve diğerleri, 2006; Sucuoğlu, 2003; Wing, 2012). Ebeveynlerin otizmliler çocuklarıyla ilgili yaşadığı bir diğer problem ise çocuklarının kaza, yaralanma gibi durumlara ya da çevresinde kendisine zarar verebilecek kimselere karşı kendini koruma yeterliğinin olmadığını düşünerek daha fazla kaygı ve korku yaşamalarıdır (Özsoy ve diğerleri, 2006).

Araştırmalar özellikle annelerin babalara göre çocukla ilgili sorumlulukları daha fazla üstlendiklerini, otizmliler çocuğuyla daha fazla birlikte zaman geçirdiklerini, annelerin duygusal olarak daha fazla etkilendiklerini dolayısıyla stres düzeylerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir (Dale, Jahoda ve Knott, 2006; Karpat 2011; Öztürk 2017). Bıçak (2009), otizmliler bireyin aileye katılımından, bütün aile bireyleri etkilense de özellikle annelerin daha fazla etkilendiğini belirtmektedir. Otizmliler çocuğu olan annelerde; bıkkınlık, yorgunluk, utanç, suçluluk, huzursuzluk gibi olumsuz ve sadakat, aile bağlarında güçlenme, koşulsuz sevgi gibi olumlu duygular gözlemlendiğini vurgulamıştır.

Anne, normal gelişim gösteren bir çocuğa sahip olduğunda da yaşamındaki birçok alışkanlığını ve düzenini değiştirmek durumunda kalmaktadır. Otizmliler ya da başka herhangi bir yetersizlik yaşayan çocuklarla ilgili yapılan araştırmalar, çocuğun rutin bakımlarını daha çok annenin üstlendiğini göstermektedir. Anne ev içinde ve dışında aile ile ilgili birçok rolü üstlenmekle birlikte otizmliler çocuğunun okula ulaşımı, eğitimi, sağlığı, bakımı gibi sorumlulukları üstlenmek durumunda kalmakta ve daha fazla stres yaşamaktadır (Duygulu, 2014; Eracar, 2003; Öztürk, 2017).

2.3. Yurtdışında ve Yurtiçinde Yapılan İlgili Araştırmalar

Bu başlıkta yurt dışında ve ülkemizde otizmlı çocukların aileleri ile yapılan araştırmalara yer verilmiştir. İlgili araştırmaların sunulmasında, öncelikle otizm ya da başka gelişimsel yetersizliği olan ve normal gelişim gösteren çocukların ailelerinin karşılaştırıldığı araştırmalar, ardından otizmlı çocuğu olan ailelerinin özelliklerine ilişkin araştırmalar ve son olarak ailelerle yapılan deneysel araştırmalar raporlaştırılmıştır.

Girli (2002), otistik çocuk sahibi 172 ebeveyn ile normal gelişim gösteren çocuğa sahip ebeveynleri karşılaştırdığı araştırmada, otistik çocuk sahibi ebeveynlerin stres düzeyinin daha fazla olduğu ve sosyal destek almakta zorlandıkları sonucuna ulaşmıştır.

Altıntaş (2011) otizm tanısı alan çocukların ailelerinde tükenmişlik ve stres düzeyi ile yaşam kalitesini incelemiştir. Normal çocuğa sahip 40 ve otizm tanısı almış 56 ailenin karşılaştırıldığı araştırmada, otizmlı çocuğa sahip ebeveynlerin, diğer ebeveynlere göre stres ve tükenmişliği daha fazla yaşadıkları ve yaşam kalitesinin daha düşük düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Çocuklarında otizm spektrum bozukluğu ve down sendromu olan anneler ile gelişim geriliği olmayan çocuğa sahip annelerin karşılaştırıldığı bir araştırmada, otizmlı çocukların annelerinin anksiyete, depresyon ve stres düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca otizmlı çocukların annelerinin baş etme tutumlarından, zihinsel boş verme ve madde kullanımı gibi davranışlarının daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Çandır, 2015).

Otizmlı çocuğa sahip annelerin stres düzeyleri ile yaşam doyumlarının ilişkisinin incelendiği bir araştırmada, annelerin yüksek düzeyde stres yaşadığı görülmüştür. Otizmlı çocuğa sahip 48 annenin katıldığı bu araştırmada stres düzeyinin artmasıyla birlikte yaşam doyumunun azaldığı raporlaştırılmıştır (Gülaldı, 2010).

Çocuğu otizm tanısı alan annelerde duygusal tükenmişlik düzeyi daha yüksekken, yaşam doyumunu ise daha düşük seviyededir. Anneler gelecek kaygısını

yoğun olarak yaşamakta ve hayata karşı umutsuz ve karamsar bakmaktadır. Otizmlı çocuk sahibi olmaya bağlı zorlanmaları yüksek düzeyde yaşadıkları, fiziksel ve duygusal stres belirtilerinin daha fazla gözleendiği bulunmuştur (Altıntaş, 2011).

Otizmlı çocukların anneleri ile yapılan bir başka araştırmada, çocuğun otizm derecesinin, annelerin depresyon, umutsuzluk ve tükenmişlik düzeyini etkilediği belirtilmiştir. Çocuğunda ağır düzeyde otizm olan annelerin otizmi hafif düzeyde yaşayan çocukların annelerine göre depresyon, umutsuzluk ve tükenmişliği daha yoğun yaşadıkları bulunmuştur (Tunçel, 2017).

Robinson ve Neece (2015) tarafından gelişim geriliği olan iki buçuk, beş yaş arasındaki çocukların ebeveynleri ile yapılan bir araştırmada; evlilik doyumu, ebeveynlik stresi ve çocuklarda gözlenen davranış sorunları ilişkisi incelenmiştir. Toplam 44 ebeveynin katıldığı araştırmada ebeveynlik stresi ile çocuktaki davranış sorunları arasında ilişki olduğu gözlenmiştir. Aynı zamanda evlilik doyumu düşük olan ebeveynlerin, ebeveynlik stresini daha yoğun yaşadıkları ve çocuklarında davranış sorunlarının daha yüksek seviyede olduğu görülmüştür.

Zaidman Zaid ve arkadaşları (2017) tarafından otizmlı çocukların anneleri ile yapılan bir araştırmada ebeveynlik stresine, kişisel ve sosyal kaynakların etkisi araştırılmıştır. Otizmlı çocuklarda görülen davranış problemleri, annelerin baş etme stratejileri ve sosyal destek alma ile ebeveynlik stresi arasındaki boylamsal ilişkinin incelendiği bu çalışmaya 283 anne katılmıştır. Araştırma sonucunda otizmlı çocuklarda görülen davranış problemleri arttıka ebeveynlik stresinin arttığı görülmüştür. Otizmlı çocuk sahibi annelerin sosyal destek alma düzeyi arttığında ve etkili baş etme becerilerini aktif kullandıklarında ebeveynlik stresinin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır.

İlhan (2017) özel gereksinimi olan çocukların ebeveynlerinde stres düzeyi ve ebeveyn rolleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucuna göre; ebeveynlerin stres düzeyi yükseldikçe ebeveynlik rollerini uygulamada zorlandıkları görülmüştür. Aynı zamanda 3-6 yaş arasında özel gereksinimi olan çocuğa sahip 48 ebeveynin katıldığı bu çalışmada evli olan ebeveynlerin bekâr olan ebeveynlere göre daha düşük düzeyde stres yaşadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Otizmli çocuğa sahip ebeveynlerin stres düzeyinin incelendiği bir araştırmada, çocukları bilişsel gelişiminde gecikme yaşaması, sınırlı ilgi ve davranışlarda bulunması ve duygusal tepkilerde yetersiz kalmalarının ebeveynler için stres kaynağı olduğu belirtilmiştir. Otizmli çocukların yaşı ile ebeveynin stres düzeyi arasında ilişki bulunamamıştır. Ebeveynlerin düşük eğitim düzeyine sahip olmasının, çocuğun konuşmayı anlama yetersizliği ile sözel iletişiminin gelişiminde gecikme ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Stanojević ve diğerleri, 2017).

Öztürk (2017), zihinsel yetersizlik yaşayan ve yaygın gelişimsel bozukluğu olan çocukların ebeveynlerinde stresle baş etme ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yaygın gelişimsel bozukluk yaşayan 50 anne ve 50 babanın yer aldığı bu araştırmada işlevsel olmayan başa çıkma tutumlarını kullanan ebeveynlerin daha yoğun stres yaşadığı ve bu durumun evlilik uyumlarını etkilediği görülmüştür. Aynı zamanda annelerin babalara göre daha çok ebeveyn stresi yaşadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Hui Lu ve arkadaşları (2018), otizmli çocuğu olan ebeveynlerin ebeveynlik stresi, sosyal destek almaları ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmaya 3-18 yaş arası otizm tanısı almış çocuk sahibi 479 ebeveyn katılmıştır. Araştırma sonucunda ebeveynlik stresinin sosyal destek alımı ve yaşam doyumu ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur. Alınan sosyal destek arttıkça ebeveyn stresinin azaldığı ve yaşam doyumu düzeyinin yükseldiği sonucuna ulaşılmıştır.

Otizmli ya da başka gelişimsel yetersizlikler yaşayan çocukların aileleri ile yapılan karşılaştırmalı çalışmalar genel olarak incelendiğinde, stres düzeylerinin, tükenmişliğin, umutsuzluk, depresyon eğilimlerinin yüksek ve yaşam doyumlarının ise daha düşük olduğu araştırmaların ortak bulgularındandır. Ayrıca gelişimsel yetersizliği olan çocukların ebeveynlerinin; ebeveynlik rolleri, evlilik doyumu gibi evlilikle ilişkili özelliklerinin olumsuz yönde etkilendiği bulguları bulunmaktadır. Yine çocukların davranışsal problemlerinin düzeyine, ebeveynlerin sosyal destek sistemine ve baş etme yeterliklerine göre stres ve tükenmişlik düzeyinin değişebildiğine yönelik bulgular bulunmaktadır.

2.4. Otizmlilerin Aileleri İle Yapılan Deneysel Çalışmalar

Otizmlilerin aileleri ile yapılan deneysel çalışmalarda; otizm konusunda ebeveynlerin bilgilendirilmesi, kendini ifade etmelerine olanak sağlama, başa çıkma becerilerini geliştirme, iletişim becerileri ve problem çözme becerilerini güçlendirme gibi grup çalışmalarının yapıldığı dikkat çekmektedir.

Aksaz Kuloğlu (1992), 6-12 yaş arasında otistik çocuk sahibi ebeveynlere uygulanan bilgi verici danışmanlığın, anne ve babaların kaygı düzeyine etkisini incelemiştir. Araştırmada ön test son test kontrol gruplu model kullanılmış, deney ve kontrol gruplarının her birinde yedi anne ve yedi baba yer almıştır. Araştırma sonucunda, bilgi verici danışmanlığın deney grubunda yer alan anne ve babaların, otistik çocuklarını kabul süreci, eşler arası etkileşim ve sosyal destek alma gibi yönlerden olumlu etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Tekinalp (2001), otistik çocuk sahibi annelere yönelik uygulanan başa çıkma becerileri programının annelerin başa çıkma becerilerine, stres ve umutsuzluk düzeylerine etkisini incelemiştir. Araştırmada deney grubunda yer alan annelere 8 oturumluk başa çıkma becerileri programı uygulanmıştır. Araştırma sonucunda başa çıkma becerileri programının umutsuzluk ve başa çıkma becerilerini olumlu yönde etkilediği, annelerin stres düzeylerinde ise anlamlı değişim olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Aydın (2002) otistik çocukların annelerine uyguladığı eğitim modelinde, deney grubunda yer alan 17 anneye 6 oturumdan oluşan eğitim programı uygulamıştır. Eğitim programının içeriğinde; annelerin kendilerini ifade ederek rahatlamaları, otizm hakkında bilgilendirme ve otistik çocuklarını anlamaya yönelik etkinliklere yer verilmiştir. Araştırma sonucunda, annelerin çocuklarına temel becerileri öğretebilme düzeylerinde anlamlı bir artış görülürken, kaygı düzeylerinde ise anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Girli (2002), otistik çocuk sahibi ailelere yönelik uygulanan grup rehberliği programının ailelerin kabul düzeyine etkisini incelemiştir. Araştırma iki aşamada gerçekleştirilmiş ve ön çalışmada deney ve kontrol gruplarında 13 ebeveyn yer almıştır.

Asıl çalışma grubunda ise 43 anne yer almış ve kontrol grubu oluşturulmamıştır. Tüm anne ve babalara 8 oturumdan oluşan bilgilendirici psikolojik danışma programı uygulanmıştır. Programda anne ve babalara çocuklarını daha iyi tanımaları ve anlamaları, otizmlili çocukların eğitiminde ailenin önemi hakkında bilgilendirme yapılmıştır. Ayrıca anne ve babalara otistik çocuk sahibi olmaları ile ilgili duygu ve düşünceleri, karşılaştıkları sorunlar hakkında paylaşımlar yapabileme fırsatları sunulmuştur. Araştırma sonucunda bilgilendirici psikolojik danışmanın otistik çocuk sahibi ebeveynlerin depresyon düzeylerini düşürmede etkili olduğu ancak benlik saygılarını yükseltmede etkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Vardarcı (2011) aile eğitim programının, otizmlili çocuk sahibi ailelerde aile içi ilişkilere, problem çözme becerilerine ve ailenin otizmlili çocuğuna ilişkin algılarına etkisini incelemiştir. Otizmlili çocuk sahibi 16 annenin katıldığı bu çalışmada annelere verilen eğitim programının; aile içi iletişim becerilerini, evlilik uyumunu ve problem çözme becerilerini yükselttiği ve stres düzeylerini anlamlı derecede düşürdüğü sonucuna ulaşılmıştır.

Kulbaş (2015), otizm tanısı alan çocukların annelerinde grupta psikolojik danışmanın umutsuzluk ve öz yeterlilik düzeyine etkisini incelemiştir. Araştırmada toplam 114 anneye uygulanan “Beck Umutsuzluk Ölçeği” sonucunda umutsuzluk düzeyi yüksek ve öz yeterlilik düzeyi düşük 42 anne belirlenmiştir. Araştırmanın deney ve kontrol gruplarında 10 anne yer almıştır. Araştırma sonunda grupta psikolojik danışmanın otizmlili çocuk sahibi annelerin umutsuzluk düzeylerinin azalmasına, öz yeterlilik düzeylerinin ise artmasına olumlu katkıda bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kuravackel ve arkadaşları (2018), otizmlili çocukların ailelerine uygulanan ebeveyn müdahale programının ve otizmlili çocuklara uygulanan destek programının etkililiğini incelemiştirler Otizm konusunda uzmanlaşmış kişilerin kırsal alandaki ailelere ulaşımının zor olduğu göz önünde bulundurularak araştırmada internet üzerinden veya yüz yüze uygulanabilir 8 haftalık ebeveyn müdahale programı geliştirilmiştir. Ebeveyn müdahale programı, otizmlili çocuklardaki problem davranışları ve ebeveynlerin stresini azaltmayı amaçlamıştır. Programda otizm hakkında genel bilgilendirme, otizme özgü öğrenme güçlüklerini öğrenme ve otizmden kaynaklı davranış, sosyalleşme ve iletişim problemlerinin ebeveynler tarafından anlaşılabilmesine yönelik

içerik hazırlanmıştır. Araştırmada ebeveyn müdahale programının; çocuklardaki problem davranışları ve ebeveyn stresini azaltmada, ebeveynlik becerilerini geliştirmede etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Otizmlı çocukların ebeveynlerine yönelik deneysel çalışmalar genel olarak incelendiğinde, müdahale programlarının ebeveynlerin stres, depresyon, tükenmişlik düzeylerini azaltmada etkili olduğu gözlenmektedir. Ayrıca ebeveyn müdahale programlarının; aile içi ilişkiler, problem çözme becerileri, öz yeterlik algıları gibi alanlardaki gelişimlerini destekleyici olduğu gözlenmektedir. Yine ebeveynlere otizm hakkında bilgilendirme ve paylaşım odaklı yaklaşımların ebeveynlerin çocuklarına sunabileceği destekleyici eğitimi geliştirdiği bulguları bulunmaktadır.



BÖLÜM III

3. Yöntem

Bu bölümde araştırmanın modeli, araştırma grubu, veri toplama araçları, uygulama süreci, grup rehberliği programı ve verilerin analizi hakkında bilgi verilmiştir.

3.1. Araştırma Modeli

Grup rehberliği programının otizmlili çocuğu olan annelerin algıladıkları stres düzeyine etkisinin incelendiği bu araştırmada, deney ve kontrol gruplu ön test, son test ve izleme testi modeline dayalı deneysel araştırma yöntemi kullanılmıştır (Tablo 3.1). Deney ve kontrol gruplarının yansız (random) atama ile oluşturulduğu bu yöntemde; başlangıçta deney ve kontrol grubu bağımlı değişken olan ön test uygulaması ile eşleştirilir, ardından deney grubuna bağımsız değişken olan deneysel işlem uygulanırken kontrol grubuna herhangi bir işlem uygulanmaz, son aşamada ise deneysel işlemin ardından araştırmanın bağımlı değişkeni ile ilgili ölçümler 'son test uygulaması' olarak deney ve kontrol gruplarına uygulanır. Ayrıca bu yöntemde deneysel işlemin kalıcılığını test etmek amacıyla ihtiyaca göre izleme ölçümleri yapılmaktadır (Arıkan, 2011; Erkuş, 2009; Kumar, 2011).

Bu araştırmanın bağımsız değişkeni grup rehberliği programı, bağımlı değişkeni ise otizmlili çocuğa sahip annelerin algıladıkları stres düzeyidir. Bu nedenle Algılanan Stres Ölçeği deney ve kontrol grubunda yer alan otizmlili çocuğu olan annelere ön test ve son test olarak uygulanmıştır. Uygulama aşamasında deney grubunda yer alan annelere toplam 8 oturumdan oluşan grup rehberliği programı uygulanırken kontrol grubunda yer alan annelere ise herhangi bir uygulama yapılmamıştır. Deney grubuna uygulanan grup rehberliği programının uygulama süreci bittiğinde ise her iki gruba Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ) uygulanarak iki grubun sonuçları karşılaştırılmıştır. Deneysel işlemin

bitiminden 2 ay sonra deney grubuna izleme testi ölçümü amacıyla tekrar Algılanan Stres Ölçeği uygulanmış, ön test ve son test puanları ile karşılaştırılmıştır.

Tablo 3.1. Araştırma deseni

Gruplar	N	Ön Test	Uygulama Süreci	Son Test	İzleme
DG	10	ASÖ	Grup Rehberliği Programı	ASÖ	ASÖ
KG	10	ASÖ	Herhangi bir program uygulanmamıştır.	ASÖ	

DG: Deney Grubu

KG: Kontrol Grubu

ASÖ: Algılanan Stres Ölçeği

3.2 Araştırma Grubu

Araştırmanın katılımcılarını, 2017-2018 eğitim ve öğretim yılında Kocaeli ili Derince Özel Eğitim ve Uygulama Merkezi'nde eğitim görmeye hak kazanmış, ancak sıra bekleyen otizm tanısı almış öğrencilerin anneleri oluşturmaktadır. Araştırmanın katılımcıları, otizmlili çocuğu olan 30-55 yaş aralığındaki annelerden oluşmaktadır. Deney ve kontrol grubu oluşturulurken, 76 anneye bireysel olarak Algılanan Stres Ölçeği uygulanmıştır. Annelerin Algılanan Stres Ölçeği'nden elde ettikleri puanların aritmetik ortalaması $\bar{X}=21,68$ ve standart sapması $ss=5.84$ ($n=76$) hesaplanmış ve grup ortalamasının yarım standart sapma üstünde olan 32 anne algılanan stres puanı yüksek olarak belirlenmiştir. Deney ve kontrol grubunda yer alacak 20 anne belirlenirken, algılanan stres puanı yüksek kabul edilen 32 anne ile ön görüşme yapılmış ve grup rehberliği programı hakkında bilgilendirme yapılmıştır. Bu görüşmelerde ayrıca annelerin araştırmaya katılım konusunda gönüllülüğü, oturumlara düzenli katılım koşulları ve motivasyonları dikkate alınmıştır. Ölçek puanı ortalamasının üstünde olan ve çalışmaya katılmaya gönüllü olan annelerden; yaş, eğitim düzeyi, evli ya da boşanmış olma, çalışma durumu, otizmlili çocuğunun ya da diğer çocuklarının bakımında destek alıp almadığı gibi demografik özellikler yönünden uygun eşleştirmeler yapılarak 10 kişilik 2 grup oluşturulmuştur. Demografik özellikler yönünden eşleştirilmiş bu grupların deney ya da kontrol grubu olarak atanması yansız atama yöntemi ile

belirlenmiştir. Deney grubunda yer alan annelere, programa düzenli şekilde katılmaları ve bu programa katılmayan annelerle grup rehberliği programı süresince edindikleri bilgileri paylaşmamaları gerektiği konusunda bilgilendirme yapılmış ve bu kurallara uyacaklarına ilişkin onayları alınmıştır.

Tablo 3.2. Araştırma katılımcısı annelerin demografik özellikleri (n=76)

Demografik Özellikler	N	%
Eğitim		
Okur Yazar	14	18,4
İlkokul Mezunu	28	36,8
Ortaokul Mezunu	15	19,7
Lise Mezunu	18	23,7
Üniversite Mezunu	1	1,3
Medeni Hali		
Evli	60	78,9
Boşanmış	16	21,1
Çalışma Durumu		
Çalışan	9	11,9
Çalışmayan	67	88,1
Gelir Düzeyi		
Asgari Ücretten Az	19	25
Asgari Ücret	25	32,9
Asgari Ücretten Fazla	32	42,1
Çocuk Sayısı		
Tek Çocuk	19	25
2 çocuk	24	31,6
3 çocuk	25	32,9
3'den fazla	8	10,5
Çocuklarının Bakımında Yakınlarından (Eş Akraba, Arkadaş) Destek Alıp Almadığı		
Destek alan	26	34,2
Destek almayan	50	65,8

Tablo 3.2.'de araştırma grubunu oluşturan otizmlili çocuğu olan annelerin eğitim düzeyine bakıldığında; % 1,3'ünün üniversite mezunu, % 23,7'sinin lise mezunu, % 19,7'sinin ortaokul mezunu, % 36,8'inin ilkokul mezunu, % 18,4'ünün ise sadece okur yazar oldukları belirlenmiştir. Annelerin evlilik durumu incelendiğinde % 78,9'unun

evli % 21,1'inin boşanmış olduğu görülmektedir. Araştırma grubunda yer alan annelerin çalışma durumlarına bakıldığında % 11,9'unun çalışan % 88,1'inin ise çalışmayan oldukları gözlenmektedir. Ailelerin gelir düzeyi incelendiğinde % 25'inin asgari ücretten az, % 32,9'unun asgari ücret ve % 42,1'inin ise asgari ücretten daha fazla bir gelire sahip olduğu görülmektedir. Annelerin çocuk sayılarına bakıldığında; % 25' i tek çocuğa, % 31,6'sı iki çocuğa, % 32,9 u 3 çocuğa ve % 10,5' i ise 4 veya daha fazla çocuğa sahip olduğunu belirtmiştir. Çocuklarıyla ilgili veya diğer konularda yakınlarından destek alıp almadıklarına bakıldığında, araştırma katılımcısı annelerin %34,2 si destek olan yakını olduğunu, % 65,8'i kimseden destek almadıklarını belirtmişlerdir.

Deney ve kontrol grubunun deneysel işlem öncesi, algılanan stres düzeyi yönünden karşılaştırılması amacıyla ön test verileri Mann-Whitney U Testi ile karşılaştırılmış ve gruplar arasında anlamlı farklılık olmadığı ($U=46$, $p=0,758$, $p>0,05$) gözlenmiştir (Tablo 3.3).

Tablo.3.3. Deney ve kontrol grubu ön test puanlarının Mann-Whitney U testi ile karşılaştırılması

Gruplar	N	\bar{X}	Ss	U	p
Deney Grubu	10	29	3,30	48,5	0,907
Kontrol Grubu	10	28,8	2,57		

Deney ve Kontrol grubunda yer alan annelerin demografik özellikleri Tablo 3.4'de belirtilmiştir.

Tablo 3.4. Deney ve kontrol grubu katılımcılarının demografik özellikleri

Demografik Özellikler	Deney Grubu		Kontrol Grubu	
	N	%	N	%
Eğitim Düzeyi				
Okur Yazar	2	20	3	30
İlkokul Mezunu	4	40	3	30
Ortaokul Mezunu	0	0	1	10
Lise Mezunu	4	40	3	30
Medeni Hali				
Evli	7	70	8	80
Boşanmış	3	30	2	20
Çalışma Durumu				
Çalışan	0	0	1	10
Çalışmayan	10	100	9	90
Gelir Düzeyi				
Asgari Ücretten Az	1	10	2	20
Asgari Ücret	5	50	4	40
Asgari Ücretten Fazla	4	40	4	40
Çocuk Sayısı				
1	2	20	3	30
2	3	30	3	30
3	3	30	3	30
Daha Fazla	2	20	1	10
Çocuklarının Bakımında Yakınlarından (Eş Akraba, Arkadaş) Destek Alıp Almadığı				
Destek Alan	3	30	3	30
Destek Almayan	7	70	7	70

Tablo 3.4.'te görüldüğü üzere deney grubundaki otizmlili çocuğa sahip annelerin % 40'ı lise mezunu, % 40'ı ilkokul mezunu, % 20'lik kısmı ise sadece okur-yazar düzeyindedir. Kontrol grubunda ise % 30'u lise mezunu, % 10'u ortaokul mezunu, % 30' u ilkokul mezunu ve % 30' u ise okur-yazar düzeyindedir. Deney grubunda yer alan annelerin % 70'i evli % 30'si ise boşanmıştır. Kontrol grubunda ise annelerin % 80'i evli % 20'u ise boşanmıştır. Deney grubunda yer alan annelerin ev dışı bir işte çalışma oranına bakıldığında, deney grubunda yer alan annelerin tamamının çalışmadığı, kontrol grubunda ise sadece bir annenin çalıştığı görülmektedir. Ailelerin gelir düzeyini incelediğimizde deney grubunda % 10'u asgari ücretten az, % 50'si asgari ücret ve % 40'ı ise asgari ücretten daha fazla bir gelire sahip olduğu görülmektedir. Kontrol

grubunda yer alan ailelerin ise % 20'si asgari ücretten az, % 40'ı asgari ücret ve % 40'ı ise asgari ücretten daha fazla bir gelire sahiptir. Deney grubunda yer alan annelerin % 20'si tek çocuğa, % 30'u iki çocuğa, % 30'u 3 çocuğa ve % 20'si ise 4 veya daha fazla çocuğa sahiptir. Kontrol grubunda yer alan annelerin ise % 30'u tek çocuğa, % 30'u iki çocuğa, % 30'u 3 çocuğa ve % 10'u ise 4 veya daha fazla çocuğa sahiptir. Annelerin çocuklarıyla ilgili veya diğer konularda yakınlarından destek alıp almadıklarına bakıldığında ise hem deney grubunun hem kontrol grubunun % 30'unun destek aldığını, % 70'inin ise destek almadıkları görülmüştür.

3.3. Veri Toplama Araçları

3.3.1 Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ)

Algılanan Stres Ölçeği'nin orijinali Cohen, Kamarck ve Mermelstein (1983) tarafından geliştirilmiş ve Türkçe uyarlama çalışması Yerlikaya ve İnanç (2007) tarafından yapılmıştır. Toplam 10 maddeden oluşan ölçek, bireylerin stres düzeyini kendilerinin değerlendirmesini sağlayan bir ölçektir. Ölçeğin yanıtlanmasında "Hiç" ile "Çok sık" arasında değişen 5'li likert tipi derecelendirme kullanılmaktadır. Ölçekte yer alan maddeler kişilerin son bir ay içerisinde karşılaştıkları stresli olaylarda; üstesinden gelme, çaresiz hissetme, kontrol edebilme ve baş etme becerisi gösterebilmeleri ile ilgili soruları içermektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan 40'tır. Ölçeğin puanlamasında "Hiç" 0, "Neredeyse Hiç" 1, "Bazen" 2, "Sıkça" 3 ve "Çok Sık" ise 4 puana karşılık gelmektedir. Ölçeğin 4, 5, 7 ve 8. maddeleri ters puanlanmaktadır. Ölçekten alınan puanların yüksekliği bireyin algılanan stres düzeyinin fazla olduğunu yansıtmaktadır.

Yerlikaya ve İnanç (2007) ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmasını, yaşları 17 ile 28 arasında değişen ($X = 20.11$; $Ss = 1.51$) 117'si erkek, 129'u kız toplam 246 üniversite öğrencisi örneklemini ile yapmışlardır. Üniversite öğrencilerinden oluşan bu örnekleme puan ortalaması 27.66 ($Ss=6.96$) olarak belirtilmiştir. Algılanan Stres Ölçeği'nin uyarlama çalışmasında ölçüt geçerliği için, Beck Depresyon Envanteri (BDE) ve Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri (DSKE-I ve DSKE-II) kullanılmıştır. Söz konusu ölçeklerle sırasıyla .65, .56 ve .66 olarak pozitif korelasyon raporlaştırılmıştır.

Güvenirlik çalışması ise iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı ile belirlenmiş ve .84 olarak raporlaştırılmıştır. Bu bulgulara dayanarak ASÖ Türkçe çevirisinin yeterli iç tutarlılığa ve ölçüt geçerliğine sahip olduğu belirtilmiştir. Ayrıca Eskin ve arkadaşları (2013) tarafından da Algılanan Stres Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması, güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları gerçekleştirilmiştir. Yaşları 16-23 arasında değişen ($X= 17.7$; $Ss = 1.1$) 234 öğrenci ile gerçekleştirilen çalışmada, Algılanan Stres Ölçeği'nin, Hayat Olayları Listesi ($r=.49$), Beck Depresyon Envanteri ($r=.62$), Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ($r=-.39$), Hayat Doyumu Ölçeği ($r= -.26$) ve Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ($r=-.22$) ile pozitif ve negatif ilişkileri raporlaştırılmıştır. Bu bulgulara dayanarak Algılanan Stres Ölçeği'nden elde edilen stres puanlarının hayat olayları ve depresyonla pozitif yönde, hayat doyumu, öz-saygı ve algılanan sosyal destek puanlarıyla negatif yönde bağlantı katsayısına sahip olduğu belirtilmiştir. Aynı çalışmada ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .82; test-tekrar-test güvenilirlik katsayısı ise .88 olarak raporlaştırılmıştır.

Bu araştırmada, otizmlili çocuğu olan 76 anneye uygulanan Algılanan Stres Ölçeği'nden elde edilen verilerle hesaplanan Cronbach alpha iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .81 olarak bulunmuştur.

3.3.2. Demografik Bilgi Formu

Demografik Bilgi Formu, araştırmaya katılan annelerin birtakım demografik özellikleri hakkında bilgi toplamak ve deney ve kontrol gruplarını eşleştirebilmek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Bu form annelerin yaşı, eğitim düzeyi, medeni durumu, çalışma durumu, gelir düzeyi, çocuk sayısı ve otizmlili çocuklarının ya da diğeri çocuklarının bakımında yakınlarından destek alıp almadıkları hakkında bilgi edinebilmek amacıyla kullanılmıştır.

3.4. Uygulama Süreci

Annelerin deney ve kontrol gruplarına ayırma işlemi tamamlandıktan sonra haftada bir “Grup Rehberliği Programı” uygulanmaya başlanmış ve 22.11.2017 tarihinde 1. oturum gerçekleştirilmiştir. Toplam 8 hafta boyunca devam eden

oturumların her biri yaklaşık 90 dakika olarak planlanmış ve son oturum 10.01.2018 tarihinde gerçekleştirilmiştir. Program her hafta Çarşamba günü 09.30'da başlayıp 11.00'de bitirilecek şekilde planlanmıştır. Uygulama süresince deney grubu katılımcısı annelerden biri çocuğunun rahatsızlığı sebebiyle 4. oturuma, bir başka anne ise kendi rahatsızlığı sebebiyle 6. oturuma katılamamıştır. Bunun dışında otumlara katılım ve devamsızlık ile ilgili herhangi bir sorun yaşanmamıştır. Oturularda annelerin katılım konusunda motivasyonunun olumlu yönde olduğu ve verilen etkinlik ödevlerini düzenli olarak yaptıkları gözlenmiştir. Grup içinde etkileşimin iyi düzeyde olduğu, annelerin kendisi ve çocuğu ile ilgili paylaşımlarda buldukları gözlemlenmiştir. Son oturumun ardından annelere son test uygulaması yapılmıştır.

3.5. Grup Rehberliği Programı

Grup rehberliği programının hazırlanmasında, alan yazından ve araştırmacının uygulama deneyimlerinden yararlanılmış, otizmli çocuğu olan annelerin stres düzeyinin yüksek olduğu bulgularına dayanarak grup rehberliği programı uygulanması amaçlanmıştır. Toplam 8 oturumdan oluşan programın genel amacı; annelerin otizmli çocuğa sahip olmalarından kaynaklı yaşadıkları stresi fark edip paylaşmaları, çocuğunun özellikleri ve hakları ile ilgili bilgi edinmeleri, kendi ihtiyaçlarını fark edip ifade etmeleri ve bazı etkili baş etme yaklaşımlarını öğrenip yaşantısında kullanma becerileri geliştirmektir. Her bir oturum için belirlenen alt amaçlar Tablo 3.5.'de sunulmuş olup grup rehberliği programının kapsamlı içeriği ve uygulanan etkinlikler Ek 1'de verilmiştir.

Tablo 3.5. Otizmli çocukların annelerine yönelik grup rehberliği programının genel çerçevesi ve oturumların alt amaçları

Oturum	Oturum Adı	Oturum Alt Amacı
Oturum 1	Tanışma, Bilgilenme ve Gruba Isınma	Üyelerin birbirini tanıması, program ve süreç hakkında bilgilenme.
Oturum 2	Otizm Nedir? Stres Nedir?	Otizm ve stres konusunda bilgilenme, stresini ifade etme
Oturum 3	Otizmli Çocuğa Sahip Bir Anne Olarak Duygularım	Duyguların tanınması ve ifade edilmesi
Oturum 4	Otizmli Çocuğa Sahip Bir Anne Olarak Çocuğumun Durumunu Kabullendim mi?	Otizmi kabullenme süreçlerini bilmek, kendini değerlendirme
Oturum 5	Ailenin Diğer Bireylerinden destek Alma ve Sorumluluk Paylaşımı	Uygun iletişim yöntemlerini kullanarak diğer aile üyelerinden otizmli birey için destek alma ve ailede sorumluluk paylaşımı yapma
Oturum 6	Kaygılarımı Kontrol Edebiliyorum	Kaygıları hakkında farkındalık kazanma, gerçekçi ve gerçekçi olmayan kaygıları ayırt edebilme
Oturum 7	Hobi Edinme ve Egzersiz	Annenin, birey olarak kendi gereksinimlerini fark etmesi ve çocuğunu ihmal etmeden kendisine zaman ayırmayı öğrenmesi
Oturum 8	Engelli Hakları - Grup Rehberliği Programının Değerlendirilmesi	Çocukları ve kendilerinin yasal haklarını konusunda bilgilenme, programın genel değerlendirmesi, vedalaşma

3.6. Verilerin Analizi

Araştırma verilerinin Sosyal Bilimler İstatistik Paket Programı 20 (SPSS, Statistical Package for the Social Sciences) kullanılmıştır. Verilerin analizinde öncelikle verilerin normal dağılımı Kolmogorov-Smirnow testi ile sınanmıştır. Araştırma verileri normal dağılım varsayımını karşılamadığından ön test-son test-izleme testi ve deney-kontrol grubu ölçümlerinin karşılaştırılması amacıyla parametrik olmayan tekniklerden Friedman Testi, Mann Whitney U Testi ve Wilcoxon İşaretili Sıralar Testi kullanılmıştır. Friedman testi aynı gruba ait ikiden fazla ölçümün test edilmesi amacıyla veriler normal

dağılım göstermediği durumlarda kullanılır. Friedman testi sonucunda anlamlı bir farklılık gözlemlendiğinde ise hangi ölçümler arasındaki farkın anlamlı olduğunu belirlemek amacıyla Wilcoxon İşaretli Sıralar testi kullanılır (Kilmen, 2015).

Mann Whitney U Testi birbiriyle ilişkisiz iki gruptan elde edilen iki ölçüm arasındaki anlamlı farklılığın olup olmadığını test etmek için kullanılır (Kilmen, 2015). Deney ve kontrol grubunun ön testleri ve son testleri arasındaki karşılaştırmalar ise Mann Whitney U Testi ile test edilmiştir.



BÖLÜM IV

4. Bulgular

Bu bölümde araştırmanın temel denencesi olan '*Grup rehberliği programı otizmlili çocuğu olan annelerin algıladıkları stres düzeyini azaltmakta etkilidir ve bu etki izleme ölçümünde kalıcıdır.*' denencesinin test edilmesinde; öncelikle deney grubu ön test-son test-izleme testi ölçümleri arasındaki farklılığın test edilmesine ilişkin bulgulara yer verilmektedir. Ardından deney ve kontrol grubu ölçümlerinin karşılaştırılmasına ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

1. Deney Grubu Ön Test, Son Test ve İzleme Testi Ölçümlerinin Karşılaştırmasına İlişkin Bulgular

Araştırmanın '*Deney grubunda yer alan ve grup rehberliği programına katılan otizmlili çocuğu olan annelerin, Algılanan Stres Ölçeği'nden aldıkları son test puanları ön test puanlarına göre anlamlı düzeyde azalacaktır ve bu azalma izleme ölçümünde devam edecektir (Denence1.1)*' denencesini test etmek amacıyla Friedman testi kullanılmıştır (Tablo-4.2). Deney grubunun ön test-son test-izleme testi puan ortalamaları Tablo-4.1'de raporlaştırılmıştır.

Tablo 4.1. Deney grubu ön test, son test ve izleme testi puanlarına ait ortalama ve standart sapma değerleri

Grup	Ölçüm	N	\bar{x}	Ss
Deney	Ön Test	10	29	3,30
Deney	Son Test	10	22,9	4,33
Deney	İzleme Testi	10	23,2	3,64

Tablo 4.1.'de görüldüğü üzere deney grubunda yer alan annelerin ASÖ'den aldıkları son test puanlarının ortalama değeri, ön test puanlarının ortalama değerine göre 6,1 puanlık azalma gösterirken, izleme testi puanlarının ortalama değeri son test

puanlarının ortalama değerine göre 0,3 puanlık artış göstermiştir. Deney grubunda yer alan annelerin ön test ve izleme testi ölçümlerinin ortalama değerleri karşılaştırıldığında ise 5,8 puanlık fark olduğu, yani izleme ölçümünde stres puanlarının düştüğü bulunmuştur.

Tablo 4.2. Deney grubunda yer alan otizimli çocuğu olan annelerin algılanan stres düzeylerine ilişkin Friedman testi sonuçları

Ölçüm	Ort. Sıra	χ^2	p
Ön Test	3,00		
Son Test	1,30	17,56	,00
İzleme Testi	1,70		

Tablo 4.2 incelendiğinde, deney grubunda yer alan otizimli çocuğu olan annelerin algılanan stres düzeylerine ait ön test, son test ve izleme testi puanları arasında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur ($\chi^2= 17,56$; $p=00$, $p<.05$). Deney grubunun ön test, son test ve izleme testi puanlarının ikili gruplar halinde karşılaştırılmasına yönelik Wilcoxon İşaretli Sıralar testi sonuçlarına Tablo 4.3., Tablo 4.4. ve Tablo 4.5’de yer verilmiştir.

Tablo 4.3. Deney grubu ön test ve son test puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar testi sonuçları

Öntest-Sontest	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	p
Negatif Sıra	10	5,5	55		
Pozitif Sıra	0			-2,844	,004
Eşit	0				
Toplam	10				

Tablo 4.3.’de görüldüğü üzere deney grubunun ASÖ’den aldıkları ön test puanları ile son test puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu ($Z=-2,844$, $P=.004$, $p<.05$) ve farkın etki katsayısının 0.89 olduğu bulunmuştur. Bu bulgu deney grubuna uygulanan grup rehberliği programının annelerin algılanan stres düzeyini azaltmada anlamlı düzeyde etkili olduğunu ve etki büyüklüğünün yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir.

Tablo 4.4. Deney grubu ön test ve izleme testi puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar testi sonuçları

Öntest-İzleme	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	p
Negatif Sıra	10	5,50	55		
Pozitif Sıra	0	,00		-2,871	,004
Eşit	0				
Toplam	10				

Tablo 4.4.'de ise deney grubunda yer alan annelerin ASÖ'den aldıkları ön test puanları ile izleme testi puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur ($Z=-2,871$, $p=.004$, $p<.05$). Elde edilen bu bulgu deney grubuna uygulanan grup rehberliği programının algılanan stres düzeyini azaltmada etkili olduğu ve bu etkinin kalıcı olduğunu göstermektedir.

Tablo 4.5. Deney grubu son test ve izleme testi puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar testi sonuçları

Son test-İzleme	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	p
Negatif Sıra	1	6	6		
Pozitif Sıra	5	3	15	-1,000	,317
Eşit	4				
Toplam	10				

Tablo 4.5.'de görüldüğü üzere deney grubunun ASÖ'den aldıkları son test puanları ile izleme testi puanları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($Z=-1,000$, $p=.317$, $p>.05$). Bu bulgu grup rehberliği programı sonlandıktan sonraki iki aylık izleme sürecinde annelerin algılanan stres düzeyinde anlamlı bir değişim olmadığını göstermektedir.

Tablo 4.6. Kontrol grubu ön test ve son test puanlarının ortalama ve standart sapma değerleri

Grup	Ölçüm	N	\bar{x}	Ss
Kontrol	Ön Test	10	28,8	2,57
Kontrol	Son Test	10	28,9	2,13

Kontrol grubunda yer alan annelerin ASÖ'den aldıkları son test puanlarının ortalama değeri, ön test puanlarının ortalama değerine göre 0,1 puanlık artış göstermiştir. Bu farkın anlamlılığı Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi ile test edildiğinde (Tablo 4.7) anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($Z=-,574$, $p>,05$).

Tablo 4.7. Kontrol grubunda yer alan otizmlili çocuğu olan annelerin algılanan stres düzeylerine ilişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar testi sonuçları

Öntest-Sontest	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	p
Negatif Sıra	3	4,67	14,00		
Pozitif Sıra	5	4,40	22,00		
Eşit	2			-,574	,566
Toplam	10				

Araştırmadan elde edilen bu bulgular Denence 1.1'in doğrulandığını göstermektedir.

2. Deney ve Kontrol Grubu Ön Test ve Son Test Ölçümlerinin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Araştırmanın '*Grup rehberliği programına katılan deney grubu ve katılmayan kontrol grubu katılımcılarının, son test puanları deney grubu katılımcıları lehine anlamlı düzeyde azalacaktır*' (Denence 1.2) denencesinin test edilmesi amacıyla deney ve kontrol grubu ön test ve son test puanları Mann Whitney U testi ile karşılaştırılmıştır (Tablo 4.1, Tablo 4.6).

Tablo 4.1. ve Tablo 4.6.'da görüldüğü üzere deney grubunun ASÖ' den aldığı son test puanlarının ortalaması ile kontrol grubunun son test puanlarının ortalaması

arasında 6 puanlık bir fark bulunmuştur. Bu farkın anlamlı bir farklılık olup olmadığı Mann Whitney U testi ile analiz edilmiştir (Tablo.4.8).

Tablo 4.8. Deney ve kontrol grubu son test puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin Mann Whitney U testi sonuçları

Gruplar	N	U	p
Deney Grubu	10	18,5	,016
Kontrol Grubu	10		

Tablo 4.8.'de görüldüğü üzere, deney ve kontrol grubunda yer alan annelerin ASÖ'den aldıkları son test puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($U= 18,5$, $p<.05$). Bu bulgu grup rehberliği programının uygulandığı deney grubundaki annelerin, programın uygulanmadığı kontrol grubuna göre algılanan stres düzeylerinin anlamlı düzeyde azaldığı ve bu farkın etki büyüklüğünün yüksek düzeyde olduğu ($Z=-2,398$) bulunmuştur. Bu bulguya dayanarak araştırmanın ikinci denencesi olan Denence 1.2 doğrulandığı söylenebilir.

Araştırmadan elde edilen bu bulgular, araştırmanın Denence1.1 ve Denence 1.2 olarak iki alt denenceden oluşan Denence 1'in doğrulandığını göstermektedir.

BÖLÜM V

5. Tartışma ve Yorum

Bu bölümde araştırma sonucunda elde edilen bulguların alan yazındaki başka araştırma bulguları ile birlikte tartışılması ve yorumlanmasına yer verilmiştir.

Araştırmanın alt denencelerinden biri *'grup rehberliği programı, otizmlı çocuğa sahip annelerin algıladıkları stres düzeyini azaltmakta etkilidir ve bu etki izleme ölçümünde kalıcıdır'* ve ikinci denencesi *'grup rehberliği programına katılan deney grubu ve katılmayan kontrol grubu katılımcılarının, son test puanları deney grubu katılımcıları lehine anlamlı düzeyde azalacaktır'* denenceleri doğrulandığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu araştırmanın bulguları, grup rehberliği programına katılan otizmlı çocuğu olan annelerin, grup rehberliği programı sonrasında algılanan stres düzeyinin anlamlı düzeyde azaldığını ve bu etkinin izleme ölçümü ile devam ettiğini yansıtmaktadır. Bu sonuç annelere uygulanan grup rehberliği programının etkili olduğunu göstermektedir.

Alan yazında bu araştırmanın bulguları ile benzer şekilde otizmlı çocuğa sahip ebeveynlere yönelik müdahale programı, grupla psikolojik danışma, destek grubu gibi grup çalışmalarının ebeveynlerin stres düzeylerinin (Kuravackel ve diğerleri, 2018) stres belirtilerinin (Vardarcı, 2011) azalmasında etkili olduğunu ortaya koyan araştırma bulguları bulunmaktadır. Kuravackel ve diğerleri (2018), otizmlı çocukların ebeveynlerine uygulanan müdahale programının ebeveynlerin stres düzeylerini azaltmada etkili olduğunu raporlaştırmışlardır. Benzer şekilde Kulbaş (2015), otizm tanısı alan çocukların annelerinde grupla psikolojik danışmanın umutsuzluk ve öz yeterlilik düzeylerini olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Yine Vardarcı (2011) otizmlı çocuğa sahip annelere yönelik aile eğitim programının stres belirtilerini anlamlı derecede azalttığını bulmuştur. Banach, Iudice, Conway ve Couse (2010) ise çocuğu otizm tanısı alan ailelere yönelik destek grubunun baş etme becerileri ve öz yeterlilik düzeylerini olumlu yönde etkilediğini raporlaştırmışlardır.

Ayrıca otizm dışında diğer yetersizlik türlerinden çocuğu olan anne ve babalara yönelik grup rehberliği ve grupla psikolojik danışma gibi küçük grup uygulamalarının etkili olduğuna yönelik araştırma bulguları bulunmaktadır. Canpolat (2012) zihinsel yetersizliğe sahip çocuğu olan annelere yönelik grup rehberliği programının stres düzeylerini azaltmakta etkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Tamer (2010) zihinsel yetersizlik yaşayan çocukların annelerinde stres yönetimi eğitimi sonrasında sürekli kaygı ve depresyon düzeylerinde olumlu yönde anlamlı bir farklılık olduğu bulgusunu raporlaştırmıştır. Aslan (2016) fiziksel engele sahip çocukların annelerine yönelik sosyal problemleri çözme becerileri eğitimi programının etkili olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Otizm ya da diğer yetersizliklere sahip çocukların ebeveynleri ile yapılan küçük grup çalışmalarının etkili olduğunu gösteren deneysel çalışmalar yanında bu ebeveynlerin stres, kaygı ve depresyon düzeylerinin normal gelişim gösteren çocuğu olan ebeveynlere göre daha yüksek olduğunu gösteren karşılaştırmalı ya da betimsel araştırma bulguları da bulunmaktadır (Çandır, 2015; Korkmaz, 2017; Kurşun, 2018). Ayrıca annelerin babalara göre çocukları ile ilgili daha çok sorumluluk aldığı ve stres, depresyon, kaygı düzeylerinin daha fazla olduğunu yansıtan araştırma bulguları bulunmaktadır (Kaytez ve diğerleri, 2015; Sarı, 2015). Otizm ya da diğer engel türlerinden yetersizlik yaşayan çocuğu olan anne ve babaların toplum tarafından dışlandıkları (Kudaibergenova, 2018; Yavuz, 2016), dışlanan anne ve babaların zaman zaman kendilerini toplumdan soyutladıkları ve çevresinden yeterli düzeyde sosyal destek alamadıkları vurgulanmaktadır. Yeterli sosyal destek alamayan ebeveynler stres, umutsuzluk, kaygı ve depresyon gibi psikolojik problemleri daha yoğun yaşamakta (Aytekin, 2018; Body, 2002; Gallagher, Phillips, Lee ve Carroll, 2014; Şahin Varol, 2018) ve bu durum bir bakıma döngüsel olarak devam edebilmektedir. Oysa yetersizlik yaşayan çocukların anne ve babalarında algılanan sosyal destek arttıkça psikolojik sağlamlık, benlik saygısı ve yaşam doyumu düzeylerinde artış olduğu belirtilmiştir (Halstead, Griffith ve Hastings, 2017; Hisoğlu, 2018; Karaman, 2018). Engelli çocuğu olan annelerle yapılan araştırmalarda annelerin toplumdaki diğer bireylere kıyasla psikolojik desteğe daha fazla ihtiyaç duydukları belirlenmiştir (Sarı, 2015). Bu bakımdan genel olarak yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlere yönelik destek

hizmetlerinin başka bir takım sosyal ve psikolojik özelliklerine de olumlu yansımalarının olacağı söylenebilir.

Bu araştırmada grup rehberliği programına annelerin stresle baş etme becerilerinden bazılarını öğrenmelerinin yanı sıra, çocukları ile birlikte ev ve okul dışında etkinliklere birlikte katılımlarını, sosyal ortamlara girebilmeleri ve toplumdaki bireyler ile ilişki halinde olabilmelerini cesaretlendirici oturumlar eklenmiştir. Yine yetersizlik yaşayan çocukların ebeveynlerinin gereksinimlerinin incelendiği araştırmalardan anne ve babaların bilgi gereksinimi olduğu bulguları (Mert, 1997) dikkate alınarak oturumlarda otizm ve otizm konusunda yardım alabilecekleri kurumlar, otizimli çocukların ve ailelerin yasal hakları hakkında bazı bilgilendirmelere yer verilmiştir. Grup rehberliği içerisinde yer verilen bu tür bilgilendirmelerin annelerin stres düzeyini azaltmaya katkıda bulunduğu düşünölmektedir. Aynı zamanda grup rehberliği etkinliğine katılan annelerin daha küçük bir grup olması nedeniyle birbirleri ile etkileşim halinde olmaları, kendilerini rahatlıkla ifade etmeleri ve ortak bir konuda bilgi, beceri, duygu ve yaşantı paylaşımlarının stres düzeylerini azalmasında önemli katkısının olduğu düşünölmektedir. Grup rehberliği etkinliğinin değerlendirildiği son oturumda anneler bu etkinliğe katılımın kendilerine iyi geldiğini ve kendilerini daha iyi hissettiklerini sözel olarak ifade etmişlerdir.

BÖLÜM VI

6. Sonuç ve Öneriler

Bu bölümde araştırmanın sonuçları kısaca özetlenmiştir. Ayrıca araştırma bulgularına dayanarak uygulamalara yönelik ve yeni yapılacak araştırmalara yönelik bazı öneriler sıralanmıştır.

6.1. Sonuç

Araştırmadan elde edilen sonuçlar şu şekilde sıralanabilir:

- Grup rehberliği programına katılan otizmli çocuğu olan annelerin programa katılmadan önceki algılanan stres düzeyi ile program sonrası ve izleme ölçümündeki stres düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Grup rehberliği programına katılmanın annelerin stres düzeyini azaltmada etkili olduğu ve bu etkinin izleme ölçümünde kalıcı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.
- Grup rehberliği programına katılan deney grubunda yer alan annelerin katılmayan kontrol grubundaki annelerle karşılaştırıldığında algılanan stres düzeyinin son test ölçümlerinde anlamlı düzeyde daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

6.2. Öneriler

6.2.1. Uygulamalara Yönelik Öneriler

- Grup rehberliği programının annelerin stres düzeyinin azalmasında etkili olduğu bulgusuna dayanarak, otizmli çocukların desteklediği Özel Eğitim Uygulama Okulları, Rehabilitasyon Merkezleri, Engelsiz Yaşam Merkezleri gibi kurumlarda aile destek

programları kapsamında ailelerin bilgilendirilmesi yanında etkileşimine olanak sağlayan küçük gruplarla rehberlik çalışmaları yapılması önerilmektedir.

- Özel gereksinimli ve özellikle otizm tanısı almış çocukların eğitimine yönelik destek programlarında, aile katılımının etkililiği artıracağı varsayımıyla, çocukların desteklenmesi yanında, bütün aile bireylerinin katılabileceği aile destek programlarına aktif olarak yer verilmesi önerilmektedir.

- Özel gereksinimli ve otizm tanısı almış çocuklarla çalışan profesyonellerin aile bireylerinin stres, depresyon, kaygı gibi olası psikolojik sorunlarına karşı duyarlı olması ve bu tür ailelerle etkileşimlerinde empatik yaklaşımlar sergilemesinin aile bireylerinin iyilik hali yönünden yararlı olacağı önerilmektedir.

6.2.2. Yeni Yapılacak Araştırmalara Yönelik Öneriler

- Bu araştırma Özel Eğitim Uygulama Okulu'nda otizimli çocuğu olan annelerle sınırlıdır. Grup rehberliği programının Rehabilitasyon Merkezleri, Özel Eğitim Uygulama Okulu gibi benzer nitelikteki kurumlardaki farklı örneklem grupları ile yapılarak etkililiğinin test edildiği yeni araştırmaların yapılması önerilmektedir.

-Bu araştırma kapsamında uygulanan grup rehberliği programı ile aile bireylerinden sadece annelerin stres düzeyi dikkate alınmıştır. Oysa yeni yapılacak araştırmalarda aile terapisi yaklaşımları ile bütün aile bireylerinin stres düzeyini azaltmayı hedefleyen yeni yaklaşımların kullanıldığı deneysel çalışmalar yapılması önerilmektedir.

- Bu araştırmanın deney ve kontrol grubu katılımcıları belirlenirken çocuğunun otizm tanısı almış olması dışında ölçütlere kapsamlı olarak yer verilemeyeşi bir sınırlılık olarak düşünülebilir. Bu bakımdan yeni yapılacak araştırmalarda otizimli çocuk annesi olmak dışında annenin ya da ailenin bütüncül olarak yaşadığı diğer stres alanlarının da dikkate alınmasının yararlı olacağı önerilmektedir.

-Otizm tanısı almış çocukların ailelerine yönelik destek programlarının çocuğun eğitimine yansımalarını inceleyen araştırmalar yapılmasının yararlı olacağı önerilmektedir.

- Bu araştırmada grup rehberliği programının otizmlilerde annelerin algıladıkları stres düzeyine etkisi incelenmiştir. Grup rehberliği programının otizmlilerde ebeveynlerde depresyon, yaşam doyumu, tükenmişlik ve umutsuzluk gibi kapsamlı psikolojik özellikler üzerindeki etkilerinin incelenmesinin yararlı olacağı önerilmektedir.



KAYNAKÇA

- Akbey, G.Ö. ve Kalaycı C. (2017). Zihinsel Yetersizlik ve Otizm Spektrum Bozukluğunda Aileler ve Tutumlar. İ. H. Diken ve H. Bakkaloğlu (Ed.) Zihin Yetersizliği ve Otizm Spektrum Bozukluğu (312-330). Ankara: Pegem Akademi.
- Aksaz Kuloğlu N. (1992). *Bilgi Verici Danışmanlığın Otistik Çocuğu Olan Anne-Babaların Kaygı Düzeylerine Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Altıntaş B. (2011). *Trabzon İl Merkezinde Otizm Tanısı İle Eğitim Gören Çocukların Ailelerinde Stres, Tükenmişlik Düzeyi Ve Yaşam Kalitesinin Değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- American Psychiatric Association (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders, DSM-IV-TR*. Washington DC., APA.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (Fifth Edition)*. Arlington, VA, American Psychiatric Association.
- Arıkan, R. (2011). *Araştırma Yöntem ve Teknikleri*. Ankara: Nobel Kitap.
- Asafov, A. (2012). *Yaygın Gelişimsel Bozukluğu Olan Çocuklarda Sorunlu Yeme Davranışları*. Uzmanlık Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Aslan, B.F. (2016). *Fiziksel Engele Sahip Çocuğu Olan Annelere Verilen Sosyal Problem Çözme Beceri Eğitiminin Problem Çözme Davranışlarına Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Toros Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Ataman, A. (2005). *Özel Gereksinimli Çocuklar ve Özel Eğitime Giriş*. Ankara: Gündüz Eğitim ve Yayıncılık.

- Ateş, G. E. (2016). *Rehabilitasyon Merkezlerinde Eğitim Alan Otizm Tanısı Almış Olan Çocuklara Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumunun, Aile İşlevlerinin Ve Öğrenilmiş Güçlülüğünün İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Aydın, A. (2002). *Otistik Çocuk Annelerine Yönelik Bir Eğitim Programı Modeli*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Aydoğdu A. (2001). *Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Ve Yaygın Gelişimsel Bozukluk Tanısı Alan Çocukların Annelerinin Bakım Gereksinimleri ve Çocuklarını Algılama Düzeyleri*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Aytekin, M. (2018). *Engelli Çocuğu Olan Bireylerin Depresyon Ve Umutsuzluk Düzeyleri İle Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Banach, M., Iudice J., Conway, L. ve Couse, L.J. (2010). Family support and empowerment: post autism diagnosis support group for parents. *Social Work with Groups*. 33:1, 69-83, DOI: 10.1080/01609510903437383.
- Bıçak, N. (2009). *Otizimli Çocukların Annelerinin Yaşadıklarının Belirlenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Boyd, B. A. (2002). Examining the relationship between stress and lack of social support in mothers of children with autism. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 17(4), 208–215.
- Budak, S. (2001), *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Canpolat, M. (2012). *Grup Rehberliği Programının Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Annelerin Stres Düzeylerine Etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya.

- Çandır G. (2015). *4-24 Yaş Arası Otizm Spektrum Bozukluğu Ve Down Sendromu Tanısı Alan Çocukların Annelerinde Depresyon, Anksiyete, Stres Ve Baş Etme Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Dale, E., Jahoda, A. ve Knott, F. (2006). Mothers' attributions following their child's diagnosis of autistic spectrum disorder. *Autism*, 10, 463-479.
- Darıca, N., Abidoğlu, Ü., Gümüüşü, Ş. (2002). *Otizm ve Otistik Çocuklar* (3. Baskı). İstanbul: Özgür Yayınları.
- Diken, İ. H. (2010). Otistik Bozukluğu Olan Öğrenciler. İbrahim H. Diken (Ed.) Özel Eğitime Gereksinimi Olan Öğrenciler ve Özel Eğitim (409-445). Ankara: Pegem Akademi.
- Dunn, M.E., Burbine, T., Bowers, C.A. ve Tantleff-Dunn, S. (2001). Moderators of stress in parents of children with autism. *Community Mental Health Journal*, 37(1), 39-52.
- Duygulu, S. (2014). *Stresine Sahip Çık. Stresle Sağlıklı Yaşam Rehberi*. İstanbul: Hayat Yayınları.
- Duygun, T., Sezgin N. (2003). Zihinsel engelli ve sağlıklı çocuk annelerinde stres belirtileri, stresle başa çıkma tarzları ve algılanan sosyal desteğin tükenmişlik düzeyine olan etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18 (52), 37 – 52.
- Eracar, N. (2003). Farklı Gelişen Çocukların Aileleriyle Eğitim / Sağıltım Çalışmaları. Kulaksızoğlu, A. (Ed.) Farklı Gelişen Çocuklar. İstanbul: Epsilon Yayınevi.
- Erkan. S. (2015). Örnek Grup Rehberliği Etkinlikleri. Ankara: Pegem Akademi.
- Erkuş, A. (2009). *Davranış Bilimleri İçin Bilimsel Araştırma Süreci*. (2. Baskı). Ankara: Seçkin Yayınları.
- Esenler, B. (2001). *Otizm Veya Dikkat Eksikliği/ Hiperaktivite Tanısı Almış Çocukların Annelerinin Stres Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Eskin, M., Harlak, H., Demirkıran, F. ve Dereboy, Ç. (2013). Algılanan stres ölçeğinin türkçeye uyarlanması: güvenilirlik ve geçerlik analizi. *New/Yeni Symposium Journal*, 51(3), 132-140.
- Frea, W. D. (2000). Social Communicative Skills İn Higher Functioning Children With Autism. In R. L. Koegel & K. L. Koegel (Eds.), *Teaching Children With Autism: 218 Strategies For İnitating Positive İnteractions And İmproving Learning Opportunities* (pp. 53-66). Baltimore: Brookes.
- Gallagher, S., Phillips, A. C., Lee, H., & Carroll, D. (2014). the association between spirituality and depression in parents caring for children with developmental disabilities: social support and/or last resort. *Journal of Religion and Health*, 54(1), 358–370. doi:10.1007/s10943-014-9839.
- Girli A., (2002). *Otistik Çocukların Ailelerine Yönelik Grup Rehberliğinin Ailelerin Kabul Düzeylerine Etkisi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Gizem Göçtü, N. (2014). *Farklı Gelişen Çocukların Kardeşleri Ve Anneleri'nin Suçluluk ve Utanç, Depresyon Düzeyi Ve Stresle Başa Çıkma Becerileri'nin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Gökçe, S. (2017). *Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Çocuğa Sahip Ailelerin Katıldıkları Aile Eğitimi Programı Sonrasındaki Yaşam Döngüsüne İlişkin Görüşleri*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Gören, A.B. (2016). Engelli çocuğa sahip annelerde yas süreci. *Cumhuriyet Theology Journal*, 20, (1), 225-244.
- Gülaldı, D. (2010). *Erken Çocuklukta Serabral Palsi'li ve Otistik Çocuk Annelerinin Ebeveyn Stres Düzeylerinin Yaşam Doyumları ile İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Halstead, E. J., Griffith, G. M., & Hastings, R. P. (2017). Social support, coping, and positive perceptions as potential protective factors for the well-being of mothers of children with intellectual and developmental disabilities. *International Journal Of Developmental Disabilities*, 1–9. Doi:10.1080/20473869.2017.1329192.
- Hayes, S.A. ve Watson S.L. (2013). The impact of parenting stress: a meta-analysis of studies comparing the experience of parenting stress in parents of children with and without autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43(3), 629-642.
- Hisoğlu, A. (2018). *Otizm Spektrum Bozukluğu Tanılı Çocukların Ebebeynlerinde Algılanan Sosyal Destek Ve Problem Çözme Becerilerinin Yaşam Doyumuna Etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Hui Lu, M., Hai Wang, G., Lei, H., Liang Shi, M., Zhu, R. Ve Jiang, F. (2018). Social support as mediator and moderator of the relationship between parenting stress and life satisfaction among the chinese parents of children with asd. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 48 (4), 1181–1188.
- Hutchison, L., Feder M., Abar B. ve Winsler A. (2016). Relations between parenting stress, parenting style, and child executive functioning for children with adhd or autism. *Journal of Child and Family Studies*, 25(12), 3644–3656.
- İlhan, T. (2017). Özel gereksinimli 3-6 yaş çocuklarının ebeveynlerinin stres düzeyleri ile rolleri arasındaki ilişki. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 18(3), 383-400.
- Kabasakal, K. (2007). *Zihinsel Engellilik Zihinsel, Ruhsal ve Duygusal Engellilik*. Konya: Lokomotif Medya Yayınevi.
- Kaner, S. (2010). Aile Katılımı ve İşbirliği. B. Sucuoğlu (Ed.), *Zihinsel Engelliler ve Eğitimi* (351-404). Ankara: Kök Yayıncılık.
- Kanner, L. (1943). Autistic disturbances of affective contact. *Nerv. Child* 2: 217–50.

- Kara, Ö. D. (2016). *Gelişimsel Yetersizlik Ve Normal Gelişim Gösteren Çocukların Annelerinin Aile Yaşam Kalitesi, Evlilik Uyumu Ve Öznel İyi Oluşlarının İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Karaman, E. (2018). *Özel Eğitime İhtiyacı Olan Çocuğa Sahip Anne Babaların Psikolojik Dayanıklılıklarının Yordayıcısı Olarak Sosyal Destek Algısı Ve Benlik Saygısının İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Karpat, D. (2011). *Yaygın Gelişimsel Bozukluk Tanısı Alan Çocukların Ebeveynlerinin Yaşadığı Yas Tepkilerinin, Evlilik Uyumlarının ve Sosyal Destek Algılarının İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Kayaoğlu, H. , Görür, Ö.(2008). *Otizm. İçinde Otistik Çocuklar Nasıl Öğrenir?*. Ankara: Epos Yayınları.
- Kaymak, A. (2017). Otizm Spektrum Bozukluğu: Tanım, Sınıflama, Yaygınlık ve Nedenler. İ. H. Diken ve H. Bakkaloğlu (Ed.) *Zihin Yetersizliği ve Otizm Spektrum Bozukluğu*. Ankara: Pegem Akademi.
- Kaytez, N., Durualp, E. ve Kadan, G. (2015). Engelli çocuğu olan ailelerin gereksinimlerinin ve stres düzeylerinin incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 1(19): 197-214.
- Kilmen, S. (2015). *Eğitim Araştırmacıları İçin Spss Uygulamalı İstatistik*.(2. Baskı.) Ankara: Edge Akademi.
- Korkmaz, R. (2017). *Otizimli Çocuklara Sahip Annelerin Depresyon ve Aleksitimi Düzeyleri İle Normal Gelişim Gösteren Çocuklara Sahip Annelerin Depresyon Ve Aleksitimi Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Kudaibergenova, A. (2018). *Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Çocukların Ailelerinin Karşılaştıkları Sorunlar: Edirne Örneği*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Edirne.
- Kulbaş E. (2015). *Grupla Psikolojik Danışma Uygulamasının Otizmliliği Olan Annelerin Özyeterlilik ve Umutsuzluk Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kumar, R (2011). Araştırma Yöntemleri Yeni Başlayanlar İçin Adım Adım Araştırma Rehberi. Ö. Çokluk (Ed.), Araştırma Deseninin Seçimi (109-141). Çev. G. Şekercioğlu. Ankara: Edge Akademi.
- Kuravackel, G.M., Ruble, L.A., Reese, R.J., Ables A.P., Rodgers, A.D., ve Toland, M.D. (2018). COMPASS for hope: evaluating the effectiveness of a parent training and support program for children with asd. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 48 (2), 404–416.
- Kurşun, Z. (2018). *Yaygın Gelişimsel Bozukluğu Olan Ve Normal Gelişim Gösteren Çocukların Anne Babaların Stres Düzeyleri Ve Stresle Başa Çıkma Yollarının Karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Küllü, Z. (2008). *Özürlü Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Depresyon Durumunun Değerlendirilmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.
- Laursen, E. K., Moore, L., Yazdgerdi, S. ve Milberger, K. (2013). Building empathy and social mastery in students with autism. *Reclaiming Children & Youth*, 22 (3), 19-22.
- Levy, S. E. , Mandell, D.S. ve Schultz, R.T. (2009). Autism. *Lancet*. 374, 1627-1638.
- Meral B. F. ve Cavkaytar A. (2014). Otizmliliği çocuk ailelerinin aile yaşam kalitesi algıları. *K. Ü. Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23 (3), 1363-1380.

- Mert E. (1997). *Farklı Engel Grubunda Çocuğu Olan Anne ve Babaların Gereksinimlerinin Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Metin E.N. (2012). Özel Gereksinimli Çocuğun Aileye Katılımı. E.N. Metin (Ed.), *Özel Gereksinimli Çocuklar*. Ankara: Maya Akademi.
- Montes, G. ve Halterman, J. S. (2007). Psychological functioning and coping among mothers of children with autism: a population-based study. *Pediatrics*. 119, 1040-1046.
- Morrison, J. (2017). *DSM 5'i Kolaylaştıran 'Klinisyenler İçin Tanı Rehberi'*. Çev. Şahin M., Kural H.U. Ankara: Nobel Yayınları.
- Mukaddes, N. M. (2013). *Otizm Spektrum Bozuklukları Tanı ve Takip*. İstanbul: Nobel Tıp Kitapevleri.
- Murkoff, H. (2018). *Bebeğinizin İlk Yılında Sizi Neler Bekler*. Çev. Tunalı D. İstanbul: Epsilon Yayınevi.
- Ogston, P. L., Mackintosh, V. H., and Myers, B. J. (2011). Hope and worry in mothers of children with autism spectrum disorders or down syndrome. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 5, 1378-1384.
- Oltmanns, T., Neale, J. & Davison, G. (2003). *Anormal Davranışlar Psikolojisinde Vak'a Çalışmaları*. Çev. Dağ İ. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Özbaran, B. (2014). Otizm spektrum bozukluklarında çevresel faktörler etkili midir? *The Journal of Pediatric Research* 1(4):170-173.
- Özbey, Ç., (2005). *Otizm ve Otistik Çocukların Eğitimi*. İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- Özen, A. (2010). Aile Eğitimi. İ. H. Diken (Ed.), *Özel Eğitime Gereksinimi Olan Öğrenciler ve Özel Eğitim* (109-132). Ankara: Pegem Akademi.
- Özdemir, S., Gürel, Ö., Töret, G., & Özkubat, U. (2012). 2-12 Yaş Aralığında Bulunan Otizimli Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Tanı Öncesi, Tanı Sırası ve Tanı Sonrasına İlişkin Görüşleri. 22. Ulusal Özel Eğitim Kongresi, Trabzon.

- Özsoy, S.A., Özkahraman, Ş., Çallı, F. (2006). Zihinsel engelli çocuk sahibi ailelerin yaşadıkları güçlüklerin incelenmesi. *Aile ve Toplum Dergisi* 9: 69-77.
- Özşenol, F., Işıkhana V., Ünay, B., Aydın H.İ., Akın R., Gökçay E. (2003). Engelli çocuğa sahip ailelerin aile işlevlerinin değerlendirilmesi. *Gülhane Tıp Dergisi* 45 (2) : 156 – 164.
- Öztürk, S. (2017). *Zihin Engelli Ve Yaygın Gelişimsel Bozukluk Tanılı Ergenlerin Ebeveynlerinde Stresle Başa Çıkma Tutumları Ve Evlilik Uyumuna Etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Pehlivan Türk, B. (2004). Otistik bozukluğu olan çocuklarda bağlanma. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 15(1): 56-63.
- Rivard, M., Terroux, A., Parent-Boursier, C., Mercier, C. (2014). Determinants of stress in parents of children with autism spectrum disorders. *Journal of Autism and Developmental Disorders*. 44: 1609–1620.
- Robinson, M. ve Neece, L. C. (2015). Marital satisfaction, parental stress, and child behavior problems among parents of young children with developmental delays. *Journal of Mental Health Research in Intellectual Disabilities*, 8, 23–46.
- Santrock J.W. (2012). *Ergenlik*. (Çev. Siyez D.M.). Ankara: Nobel Yayınları.
- Sarı, T. (2015). *Aile Danışmanlığının Engelli Çocuk Annelerindeki Anksiyete, Depresyon Ve Stres Düzeylerine Etkisi*. Tıpta Uzmanlık Tezi, Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi, Erzurum.
- Selimoğlu, O. G., Ozdemir, S., Toret, G., & Ozkubat, U. (2013). Otizmli çocuğa sahip ebeveynlerin otizm tanılama sürecinde ve tanı sonrasında yaşadıkları deneyimlerine ilişkin görüşlerinin incelenmesi. *International Journal of Early Childhood Special Education (INT-JECSE)*, 5(2), 129-167.

- Shattuck, P. T., Seltzer, M. M., Greenberg, J. S., Orsmond, G.I ., Bolt, D., Kring, S., Lord, C. (2007). Change in autism symptoms and maladaptive behaviors in adolescents and adults with an autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 37(9), 1735-1747.
- Sivberg, B. (2002). Family system and coping behaviors. *Autism*. 6 (4), 397–409.
- Smith, T. E. C., Gartin, B. C., Murdick, N. L., and Hilton, A. (2006). *Families And Children With Special Needs*. New Jersey: Pearson Education.
- Stanojević, N., Nenadović, V., Fatić, S., Stokić, M. (2017). Exploring factors of stress level in parents of children with autistic spectrum disorder. *Specijalna Edukacija I Rehabilitacija* (Beograd), Vol. 16, br. 4. 445-463, 2017.
- Sucuoğlu B. (2003). Otizm ve Otistik Bozukluğu Olan Çocuklar. A. Ataman (Ed.), Özel Gereksinimli Çocuklar ve Özel Eğitime Giriş. Ankara: Gündüz Eğitim ve Yayıncılık.
- Şahin, S. (2012). Yaygın Gelişimsel Bozukluklar (YGB) Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB). E.N. Metin (Ed.), Özel Gereksinimli Çocuklar. Ankara: Maya Akademi.
- Şahin Varol, H. (2018). *Engelli Çocuğu Olan Annelerin Algıladıkları Sosyal Destek Ve Depresif Semptomlar Açısından İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Şıkşık, G. (2016). *Otizimli Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Otizm Algıları Ve Aile Özellikleri İle Benlik Saygıları Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tamer, M. (2010). *Zihinsel Engelli Çocukların Annelerinde Stres Yönetimi Eğitiminin Etkileri*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

- Tekinalp, B.E. (2001). The Effects of a Coping Skills Training Program on the Coping Skills, Hopelessness and Stres Levels of Mothers of Children with Autism. (Başa Çıkma Becerileri Programının Otistik Çocuğu Olan Annelerin Başa Çıkma Becerileri, Umutsuzluk ve Stres Düzeylerine Etkisi.) Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tohum Otizm Vakfı, <https://www.tohumotizm.org.tr/otizm/otizm-spektrum-bozuklugu/>, (Erişim tarihi: 10.08.2018).
- Töret, G., Özdemir, S., Selimoğlu, O. G., & Özkubat, U. (2014). Otizmli çocuğa sahip olan ebeveynlerin görüşleri: otizm tanımlamaları ve otizmin nedenleri. *Özel Eğitim Dergisi*, 15(1) 1-14
- Töret, G. (2017). Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB): Özellikler. *Zihin Yetersizliği ve Otizm Spektrum Bozukluğu*. İ. H. Diken ve H. Bakkaloğlu (Ed.) Zihin Yetersizliği ve Otizm Spektrum Bozukluğu. Ankara: Pegem Akademi.
- Tunçel, A. (2017). *Çocuklarında Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Annelerin Depresyon, Tükenmişlik Ve Umutsuzluk Düzeylerinin Çocuktaki Otizmin Ağırlık Derecesine Göre Karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Turan, F. ve Ökçün Akçamuş M.Ç. (2013). Otistik spektrum bozukluğu olan çocuklarda taklit becerileri ve taklidin alıcı-ifade edici dil gelişimi ile ilişkilerinin incelenmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi* 2013;24(2):111-6
- Uğuz, Ş., Toros F., İnanç, B.Y., Çolakkadıoğlu, O. (2004). Zihinsel ve/veya bedensel engelli çocukların annelerinin anksiyete, depresyon ve stres düzeylerinin belirlenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 7: 42-47.
- Uz, S., & Kaya, K. (2018). Otizmli çocuklara ve ailelerine yönelik damgalama. *Journal of History Culture and Art Research*, 7(1), 663-683.
- Üstüner Top, F. (2009). Otistik çocuğa sahip ailelerin yaşadıkları sorunlar ile ruhsal durumlarının değerlendirilmesi: niteliksel araştırma. *Çocuk Dergisi*, 9(1):34-42.

- Vardarcı G. (2011). *Otistik Çocuklu Ailelere Uygulanacak Aile Eğitim Programının Aile İçi İletişim Becerilerine, Ailenin Problem Çözme Becerilerine ve Otistik Çocuklarıyla İlgili Algularına Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Walsh, C. E., Mulder, E. ve Tudor, M. E. (2013). Predictors of parent stress in a sample of children with ASD: Pain, problem behavior, and parental coping. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 7(2), 256-264.
- Wing, L. (2012). *Otizm El Rehberi* (S. Kunt, Çev.). İstanbul: Sistem Yayıncılık. 3. Baskı.
- Yassıbaş, U (2015). *Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Çocuğa Sahip Anne Babaların Yaşam Deneyimlerine Derinlemesine Bakış*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Yavuz, F. (2016). *Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Ailelerin Karşılaştıkları Sosyal Dışlanma Sorunsalı Üzerine Bir Araştırma*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Yerlikaya, E. E. ve İnanç, B. (2007). Algılanan stres ölçeğinin türkçe çevirisinin psikometrik özellikleri. IX. *Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, 17-19 Ekim, İzmir.
- Yöndem, Z. D. (2015). *Kişilik Dinamikleri ve Stresle Başa Çıkma*. İstanbul: Elif Yayınevi. 3. Baskı.
- Zaidman-Zait, A., Mirenda, P., Duku, E., Vaillancourt, T., Smith, I.M., Szatmari, P., Bryson, S., Fombonne, E., Volden, J., Waddell, C., Zwaigenbaum, L., Georgiades, S., Bennett, T., Elsabaggh, M. Ve Thompso, A. (2017). impact of personal and social resources on parenting stress in mothers of children with autism spectrum disorder. *Autism*. 21 (2), 155-166.



EKLER

EK-1: GRUP REHBERLİĞİ PROGRAMI

1.OTURUM

Süre:90 dk.

TANIŞMA, BİLGİLENDİRME VE GRUBA ISINMA

Amaç: Birinci oturumda grup üyelerinin birbirleri ile tanışabilmesini sağlamak, üyeler ile birlikte grup kurallarının belirlenmesi ve üyelerin gruptan beklentilerini ifade edebilmesi amaçlanmıştır.

Oturum Hedefleri:

1. Üyeler birbirini tanırlar.
2. Grup kurallarını söyleyebilirler.
3. Gruptan beklentilerini ifade edebilirler.
4. Üyeler birbirine ısınır ve paylaşımlarda bulunur.
5. Otizm ve stres kavramları hakkında temel bilgileri kavrarlar.

Materyal: Yazı tahtası, kalem

Eğitsel etkinlik:

1. Tanışma etkinliği
2. Programdan beklediklerim

Süreç: Ortam, üyelerin birbirlerinin yüzünü rahatlıkla görebileceği şekilde düzenlenir ve uygun oturma düzeni alınır. Lider kendisini tanıtır ve tanışma etkinliğine geçilir.

Grup üyeleri kendi aralarında ikişerli olarak eşleştirilir. 5 dk. süre verilir ve birbirlerine kendilerini tanıtmaları istenir. Daha sonra üyeler tüm gruba eşleştiği arkadaşını tanıtır.

Tanışma etkinliğinin bitmesiyle birlikte lider amaçlardan ve kurallardan bahseder. Kurallar;

- a) Burada konuşulan her şey özeldir ve burada kalır.
- b) Bir üye konuşurken diğer üyeler onun sözünü kesmeden dinler.
- c) Üyeler tüm etkinliklere katılıp katılmamakta özgürdür, gönüllülük esastır.

- d) Üyelere oturumlara zamanında gelir ve aktif katılım sağlar.
- e) Üyeler verilen ev ödevlerini yerine getirir.
- f) Oturumlarda düşüncelerden çok, duyguların ifadesine yer verilecektir.
- g) Üyelerin etkileşimlerine ağırlık verilecektir.

Kuralların grup tarafından benimsenmesiyle birlikte sonraki oturumlardan ve genel olarak grup rehberliğinin içeriğinden ve amaçlardan bahseder.

Grup rehberliği ile otizmli çocuğa sahip annelerde kazandırılmak istenen amaçlar;

- Otizm ve stres konularında bilgi sahibi olmalarının sağlanması
- Annenin yaşadığı problem durumları ifade edebilmesi ve bu durumlar için farkındalık kazanmasını sağlama
- Strese sebep olan faktörleri kavrayabilme ve kendi yaşadığı olumsuz durumlar ve stres arasında ilişki kurabilme
- Diğer anneler ile etkileşime girme, yalnız olmadığını hissetme, benzer problemler karşısında farklı çözüm yolları öğrenebilmeleri

Ardından 'Programdan Beklediklerim' etkinliğine geçilir (Kulaksızoğlu, 2004). Bu etkinlik ile annelerin gruptan beklentilerini daha net ifade edebilmeleri ve grup içindeki sorumluluklarını almada istekli olmaları amaçlanmıştır. Ardından oturumun genel özeti yapılır, gelecek hafta yapılması planlanan etkinlik ve içerikten bahsedilir ve oturum sonlandırılır.

FORM-1**PROGRAMDAN BEKLEDİKLERİM**

A	B
<p data-bbox="264 577 815 613">BU PROGRAMDAN BEKLENTİLERİM</p> <p data-bbox="264 741 815 891">Örn: Stres yaşadığım durumlarda, stresle baş edebilmemi sağlayabilecek davranışları öğrenme</p>	<p data-bbox="847 521 1425 667">BU PROGRAMDAN BEKLEDİKLERİMİ ALABİLMEK İÇİN YAPMAYA HAZIR OLDUKLARIM</p> <ul data-bbox="895 741 1313 891" style="list-style-type: none">- Grup etkinliklerine katılmak- Gruba devam etmek- Verilen ödevleri yapmak

2.OTURUM

Süre:90 dk.

OTİZM NEDİR? STRES NEDİR?

Amaç: Korku ve kaygılarımızın en büyük sebeplerinden birinin, o konu hakkında yeteri kadar bilgi sahibi olmamaktan kaynaklandığının farkında olmak ve otizm hakkında yeterli bilgiye sahip olmanın önemini kavrayabilmek.

Aynı zamanda otizimli çocuğa sahip olmaktan kaynaklı stresleri hakkında paylaşımda bulunabilmeleri amaçlanmıştır.

Oturum hedefleri:

1. Otizm spektrum bozukluğu hakkında bilgilenme
2. Stres hakkında bilgilenme
3. Çocukları hakkında başka insanlara otizm konusunda bilgi verebilme
4. Yaşadıkları strese sebep olan faktörler hakkında farkındalık kazanma
5. Otizimli çocuğun eğitiminde, aile desteğinin önemi kavrayabilme.

Süreç: Geçen haftanın özetlemesi yapıldıktan sonra korkularımızın ve kaygılarımızın nedenleri üzerine konuşulur. Üyelerden kendi bilgisizliklerinden kaynaklı yaşadıkları korku, kaygı, stres durumları varsa paylaşımlarda bulunmaları istenir. Ardından lider tarafından otizm hakkında bilgilendirme yapılır ve otizm üzerine konuşulur. Üyelerden dinledikleri konular hakkında kendi çocukları ile ilişkilendirerekten paylaşımlarda bulunmaları istenir. Ardından stres kavramından bahsedilir ve üyelerden çocuklarından kaynaklı yaşadıkları stresleri ve bu streslere sebep olan düşünceleri üzerine konuşulur. Lider annelere ‘Otizimli çocuğun eğitiminde ailenin katılımı ile ne gibi faydalar sağlanabileceği’ sorusunu sorar. Annelerin paylaşımları üzerine tüm üyelerin aktif katılımı ile tartışılır.

3.OTURUM

Süre:90 dk.

OTİZMLİ ÇOCUĞA SAHİP BİR ANNE OLARAK DUYGULARIM

Amaç: Otizmlili çocuğa sahip annelerin duygularını tanımları, fark edebilmeleri ve duygu, düşüncelerini ifade edebilmeleri amaçlanmıştır.

Oturum hedefleri:

1. Duygu ve düşüncelerini tanıma, ayırt edebilme.
2. Duygu ve düşüncelerini grup ile paylaşabilme

Eğitsel etkinlik:

1. **Hollanda'ya hoş geldiniz**
2. **Duygularım**

Süreç: Lider tarafından ikinci oturumun özeti yapılır. Ardından üçüncü oturumdaki hedeflerden bahsedilir. Grup üyelerinden otizmlili bir çocuğa sahip olmanın nasıl bir duygu olduğu sorulur. Her üyenin aktif paylaşımda bulunması beklenir. 'Hollanda'ya hoş geldiniz' etkinliğine geçilir. Hollanda'ya hoş geldiniz hikayesi okunur ve üyelerden düşüncelerini paylaşmaları istenir.

Daha sonra 'otizmlili çocuğa sahip olmanın getirdiği zorluklar nelerdir?' sorusu yöneltilir.

'Yaşadıkları zorluklar ne gibi stresler oluşturuyor?' sorusu ile devam edilir.

Ardından duygularını tanımaya yönelik cümle tamamlama çalışması yapılır. Cümle tamamlama çalışmasını tamamlayan annelerden duygu paylaşımı yapması istenir. Bu sayede annelerin duygularının farkına varması ve duygularını ifade edebilmesi amaçlanmıştır.

Etkinliklerin ardından annelere bir sonraki oturuma kadar duygularını, düşüncelerini, yaşadıkları streslerini, gerek ailesel gerek bireysel kısaca istedikleri tüm konularda birkaç sayfa olacak şekilde kağıda dökmeleri istenerek oturum sonlandırılır.

FORM-2

Hollanda'ya Hoşgeldiniz

Hollanda'ya hoş geldiniz. Bana çoğu zaman özürlü bir çocuk büyütmemin nasıl bir şey olduğunu sorarlar. İşte şimdi anlatıyorum. Bebek sahibi olacağınızı anladığınızda yaşadığınız duygu, İtalya'ya güzel bir seyahat planı yapmaya benzer. İtalya hakkında bir sürü kitap, dergi ve broşür alırsınız ve harika planlar yapmaya başlarsınız. Coliseum. Venedik teki gondollar. İtalyanca birkaç sözcük bile öğrenmeyi denersiniz. Her şey çok heyecan verici ve hoştur. Aylar süren beklemeden sonra, o gün gelir. Bavullarınızı toplar. Yola çıkarırsınız. Birkaç saat süren yolculuktan sonra, uçağınız havaalanına iner. Hostes mikrofonu eline alarak "Hollanda'ya hoş geldiniz." Der. Hollanda mı? Dersiniz. "Ne demek istiyorsunuz? Ne Hollanda'sı? Ben İtalya'ya bilet almıştım. Benim İtalya'ya gitmem gerekir. Tüm yaşamım boyunca İtalya'ya gitmenin düşünüyordum ben." Fakat uçuş rotasında bir değişiklik yapmışlardır. Hollanda'ya inmişsinizdir ve orada bulunmanız gerekir. Önemli olan sizi korkunç, iğrenç ve pis bir yere, açlığın ve hastalıkların kol gezdiği bir yerin ortasına bırakmamışlardır. Sadece farklı bir yerdesinizdir. Bu yüzden çıkıp yeni broşürler dergiler ve kitaplar almanız ve yepyeni bir dil öğrenmeniz gerekmektedir. Ve daha önce hakkında hiçbir şey bilmediğiniz insanlar tanımak zorundasınızdır. Gittiğiniz yer sadece farklı ve değişik bir yerdir. Oradaki yaşam, İtalya'dakinden daha yavaştır. İtalya kadar etkileyici ve büyüleyici değildir. Fakat bir süre orada kaldıktan sonra nefesinizi tutar ve çevrenize bir bakarsınız... Ve Hollanda'nın değirmenlerini fark edersiniz... Lalelerini ve doğanın güzelliklerini... Fakat tanıdığınız ve tanımadığınız herkes İtalya'ya gidip gelmektedir... Sürekli orada geçirdikleri güzel günleri ifade etmektedir. Ve hayatınız boyunca "Evet benim de gitmem gereken yer orasıydı. Ben de aynı planı yapmıştım." Dersiniz. Bundan dolayı duyduğunuz acı asla dinmez... Çünkü yitirdiğiniz düş çok önemli bir düşür. Ancak... Tüm hayatınızı İtalya'ya gidemediğiniz için üzülmeye geçerseniz, Hollanda'nın güzelliklerinin hiçbirinin tadını çıkaramazsınız.

Yazan: Emily Perl Kingsley, Çeviren : Gün OSBORN

FORM-3**DUYGULARIM**

1.
.....mutlu olurum.
2. Beni en çok kaygılandıran
.....
3.
..... olursa ailem mutlu olur.
4. Hayalim
.....
5. Hayatın en kötü anı
.....
6. Beni en çok düşündüren
.....
7. Gelecekte beklediğim
.....
8.
..... heyecanlanırım.
9.
..... öfkeli hissedirim.
10. Arkadaşlarım
.....
11.
..... utanıyorum.
12.
..... merak ediyorum.
13.
..... unutmak istiyorum.
14.
..... korkuyorum.
15. Yaşadığım zaman
.....

4.OTURUM

Süre:90 dk.

OTİZMLİ ÇOCUĞA SAHİP BİR ANNE OLARAK ÇOCUĞUMUN DURUMUNU KABULLENDİM Mİ?

Amaç: Otizmlili çocuğa sahip annelerin duygularını ifade edebilmeleri ve çocuklarının tanısını öğrendikleri günden bugüne kabullenme süreçlerinin farkında olmaları.

Süreç: Geçen haftanın değerlendirilmesi yapıldıktan sonra annelere beklenmedik bir süreçle karşı karşıya kalındığında geçirilebilecek süreçlerden sırasıyla bahsedilir. Şok, inkâr, acı çekme ve depresyon, utanma, suçluluk duyma, pazarlık ve kabul etme süreçleriyle ilgili sırasıyla bilgi verilir.

Annelere ilk kez çocuklarının otizmlili olduğundan ne zaman şüphelendikleri ve doktordan bu tanıyı ilk kez duyduklarında ne hissettikleri ve ne yaptıkları sorusu yöneltilir. Ardından ne gibi psikolojik süreçler geçirdikleri, bu durumu yakın akraba ve komşularına nasıl ifade ettikleri, ifade ederken ne hissettikleri, kendilerini veya eşlerini hiç suçladıkları olup olmadığı, çocuğunun düzelmesi için ne gibi yöntemlere başvurdukları ve şu an bu sürecin kabul edip edemedikleri soruları yöneltilir. Her sorudan sonra annelerin bu süreçleri hala yaşıyor yaşamadıkları soruları da yöneltilir.

Kabul sürecinin öneminden bahsedilir ve kabul sürecini başaran veli varsa paylaşımları dinlenir. Annenin ve ailenin diğer üyelerinin mevcut durumu kabullenmesinin çocuğa ne gibi faydaları olabilir sorusu tartışılarak oturuma son verilir.

5.OTURUM

Süre:90 dk.

AİLENİN DİĞER BİREYLERİNE SORUMLULUKLARI PAYLAŞTIRABİLMEK

Amaç: Otizmlı çocuğu yetiştirirken tüm yükü annenin omuzlarından alarak baba ve kardeşlerin de sorumluluk üstlenmesini sağlamak.

Süreç: Üyeler ile çocukları için aldıkları sorumlulukları üzerine konuşulur, özellikle onları zorlayan konularda paylaşımda bulunmaları istenir. Ailedeki diğer bireylerin; özellikle annenin diğer çocuklarının yaşadığı problemler üzerine konuşulur.

Ailenin diğer üyeleri sorumlulukları paylaştığında ne gibi rahatlamalar olacağından bahsedilir. Diğer üyelere sorumluluk paylaştırabilen annelerin bunu nasıl başardığı ve ne hissettiğine yönelik paylaşımları dinlenir. Üyelerin kendilerine vakit ayırıp ayırmadığını sorgulamaları istenir.

Ailedeki diğer bireyleri sürece katarken etkili ve doğru iletişimin önemi vurgulanır. Gönüllü üyelere, otizmlı çocuğu hakkında eşi ve diğer çocuklarından bir sorumluluk almasını isterken aile içindeki yaşadıkları diyaloglardan örnekler paylaşmaları istenir.

Lider tarafından etkili iletişim yöntemleri, sen dili, ben dili hakkında bilgilendirme yapılarak etkinliğe geçilir. Etkinlikte anneler ikişerli gruplara ayrılır. Evde aileleri ile yaşadıkları bir problemi düşünmeleri istenir. Yaşanan problemi eşleştiği grup arkadaşıyla paylaşmaları istenir. Paylaşım yaparken problem yaşadığı aile üyesine karşı kurduğu cümleleri anlatmaları istenir. Aynı cümleyi ben dili ile nasıl kurması gerektiğini arkadaşına anlatır. Ardından tüm grup ile paylaşmaları istenir.

Ödev olarak tüm üyelere eşlerine veya evde yaşadıkları diğer aile üyelerine, otizmlı çocuklarıyla ilgili küçükte olsa bir sorumluluk vermeleri istenir. Bu sorumluluk verilirken oluşacak olası diyaloglarda ben dili sen dili kullanılması istenir. Ardından oturum sonlandırılır.

6.OTURUM

Süre:90 dk.

STRESLE BAŞ EDEBİLME YÖNTEMLERİ – KAYGILARIMI KONTROL EDEBİLİYORUM

Amaç: Stresle mücadele ederken strese sebep olan kaygılarımızı ortaya çıkarabilmek ve kontrol altına alabilmek

Eğitsel etkinlik:

1. Endişelerim

2. Endişe penceresi

Süreç: Geçen haftanın özeti yapılır ve verilen ödev üzerine konuşulur. Ardından üyeler ile kaygı kavramı üzerine konuşulur. Üyelere birer boş kağıt dağıtılır ve kendileri için kaygı oluşturan tüm durumları yazmaları istenir. Ardından üzerinde kontrol edebilecekleri ve kontrol edemeyecekleri kaygılarını yazabilecekleri, önemli ve önemsiz gördükleri kaygılarını yazabilecekleri ikinci form dağıtılır. Uygun yerler doldurulduktan sonra grupta paylaşılması istenir (Erkan, 2015). Ardından aşağıdaki sorular üyelere yöneltilir?

Yaşanan benzer kaygılar diğer grup üyeleri tarafından da önemli görülüyor mu?

Yaşanan kaygılar içerisinde bir üyenin kontrol edebildiği ama başka üyenin kontrol edemediği kaygıları var mı?

Önemli olduğunu veya kontrol edemeyeceğinizi düşündüğünüz kaygılarınız varken artık önemsiz olduğunu veya kontrol edebileceğinizi düşündüğünüz kaygılarınız var mı?

FORM- 4**ENDİŞELERİM**

Endişelerinizden kurtulmanın ilk yolu öncelikle onları doğru tanımadır. Bu formda yaşadığınız tüm endişeleriniz için farkındalık kazanmanız amaçlanmaktadır. Bu yüzden sizden istenen aklınıza gelen büyük küçük, sağlığınıza, başarıyla, yeteneklerinizle, geleceğinizle, ailenizle, arkadaşlarınızla, toplumla ya da başka konularda tüm endişelerinizi yazmanızdır.

Endişelerim:

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

11.

12.

13.

14.

15.

16.

17.

(Bunların dışında başka endişeniz varsa kağıdın arka yüzünü kullanabilirsiniz)

FORM- 5

ENDİŞE PENCERESİ	
A Panosu: Önemli ve Kontrol Edebilirim	B Panosu: Önemli ve Kontrolüm Dışında
C Panosu: Önemsiz ve Kontrol Edebilirim	D Panosu: Önemsiz ve Kontrolüm Dışında

7.OTURUM

Süre:90 dk.

HOBİ EDİNME VE EGZERSİZ

Amaç: Üyelerin algılanan stres düzeylerini egzersiz ve diğer kazandıra bilinecek hobiler ile düşürmek. Aynı zamanda sosyal ortamlara yalnız başlarına veya çocukları ile girerek sosyalleşmelerini sağlamak.

Süreç: Üyelere egzersizin stres üzerindeki etkisinden bahsedilir. Üyelerin egzersiz yapmaya fırsat bulup bulamadıkları sorulur. İçlerinde egzersiz yapan varsa yaşantıları üzerine konuşulur. Ardından yapabilecekleri nefes ve bedensel egzersizler üzerine bir sunum yapılır. Mümkünse lider kurumlar ile işbirliğine giderek somut bir şekilde spor yapabilecekleri alanlar sunar.

Lider üyelere Hobi nedir? ve Sizin hobileriniz var mı? sorularını sorar. Hobisi olan üyelerin paylaşımları dinlenir. Ne gibi hobiler edindikleri, nasıl vakit geçirdikleri üzerine konuşulur. Örneğin kitap okumak derse bir anne, kitap okumaya başlamadan önce nasıldın, şimdi ne değişti hayatında, kendini nasıl hissediyorsun gibi sorular sorularak paylaşımlarda bulunmaları istenir.

Hobi edinmek için kendimize nasıl vakit ayırabiliriz, Boş zamanlarında ne ile uğraşmak size keyif verirdi soruları yöneltilir. Ardından her üyeden sırayla aklına gelen birkaç hobi söylemesi istenir. Bu hobilerden kendine uygun olanı ve hangisi için vakit yaratabilecekleri üzerine konuşulur. Özellikle çocukların okulda oldukları süreyi nasıl değerlendirdikleri üzerine konuşulur. Çocukları ile birlikte ve mümkünse ailenin diğer üyeleriyle de birlikte yapabilecekleri faaliyetler üzerine konuşulur.

Her üyeye gelecek haftaya kadar bir tanesi bireysel bir tanesi de grupla olmak üzere iki hobi edinmeleri istenir. Ardından özetleme yapılarak oturum bitirilir.

Bu araştırma kapsamında lider tarafından çalışma öncesinde Kocaeli ilinde anneler için devam edebilecekleri kurs ve etkinlikler araştırıldı. Araştırma sonucunda KOMEK kurslarının tanıtımı lider tarafından yapıldı. FORM-6 da yer alan broşür dağıtıldı. Annelerden saati uygun olanlar programa ön kayıt yaptırdı. Henüz kurs süreci

başlamamasına rağmen bu fikrin annelerde heyecan uyandırdığı gözlemlendi. Aynı zamanda oturuma davet edilen Kağıt Spor yetkililerinden Şerife DURAN kulüplerinde ücretsiz bir şekilde otizm tanısı olan öğrencilerin yüzme, atletizm ve masa tenisi branşlarında lisanslı sporcu olabileceklerini ve aynı zamanda annelerin de çocuklarıyla birlikte bazı sportif faaliyetlere (atletizm branşında çocuklarla birlikte yürümek gibi) katılabileceklerini belirtti. FORM-7 de yer alan broşürü dağıtarak annelerin sorularını cevapladı. Spor programlarına annelerin çocukları ile birlikte katılabilecek olmaları, çocuğunun bakımını üstlenecek kimsenin olmadığını ve kendisine vakit ayırmasının mümkün olmadığını belirten anneler açısından olumlu bir alternatif olduğu gözlemlendi.



FORM-6

**Eğitimlerimiz
Yetersizdir**

KO-MEK
KOCAELİ BÜYÜKŞEHİR BELEDİYESİ
MEKULİK VE SANAT EĞİTİM KURULU

HALK ÜNİVERSİTESİ

KO-MEK
ile Keşfet!

326 Branş'ta
470,781 Kişiyeye
Eğitim Verildi
İimdi Sıra Sizde...

Yenikent Kurs Merkezi

ADRES : Yenikent Mh. Galaksi Alışveriş Merkezi
Kat:2 DERİNCE

İLETİŞİM : 0(262) 233 08 47
yenikent@komek.org
facebook.com/KOMEKYenikentKursMerkezi
www.komek.org

BRANŞLARIMIZ

Bakıcılık:
An Yetiştiriciliği, Fidan Üretimi, Mantar Yetiştiriciliği

Bilgisim Teknolojileri:
Bilgisayar Kullanımı,
Bilgisayarda Döküman Hazırlama,
İnternet ve E-posta Yönetimi,
Ofis Programları Kullanımı, Grafik ve Animasyon,
İnternet Programcısı, Web Tasarımı,
Temel Bilgisayar Okur-Yazarlığı

Büro Yönetimi ve Sekreterlik:
Hızlı Klavye Kullanımı (F Klavye), Ofis Asistanı

Çocuk Gelişimi ve Eğitimi:
Evde Çocuk Bakımı, 4-6 Yaş Çocuk Gelişimi ve Etkinlikleri, Bilinçli Hamilelik ve Bebek Bakımı

El Sanatları Teknolojisi:
Alüminyum Kabartma, Dantel Anglez,
Dekoratif Ahşap Süsleme, Dekoratif El Sanatları,
Ev Tekstil Ürünleri Hazırlama,
Geleneksel El Nakışları, İğne Oyası,
Keçe Aksesuarları Yapımı, Kırkyama, Şiş Örücüğü,
Taki Tasarımı, Tel Kurma, Mis Sabun Üretimi,
Çeyiz Ürünleri Hazırlama, Makinede Dantel Sarma
ve Piko Yapma, Hekik Oyası, Turistik ve Hediyelek
Eşya Yapımı, Ebru, Kitre Bebek Yapımı, Kösele
Çanta Yapımı

Giyim İletim Teknolojisi:
Bebek Giysileri Dikimi, Çocuk Giysileri Dikimi
Düz Dişiy Makineci, Erkek Giysileri Dikimi,
Giyim Aksesuarları Dikimi, Kadın Giysileri Dikimi,
Zikzak Makineci, Kadın Giysileri Kalıp Hazırlama

Grafik ve Fotoğraf:
Fotoğraf Çekimi

Çalışma Hayatı
Kurban Kesim Elemanı

Güzellik Sac ve Bakım Hizmetleri:
Sac Bakımı ve Yapımı,
Saca Geçici ve Kalıcı Sekil Verme Teknikleri,
Cilt Bakımı ve Temel Makyaj, Temel Makyaj,
Hemikür - Pedikür Teknikleri

Hasta ve Yaşlı Hizmetleri
Hasta Kabul İşlemleri

Kişisel Gelişim ve Eğitim
Diksiyon, Kur'an'ı Kerim (Elifba) Okuma
Kur'an'ı Kerim Tecvidli Okuma,
İş ve Sosyal Hayatta İletişim, İşaret Dil,
Etkili ve Hızlı Okuma, Sosyal Hayatta İletişim,
Osmanlı Türkçesi İmlası,
Osmanlıca Kolay Metinler, Girişimcilik

Muhasebe ve Finansman
Muhasebe, Şirketler Muhasebe Teknikleri,
Emel Muhasebe

Müzik ve Gösteri Sanatları
Bağlama Eğitimi, Gitar Eğitimi, Drama, Ney Eğitimi,
Keman Eğitimi (Batı Müziği)

Okuma Yazma
Okuma, Yazma

Sanat ve Tasarım
Alçı Rölyef, Hüsn-i Hat, Yağlı Boya Resim,

Seramik Cam Teknolojisi:
Çinici, Transferci, Valdir Fırıncısı

Yabancı Diller
Almanca, Arapça, İngilizce,
Yabancılar İçin Türkçe

Yiyecek ve İçecek Hizmetleri
Aşçı Çırağı, Pastacı Çırağı, Yaş Pasta Yapımı,
Butik Çikolata Hazırlama, Gıda Hijyeni ve Sanitasyon

İSTİHDAM BRANŞLARIMIZ

Elektrik-Elektronik Teknolojisi:
Asansör Bakımcısı, Asansör Montajcısı, Fiber Optik

Raylı Sistemler Teknolojisi:
Vatman (Tramvay/Metro Sürücüsü)

Yiyecek İçecek Hizmetleri:
Pişmaniye Yapımı, Servis Elemanı (Garson)

Büyükşehir
Çağrı Merkezi
444 11 41

İntibat
0(262) 325 63 63

Konaklama ve Seyahat Hizmetleri:
Havuz Suyu Operatörüğü

Tesisat Teknolojisi ve İklimlendirme:
Doğal Gaz İç Tesisatçısı, Sıhhi Tesisatçı

Tarım Teknolojileri:
Basınçlı Sulama Sistemleri

KO-MEK
KOCAELİ BÜYÜKŞEHİR BELEDİYESİ

www.komek.org

FORM -7



KOCAELİ BÜYÜKŞEHİR ENGELLERİ KALDIRIYOR

HER EVDE BİR KAĞITSPORLU



KOCAELİ BÜYÜKŞEHİR BELEDİYESİ



BİZ BÜYÜK BİR AİLEYİZ

ŞAMPİYONLARIN KULÜBÜ



Çalışınca oluyor. **KOCAELİ BÜYÜKŞEHİR BELEDİYESİ**

 <p>ENGELLİ JUDO Görme engelli ve Down sendromlu vatandaşlarımızın rehabilitasyonu ve sosyalleşmesini sağlamak amacıyla spor yapma imkanı sunuyor her yaşta engelli bireyi kulübümüz bünyesinde spor yapmaya davet ediyoruz.</p>	 <p>ENGELLİ KARATE İzmitte engelli vatandaşlarımızın rehabilitasyonu ve sosyalleşmesini sağlamak amacıyla spor yapma imkanı sunuyor. Her yaşta engelli bireyi kulübümüz bünyesinde spor yapmaya davet ediyoruz.</p>
 <p>ENGELLİ HALTER Bedensel engelli vatandaşlarımızın rehabilitasyonu ve sosyalleşmesini sağlamak amacıyla spor yapma imkanı sunuyor her yaşta engelli bireyi kulübümüz bünyesinde spor yapmaya davet ediyoruz.</p>	 <p>ENGELLİ YÜZME Down sendromu, zihinsel engelli, otizm ve bedensel engelli vatandaşlarımızın rehabilitasyonu ve sosyalleşmesini sağlamak amacıyla spor yapma imkanı sunuyor her yaşta engelli bireyi kulübümüz bünyesinde spor yapmaya davet ediyoruz.</p>
 <p>ENGELLİ ATLETİZM Down sendromu, zihinsel engelli, otizm ve bedensel engelli vatandaşlarımızın rehabilitasyonu ve sosyalleşmesini sağlamak amacıyla spor yapma imkanı sunuyor her yaşta engelli bireyi kulübümüz bünyesinde spor yapmaya davet ediyoruz.</p>	 <p>ENGELLİ BİLEK GÜREŞİ Bedensel engelli vatandaşlarımızın rehabilitasyonu ve sosyalleşmesini sağlamak amacıyla spor yapma imkanı sunuyor her yaşta engelli bireyi kulübümüz bünyesinde spor yapmaya davet ediyoruz.</p>
 <p>ENGELLİ TEKVANDO Bedensel engelli vatandaşlarımızın rehabilitasyonu ve sosyalleşmesini sağlamak amacıyla spor yapma imkanı sunuyor her yaşta engelli bireyi kulübümüz bünyesinde spor yapmaya davet ediyoruz.</p>	 <p>ENGELLİ BOCCE VE BOCIA Zihinsel engelli, Down sendromlu ve bedensel engelli vatandaşlarımızın rehabilitasyonu ve sosyalleşmesini sağlamak amacıyla spor yapma imkanı sunuyor her yaşta engelli bireyi kulübümüz bünyesinde spor yapmaya davet ediyoruz.</p>
 <p>ENGELLİ MASA TENİSİ Down sendromu, zihinsel engelli, otizm ve bedensel engelli vatandaşlarımızın rehabilitasyonu ve sosyalleşmesini sağlamak amacıyla spor yapma imkanı sunuyor her yaşta engelli bireyi kulübümüz bünyesinde spor yapmaya davet ediyoruz.</p>	<p>KOCAELİ BÜYÜKŞEHİR BELEDİYE KAĞITSPOR KULÜBÜ Kayıt : 0 262 331 39 00 Merkez Tel : 0 262 335 34 42-335 01 97 Faks : 0 262 335 13 71 Adres : Kocak Mahallesi Sümer Sokak No:5 Seka Sporcu Eğitim Merkezi (SEKASEM) İzmit e-mail : kbbspor@gmail.com</p> <p>GERZE ŞUBESİ Tel : 0 262 644 91 24 Adres : Gaziler Mahallesi Mevlüt Duru Caddesi No:10/13 K.3 Gebze www.kbbspor.com www.kocaeli.bel.tr</p>

8.OTURUM

Süre: 90 dk

ENGELLİ HAKLARI - GRUP REHBERLİĞİ PROGRAMININ DEĞERLENDİRİLMESİ

Amaç: Otizmli çocuklara ve engelli ailelere yönelik kamu kurum ve kuruluşları, belediyeler, vakıflar ve sivil toplum örgütleri tarafından sağlanan yasal haklarını konusunda bilgilenme.

Süreç: Bu oturumun ilk yarısında geçen haftanın kısa bir özeti yapıldıktan sonra tüm engelli bireylerin sahip olduğu hakların anlatıldığı bir sunum yapılır. Belediye, dernek ve Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı kuruluşlardan (özel eğitim okulları, rehberlik ve araştırma merkezi, halk eğitim merkezi, rehabilitasyon merkezleri) faydalanabilecekleri maddi, manevi imkanlardan ve yararlanabilecekleri eğitim ve sosyal aktivitelerle ilgili bilgi verilir. Sunum içerisinde annelere, engelli çocuğu olan annelere sunulan yarı zamanlı çalışma hakkı, engelli maaşları, evde bakım maaşları, erken emeklilik ile ilgili haklar, ötv indirimli araç alımı, engelli memur hakları, indirim hakları (ulaşım, müze gibi), devlet hastaneleri ve TOKİ gibi kuruluşlarda sağlanan öncelikler, engelli hibe destekleri, vergi indirimleri, su indirimi, internet indirimleri, cep telefonu operatörlerinin indirimleri, devlet tiyatroları indirimi gibi konularda bilgi verilir.

Oturumun ikinci yarısında ise üyeler ile genel bir değerlendirme yapılır. Tüm oturumlar kısaca hatırlanır ve üyelerin görüşleri alınır.

Oturumun sonunda lider tarafından hazır bulundurulan son testler uygulanır. Vedalaşma yapılır ve oturum sonlandırılır.

EK-2**DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU**

Bu form bilimsel bir araştırma amacıyla hazırlanmıştır. Vereceğiniz bilgiler sadece araştırma amacıyla kullanılacak ve gizli tutulacaktır. Lütfen cevapsız soru bırakmayınız. Yardımlarınız için teşekkür ederim.

1. Ad, Soyadı:**2. Yaşınız:****3. Eğitim Düzeyiniz:**

- a) İlkokul
- b) Ortaokul
- c) lise
- d) ön lisans
- e) lisans
- f) diğer

4. Çalışıyor musunuz?

- a) Evet
- b) hayır

5. Anne-Baba Birliktelik Durumu

- a) Evli
- b) Boşanmış

6. Ailenin gelir düzeyi:

- a) Asgari ücretten az
- b) Asgari ücret
- c) Asgari ücretten fazla

7. Kaç çocuğunuz var:**8. Çocuklarının bakımında yakınlarınızdan (Eş Akraba, Arkadaş) destek alıyor musunuz?**

- a) Evet (.....)
- b) Hayır

EK-3

EK 1: ALGILANAN STRES ÖLÇEĞİ (ASÖ)

ASÖ

Aşağıdaki sorular son bir ay içindeki düşünceleriniz ve duygularınızla ilgilidir. Her bir soruda sizden bu düşünceyi ya da duyguyu ne sıklıkta yaşadığınızı belirtmeniz istenmektedir. Bazı sorular birbirine benzer gibi görünse de aralarında farklılıklar vardır ve her soruyu ayrı bir soru olarak değerlendirmeniz gerekmektedir. Soruları yanıtlarken son bir ay içinde ne sıklıkta bu şekilde düşündüğünüzü ya da hissettiğinizi hesaplamaya çalışmak yerine soruyu okuduktan sonra seçenekler arasında en uygun gördüğünüz tahmini işaretlemeniz daha uygun olacaktır.

	HİÇ	NEREDEYSE HİÇ	BAZEN	SIKÇA	ÇOK SIK
1. Son bir ay içinde, beklenmedik şekilde gerçekleşen olaylardan dolayı ne sıklıkta üzüldünüz?					
2. Son bir ay içinde ne sıklıkta, yaşamınızdaki önemli şeyleri kontrol edemediğinizi hissettiniz?					
3. Son bir ay içinde kendinizi ne sıklıkta, gergin ve stresli hissettiniz?					
4. Son bir ay içinde ne sıklıkta, kişisel sorunlarınızla baş etme yeteneğinizden emin oldunuz?					
5. Son bir ay içinde ne sıklıkta, işlerin istediğiniz gibi gittiğini hissettiniz?					
6. Son bir ay içinde ne sıklıkta, yapmak zorunda olduğunuz her şeyin üstesinden gelemeyeceğinizi düşündünüz?					
7. Son bir ay içinde yaşamınızdaki rahatsız edici olayları ne sıklıkta kontrol edebildiniz?					
8. Son bir ay içinde ne sıklıkta, yaşamınızdaki olaylara hakim olduğunuzu hissettiniz?					
9. Son bir ay içinde, kontrolünüz dışında gerçekleşen şeylerden dolayı ne sıklıkta öfkelenirsiniz?					
10. Son bir ay içinde ne sıklıkta, güçlüklerin, üstesinden gelemeyeceğiniz kadar çoğaldığını hissettiniz?					

10 maddelik bu formda 4-5-7-8 numaralı maddeler tersten puanlanıyor. Puanlama yine Hiç=0 Neredeyse Hiç=1 Bazen=2 Sıkça=3 Çok Sık=4 şeklinde yapılıyor.

EK-4 ALGILANAN STRES ÖLÇEĞİ İZNI

← 📧 ⚠️ 🗑️ 📧 🕒 📧 📧 ⋮ 3 ileti dizisinden 2. < > 🗑️ ⚙️

Fwd: algılanan stres ölçeği 📧 Gelen Kutusu x ✕ 🖨️ 📧

Ercument Yerlikaya <ercumentyerlikaya@gmail.com> 10 Şub 2017 Cum 09:16 ☆ ↶ ⋮
 Alıcı: ben ▾

Selamlar,
 Ekteki dosyalarda ölçeğin 10 ve 14 maddelik formları ve bu formlara ilişkin psikometrik değerler bulunmaktadır. 10 maddelik ölçek 14 maddelik formula benzer psikometrik değerlere sahip olduğu için kısa formu kullanmanızı öneririm. Kolay gelsin, iyi çalışmalar.

E. Ercument Yerlikaya
 Çukurova Üniversitesi
 Fen Edebiyat Fakültesi
 Psikoloji Bölümü
 01330 Balcalı/ADANA
ercumentyerlikaya@gmail.com

← 📧 ⚠️ 🗑️ 📧 🕒 📧 📧 ⋮ 3 ileti dizisinden 3. < > 🗑️

Algılanan Stres Ölçeği 📧

Mehmet Kaya <mehmetonurkaya@gmail.com> 9 Şub 2017 Per 21:55 ☆
 Alıcı: ercumentyerlikaya ▾

hocam merhabalar,
 ben mehmet onur kaya
 bolu abant izzet baysal üniversitesi rehberlik ve psikolojik danışmanlık programında yüksek lisans öğrencisiyim. tez sürecine geçtim.
 tez konum 'grupla psikolojik danışma programının otizm tanısı konulmuş çocuğa sahip annelerin stresle baş edebilme düzeyine etkisinin incelenmesi'
 uygun görürseniz 'algılanan stres düzeyi' ölçeğini kullanmak istiyorum.

↶ Yanıtla ↷ Yönlendir

EK-5 ARAŞTIRMA İZİNİ

T.C.
KOCAELİ VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 99332089/605.01/17633494
Konu: Araştırma İzni
(Mehmet Onur KAYA)

25/10/2017

VALİLİK MAKAMINA
KOCAELİ

Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi Mehmet Onur KAYA'nın " Otizimli Çocuğu Olan Annelerde Grup Rehberliğı Programının Algılanan Stres Düzeyine Etkisinin İncelenmesi" konulu araştırma çalışmasını İlimiz Derince Özel Eğitim Uygulama Merkezinde uygulama talebi, ilgili Üniversitenin 26/09/2017 tarih ve 12211 sayılı yazıları ile bildirilmektedir.

Adı geçenin söz konusu çalışmasına esas olmak üzere, ekte sunulan çalışmayı İlimiz Derince Özel Eğitim Uygulama Merkezinde uygulama talebi komisyonumuzca uygun görülmüş olup, İlçe Millî Eğitim Müdürlükleri ve okul müdürlüklerinin denetim ve gözetiminde çalışmayı yapmaları Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir. Makamlarınızca da uygun görüldüğü takdirde olurlarınıza arz ederim.

Fehmi Rasim ÇELİK
Millî Eğitim Müdürü

OLUR

.../10/2017

Ahmet BÜYÜKÇELİK
Vali a.
Vali Yardımcısı

Güvenli Elektronik İmza
Aslı ile Aynıdır.
30.10.2017
EMEL SAĞLAM YAVUZ
ŞEF

Körfez Mah. Ankara Karayolu Cad.No:129 Valilik Binası B Blok Kat:3 KOCAELİ
Elektronik Ağ: www.kocaelimem.meb.gov.tr
E-posta: stratejigelistirmc41@meb.gov.tr

Bilgi için: E. SAĞLAM YAVUZ
Tel: (0262) 3005871

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden da4b-655b-3cdb-867a-0e03 kodu ile teyit edilebilir.

EK-6 ETİK KURUL RAPORU

Abant İzzet Baysal Üniversitesi
Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kurulu

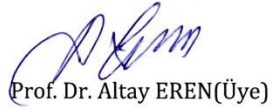
Mehmet Onur KAYA
 Abant İzzet Baysal Üniversitesi
 Eğitim Bilimleri Enstitüsü
 Eğitim Bilimleri ABD

Sayın Mehmet Onur KAYA,

“Otizmli Çocuğa Sahip Annelerde Grup Rehberliğı Programının Stres Düzeyine Etkisinin İncelenmesi” konulu araştırmanız ile ilgili olarak Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kuruluna 18.09.2017 tarihli yapmış olduğunuz başvuru (Protokol NO. 2017/232) kurulumuzun 18.10.2017 tarihli ve 2017/08 toplantısında değerlendirilerek etik olarak uygun bulunmuştur. Bilgilerinize sunarız.


 Prof. Dr. Hamit COŞKUN (Başkan)


 Prof. Dr. Mehmet ERYİĞİT(Üye)


 Prof. Dr. Altay EREN(Üye)


 Doç. Dr. H. Birol YALÇIN (Üye)


 Doç. Dr. Seval ALKOY(Üye)


 Doç. Dr. Abdullah DURAKOĞLU (Üye)


 Av. Zühal Demirci(Üye)

EK-7

ÖZGEÇMİŞ

- Adı ve Soyadı :** Mehmet Onur KAYA
- Doğum Tarihi :** 10.01.1990
- Doğum Yeri :** ANKARA-ŞEREFLİKOÇHİSAR
- Eğitim Durumu :** 2008 - 2012 Sakarya Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Lisans Eğitimi.
- 2003 – 2007 Atatürk Anadolu Lisesi (Kırıkkale)
- 1996 – 2003 Atatürk İlköğretim Okulu (Kırıkkale)
- Denevimler :** 2012 -2015 Bolu Rehberlik ve Araştırma Merkezi
- 2016-2017 Ankara İl Jandarma Komutanlığı Rehberlik ve Danışma Merkezi
- 2015-2019 İzmit Rehberlik ve Araştırma Merkezi
- Alınan Eğitimler:** Görme Engellilere Bağımsız Hareket Becerileri Öğretimi Kursu
Wisc-r Çocuklar İçin Zeka Testi Uygulayıcı Yetiştirme Kursu(90 saat)
Stanford Binet Zeka Testi Uygulayıcı Yetiştirme Kursu(80 saat)
Bütünleştirme Uygulamaları Eğitici Eğitimi Kursu (60 Saat)
Model Uçak Serbest Uçuş Rehber Öğretmen Kursu, THK.
Kaufman Brief Intelligence Testi KBIT-2 (24 saat),
Wechsler Nonverbal Yetenek WNV Testi Kursu(60 saat)
Özel Yetenekli Çocuklara Yönelik Farkındalık Geliştirme Kursu
Göçmen Çocuklara Yönelik Bilgilendirme ve Önleme Faaliyetleri Uygulayıcı Kursu
Türk İşaret Dili Semineri
Bilgisayar Operatörlüğü-İşletmenliği Kursu (160 Saat)