



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**ÖZEL EĞİTİME İHTİYACI OLAN ÇOCUKLARIN ANNE
BABALARINDA YILMAZLIK, PSİKOLOJİK SIKINTI VE
PSİKOLOJİK YARDIM ALMA NİYETİNİN İNCELENMESİ**

AYŞE DEMİREL

YÜKSEK LİSANS TEZİ

LEFKOŞA
2021

**ÖZEL EĞİTİME İHTİYACI OLAN ÇOCUKLARIN ANNE
BABALARINDA YILMAZLIK, PSİKOLOJİK SIKINTI VE
PSİKOLOJİK YARDIM ALMA NİYETİNİN İNCELENMESİ**

AYŞE DEMİREL

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

TEZ DANIŞMANI
YRD. DOÇ. DR. EZGİ ULU

LEFKOŞA
2021

KABUL VE ONAY

Ayşe DEMİREL tarafından hazırlanan “Özel Eğitime İhtiyacı Olan Çocukların Anne Babalarında Yılmazlık, Psikolojik Sıkıntı ve Psikolojik Yardım Alma Niyetinin İncelenmesi” başlıklı bu çalışma, 01/02/2021 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

JÜRİ ÜYELERİ

.....
Yrd. Doç. Dr. Yasemin SORAKIN (Başkan)
Yakın Doğu Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü

.....
Yrd. Doç. Dr. Ezgi ULU (Danışman)
Yakın Doğu Üniversitesi
Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü

.....
Dr. Gönül TAŞÇIOĞLU
Yakın Doğu Üniversitesi
Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü

.....
Prof. Dr. Hüsnü Can BAŞER
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin, tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt ederim. Tezimin kâğıt ve elektronik kopyalarının Yakın Doğu Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım.

- Tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.
- Tezim sadece Yakın Doğu Üniversitesinde erişime açılabilir.
- Tezimin iki (2) yıl süre ile erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde tezimin tamamı erişime açılabilir.

01/02/2021



Ayşe DEMİREL

TEŞEKKÜR

Çalışmam boyunca beni destekleyen, tecrübe ve bilgi birikiminden yararlandığım, kolaylıkla iletişim kurabildiğim, benden desteğini hiç esirgemeyen ve kendisi ile çalıştığım için kendimi şanslı hissettiğim tez danışmanım Yrd. Doç. Dr. Ezgi ULU 'ya,

Akademik gelişimime katkı sağlayan, bilgi ve tecrübelerinden faydalandığım değerli hocalarım Prof. Dr. Mehmet ÇAKICI, Prof. Dr. Ebru ÇAKICI ve tüm hocalarıma,

Tezimin veri toplama araçlarını örneklem grubuna uygulayabilmem için izin veren ve uygulama sürecinde yardımcı olan Şehit Mutlucan Kılıç ortaokulu, yönetici ve öğretmenlerine,

Araştırmaya katılmayı kabul ederek ve araştırma veri toplama araçlarını istek ve sabırla cevaplandırarak araştırma örnekleminde yerini alan tüm velilere,

Yüksek lisans eğitimim sürecinde her zaman yanımda olup beni motive eden ve desteklerini koşulsuz yanımda hissettiğim sevgili eşim Said DEMİREL'e

Teşekkür eder, şükranlarımı sunarım.

Ayşe DEMİREL

Ankara, 2021

ÖZ

ÖZEL EĞİTİME İHTİYACI OLAN ÇOCUKLARIN ANNE BABALARINDA YILMAZLIK, PSİKOLOJİK SIKINTI VE PSİKOLOJİK YARDIM ALMA NİYETİNİN İNCELENMESİ

Bu araştırma, özel eğitime ihtiyacı olan çocukların anne babalarında yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetinin incelenmesini amaçlamıştır. Araştırmanın örneklemini, Ankara Etimesgut Şehit Mutlu Can Kılıç Ortaokulu'nda öğrenim gören ve özel eğitim raporu olan 121 öğrencinin velileri arasından, amaçsal örnekleme yöntemi ile belirlenmiş ve araştırmaya gönüllü olarak katılımları sağlanmış 111 veli (anne veya baba) oluşturmuştur. Araştırma verileri; Kişisel Bilgi Formu, Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği, Psikolojik Sıkıntı Ölçeği ve Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri kullanılarak elde edilmiştir.

Katılımcıların, aile yılmazlığı ile psikolojik sıkıntı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuca göre anne veya babaların yılmazlık düzeyleri arttığında, psikolojik sıkıntı düzeyleri düşmektedir. Katılımcıların; yaş gruplarına, herhangi bir nedenle psikolojik destek alma veya alıyor olması durumuna, özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının yaşlarına ve tanılanma yaşlarına göre psikolojik sıkıntı düzeylerinin; gelir gruplarına göre psikolojik yardım alma niyetlerinin; sahip oldukları özel eğitime ihtiyacı olan çocuk sayılarına göre yılmazlık düzeylerinin; sürekliliği olan ruh sağlığı ile ilgili bir sorununun olması durumuna göre psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetlerinin; çocuklarının özel durumlarından dolayı aile içi ve günlük işlerinde sorun yaşamalarına göre yılmazlık ve psikolojik sıkıntı düzeylerinin farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır.

Özel eğitime ihtiyacı olan çocukların anne babalarında yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti arasındaki ilişkiyi anlamamız; ruh sağlığı ile özel eğitim ve rehabilitasyon alanlarında sunulan hizmetlerinin etkinliğini artıracaktır.

Anahtar Kelimeler: Özel eğitim, Özel eğitime ihtiyacı olan birey, Aile yılmazlığı, Psikolojik sıkıntı, Psikolojik yardım alma niyeti.

ABSTRACT

EXAMINATION OF RESILIENCE, PSYCHOLOGICAL DISTRESS AND PSYCHOLOGICAL HELP-SEEKING INTENTION IN PARENTS OF CHILDREN WHO NEED SPECIAL EDUCATION

This study aimed to examine of resilience, psychological distress and psychological help-seeking intention in parents of children who need special education. The sample of the study consisted of 111 parents (mothers or fathers) who were determined by purposeful sampling method among the parents of 121 students who were studying at Ankara Etimesgut Şehit Mutlu Can Kılıç Secondary School and who had a special education report. The research data were obtained by using the Personal Information Form, Family Resilience Rating Scale, Psychological Distress Scale, and Inventory of Psychological Help-seeking Intention.

A significant relationship was found between family resilience and psychological distress levels of the participants. According to this result, when the resilience levels of the parents increase, their psychological distress levels decrease. Participants; psychological distress levels according to age groups, status of receiving or receiving psychological support for any reason, age of children in need of special education and age of diagnosis; intention to seek psychological help by income groups According to the number of children in need of special education, their level of resilience; psychological distress and their intention to seek psychological help, depending on the condition of having a mental health problem; It was concluded that resilience and psychological distress levels differ according to the problems experienced by their children in their family and daily work due to their special circumstances.

Understanding the relationship between resilience, psychological distress and intention to seek psychological help in parents of children who need special education; It will increase the effectiveness of its services in mental health and special education and rehabilitation.

Keywords: Special education, Individual who need special education, Family resilience, Psychological distress, Psychological help-seeking intention.

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR	i
ÖZ	ii
ABSTRACT	iii
İÇİNDEKİLER	iv
TABLolar DİZİNİ	vii
KISALTMALAR	ix
 BÖLÜM I	 1
GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu	3
1.2. Araştırmanın Amacı	6
1.3. Araştırmanın Önemi	7
1.4. Sınırlılıklar	8
1.5. Tanımlar	8
 BÖLÜM II	 10
KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	10
2.1. Aile Yılmazlığı	10
2.1.1. Yılmazlık ve Aile Yılmazlığı Kavramları	10
2.1.2. Ailede Koruyucu ve İyileştirici Faktörler	12
2.1.3. Aile Yılmazlığını Açıklayan Kuramlar	13
2.1.4. Aile Yılmazlığını Artıran Faktörler	14
2.2. Psikolojik Sıkıntı	15
2.2.1. Psikolojik Sıkıntı Kavramı	15
2.2.2. Psikolojik Sıkıntıda Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler	17
2.3. Psikolojik Yardım Alma Niyeti	19
2.3.1. Psikolojik Yardım Alma Niyeti Kavramı	19
2.3.2. Psikolojik Yardım Alma Niyeti ile İlgili Faktörler	20
2.4. İlgili Araştırmalar	24

BÖLÜM III.....	29
YÖNTEM	29
3.1. Araştırma Modeli	29
3.2. Evren ve Örneklem	29
3.3. Veri Toplama Araçları	33
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	33
3.3.2. Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği (AYDÖ)	34
3.3.3. Psikolojik Sıkıntı Ölçeği (K10-PSÖ)	34
3.3.4. Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri (PYANE)	35
3.4. Veri Toplama Süreci	36
3.5. Verilerin Analizi	37
 BÖLÜM IV	 39
BULGULAR.....	39
4.1. Katılımcıların Özel Eğitime İhtiyacı Olan Çocuklarının Bilgilerine Göre Yılmazlık, Psikolojik Sıkıntı ve Psikolojik Yardım Alma Niyeti Düzeylerinin Karşılaştırılması	39
4.2. Katılımcıların; Yılmazlık, Psikolojik Sıkıntı ve Psikolojik Yardım Alma Niyeti Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre Karşılaştırılması	43
4.3. Katılımcıların; Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği, Psikolojik Sıkıntı Ölçeği ve Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri Puanlarının Karşılaştırılması	54
 BÖLÜM V	 56
TARTIŞMA	56
 BÖLÜM VI	 68
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	68
6.1. Sonuç	68
6.2. Öneriler	70
6.2.1. Araştırmacılara Öneriler	70
6.2.2. Uygulayıcılara Öneriler	71
6.2.3. Anne Babalara Öneriler	72

KAYNAKÇA	73
EKLER.....	85
Ek 1: Katılımcı Bilgilendirme ve Aydınlatılmış Onam Formu	85
Ek 2: Kişisel Bilgi Formu	86
Ek 3: Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği	88
Ek 4: Psikolojik Sıkıntı Ölçeği	89
Ek 5: Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri.....	90
Ek 6: Ölçeklerin Telif Hakkı Sahiplerinden Alınmış İzinler	91
ÖZGEÇMİŞ.....	92
İNTİHAL RAPORU	93
ETİK KURUL RAPORU.....	94

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 1. <i>Araştırmanın örneklemini oluşturan katılımcıları tanımlayıcı bilgiler</i>	30
Tablo 2. <i>Normallik analizi tablosu</i>	37
Tablo 3. <i>Katılımcıların çocuklarının tanılarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	39
Tablo 4. <i>Katılımcıların çocuklarının öğrencilik statülerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	40
Tablo 5. <i>Katılımcıların çocuklarının cinsiyetlerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	40
Tablo 6. <i>Katılımcıların çocuklarının yaşlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	41
Tablo 7. <i>Katılımcıların çocuklarının tanılanma yaşlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	42
Tablo 8. <i>Katılımcıların çocuklarına yakınlıklarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	43
Tablo 9. <i>Katılımcıların yaş gruplarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	43
Tablo 10. <i>Katılımcıların öğrenim durumlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	44
Tablo 11. <i>Katılımcıların çalışma durumlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	45
Tablo 12. <i>Katılımcıların gelir gruplarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	46
Tablo 13. <i>Katılımcıların sahip oldukları çocuk sayılarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	47

Tablo 14. <i>Katılımcıların özel eğitim tanısı olan çocuk sayılarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	47
Tablo 15. <i>Katılımcıların kendi ailelerinde özel eğitim tanılı bireyin olmasına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	48
Tablo 16. <i>Katılımcıların eşi ile akrabalık bağlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	49
Tablo 17. <i>Katılımcıların fiziksel bir rahatsızlığının veya hastalığının olmasına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	49
Tablo 18. <i>Katılımcıların ruh sağlığı ile ilgili bir sorununun olmasına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	50
Tablo 19. <i>Katılımcıların psikolojik destek alma veya alıyor olmasına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	51
Tablo 20. <i>Katılımcıların, çocuğunun özel durumunu kabullenmelerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	51
Tablo 21. <i>Katılımcıların, çocuklarının özel durumlarından dolayı aile içi sorun yaşamalarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	52
Tablo 22. <i>Katılımcıların, çocuklarının özel durumlarından dolayı günlük işlerinde sorun yaşamalarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	53
Tablo 23. <i>Katılımcıların, çocuklarının yaşamlarını bağımsız sürdürecektüze geleceğini düşünmelerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması</i>	54
Tablo 24. <i>Katılımcıların; Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği, Psikolojik Sıkıntı Ölçeği ve Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri arasındaki korelasyonlar (n= 111)</i>	55

KISALTMALAR

APA	: American Psychiatric Association (Amerikan Psikiyatri Birliği)
AYDÖ	: Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği
BEP	: Bireyselleştirilmiş Eğitim Programı
BİLSEM	: Bilim ve Sanat Merkezi
CDC	: Centers for Disease Control and Prevention (Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri)
GEK	: Gerekçeli Eylem Kuramı
MEB	: Millî Eğitim Bakanlığı
MEGEP	: Mesleki Eğitim ve Öğretim Sistemini Güçlendirme Projesi
OSB	: Otizm Spektrum Bozukluğu
ÖÖG	: Özgöl Öğrenme Güçlüğü
PDK	: Planlı Davranış Kuramı
PSÖ	: Psikolojik Sıkıntı Ölçeği
PYANE	: Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri
RAM	: Rehberlik ve Araştırma Merkezi
TDK	: Türk Dil Kurumu
WHO	: World Health Organization (Dünya Sağlık Örgütü)

BÖLÜM I

GİRİŞ

Özel eğitime ihtiyacı olan bireyler; zihinsel, işitme, görme, ortopedik veya konuşma alanlarında yetersizliği veya bozukluğu olan ya da öğrenme güçlüğü ve otizm spektrum bozukluğu gibi alanlarda nörogelişimsel bozukluğa sahip bireylerdir (Demirel, 2018). Özel gereksinimli bireyler, sahip oldukları yetersizlik alanına göre zihinsel, işitme veya görme yetersizliği olan bireyler, dil-konuşma, özel öğrenme veya duygusal uyum güçlüğü yaşayan bireyler, birden fazla yetersizliği olan bireyler, süreğen hastalığı olan bireyler, sosyal uyum güçlüğü olan bireyler, dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu olan bireyler ve üstün veya özel yeteneği olan bireyler olarak farklı başlıklar altında gruplandırılmaktadırlar (Cavkaytar, 2013).

Nörogelişimsel problemler, gelişim gerilikleri, engellilik ve kronik sağlık sorunları hem yaşayanlar hem de onların aileleri için önemli psikolojik sıkıntı faktörleridir (Mandemakers ve Monden, 2010). Bunların etkileri çoğu zaman yaşam boyunca sürer. Bireyin yaşamsal aktivitelerindeki kısıtlılıklar; ilişkilerini etkiler, yaşam kalitesini düşürür, sosyal rollerinin bozulmasına neden olur ve ruhsal durumunu etkiler. Bu durumdan anne babalar da etkilenirler (Chittleborough, Winefield, Gill, Koster ve Taylor, 2011; Myklestad, Røysamb ve Tambs, 2012). Kuşkusuz insan hayatındaki en önemli olaylardan biri anne baba olmaktır. Anne babalar ailelerine bir kişinin daha katılacağını öğrendiklerinde, çocukları ve gelecekleri için plan yapmaya başlarlar. Ancak; hamilelikte, doğumda veya daha sonra çocuklarının özel gereksinimli olduğunu öğrendikleri andan itibaren zorlu bir süreçten geçmeye başlarlar (Yazıcı ve Durmuşoğlu, 2017).

Ailede özel gereksinimli çocuğun bulunması ailenin birçok işlevine etki etmekte, ailenin sorumlulukları ve aynı doğrultuda ihtiyaçları çoğalmakta ve sorunları artmaktadır (Cavkaytar, 2010). Birçok aile engelli bir çocuğu büyütmek zorluğu altında ruhsal sorunlar yaşamaktadır. Çalışmalar, bu ailelerde depresif belirtilerin ve psikolojik sıkıntıların yüksekliğini ortaya koymaktadır (Lopes-Cardozo, Gotway Crawford, Eriksson, Zhu, Sabin, Ager, Foy, Snider, Scholte, Kaiser, Olff, Rijnen ve Simon, 2012). Psikolojik sıkıntı genellikle belirli stres faktörleriyle ilişkili geçici, bunalmış olunduğunda ortaya çıkan ve hoş olmayan duygular olarak kabul edilir. Bu duygular günlük yaşantıya engel olabilir ve çevredeki insanlara verilen tepkileri etkileyebilir ve stresörler ortadan kalktığında tipik olarak azalır (Lopes-Cardozo vd., 2012).

Engelli çocukların ebeveynlerinde psikolojik sıkıntı yükü fazla ve bu yükü; düşük sosyo-ekonomik durum, yetersiz bilgi, gelecek kaygısı, bakım yükü gibi faktörler desteklemektedir. Ayrıca psikolojik yardımın olmaması da bu yükü artıran en önemli faktördür (Masulani-Mwale, Kauye, Gladstone ve Mathanga, 2018). Öte yandan ebeveynlerin ruh sağlığı sorunları yaşamaları, çocukları için olumsuz bir durumdur ve risk oluşturabilir. Ebeveynlerin aile yılmazlığının düşük olması ve psikolojik sıkıntıları yaşıyor olmaları, çocuklarına karşı negatif ebeveynlik davranışları sergilemelerine neden olabilmektedir (Yamaoka, Tamiya, Moriyama, Sandoval-Garrido, Sumazaki ve Noguchi, 2015). Ailenin güçlükler karşısında sergilediği yılmazlık düzeyi ise zorluklarla başa çıkma konusunda ailenin temel mücadelelerinin başında gelmektedir (Turan, 2017).

Yılmazlık, ciddi risk koşullarına maruz kalınmasına karşın başarılı bir şekilde iyileşme ve normal koşullara dönme yeteneğidir (Masten, 2001) ve insanların acı verici deneyimlerin üstesinden gelip iyileşmelerini, yaşamlarını kontrol etmelerini ve yaşamayı sevmeye devam etmelerini içerir (Walsh, 2016). Yılmazlık, önemli yaşam olaylarına olumlu uyumu destekleyen dinamik süreçlerdir (Luthar, 2006). Aile yılmazlığı ise hayatın güçlüklerine ve risklerine karşı başarılı biçimde ayak uydurma ve sağlıklı aile işleyişini geliştirme veya devam ettirmede aile sisteminin gücü olarak tanımlanmaktadır (Yazıcı ve Durmuşoğlu, 2017).

Özel eğitim ihtiyacı olan çocuğa sahip anne babalar, diğer anne babalara göre çocuğun özel ihtiyaçları nedeniyle daha fazla yüke sahiptirler. Bu aileler çocuklarını yetiştirme sürecinde stres, endişe vb. durumları daha fazla yaşarlar. Bu nedenle sıkıntılarını paylaşabilecekleri veya yardım alabilecekleri desteğe daha çok ihtiyaç duyarlar (Uğuz, Toros, Yazgan-İnanç ve Çolakkadıoğlu, 2004). Yaşanılan sıkıntıları çözmeye ve ruh sağlığını düzeltmeye yönelik uzmandan yardım almayı isteme, bireyin psikolojik yardım alma niyetini ortaya koyar. Psikolojik yardım alma niyeti, bireylerin ruh sağlığının düzeltilmesinde büyük önem taşımaktadır. Bireylerin yardım almaya istekli olmaları, yaşadıkları sorunlardan kurtulmalarını kolaylaştıran bir koşuldur (Topkaya, Albayrak, Yurdusever ve Bozkurt, 2020).

1.1. Problem Durumu

Özel eğitime ihtiyacı olan bir çocuğa sahip olmak tüm aile sistemini derinden etkileyen bir yaşam olayıdır. Ailenin çocuğun getirdiği sorumluluklara adapte olması, tanıyı kabul etmesi, sosyal çevreden kendini izole etmeden yardım almayı kabul edebilmesi, yaşadığı duygularla baş edebilmesi oldukça zorlu bir süreçtir (Bedir, 2018). Aileye engelli bir bireyin katılması ile başlayan bu süreç, ciddi psiko-sosyal ve ekonomik yükümlülükleri de beraberinde getirebilmektedir. Bu süreç ebeveynlerin birbirlerini suçlamaları veya ne yapacaklarını bilememeleri, aile içi ilişkilerin etkilenmesi, aile düzeninin değişmesi, yeni duruma uyumda güçlüklerle karşılaşma, toplumun engelli birey ve ailesine olumsuz bakışı gibi durumları da gündeme getirmektedir. Aile içinde yaşanan stres, eşlerin birbirlerine destek olmaması, sosyal çevre ile bağların azaltılması, çocuğun bakımının özellikle anne için fazladan enerji gerektirmesi gibi durumlar ebeveynlerde bir takım psikolojik belirtiler gözlenmesine sebep olabilir (Özbesler, 2008).

Çocuklarının bir bozukluğa sahip olduğunu öğrenen ebeveynler çocukları doğmadan önce kurdukları tüm hayallerin yıkılması ile büyük bir psikolojik yıkım yaşamakta ve bu hiç hesaba katmadıkları durumla karşı karşıya kaldıklarında bir şok sürecine girmektedirler. Bazı alanlarda yetersizlikleri olan bir çocuğun aileye katılmasıyla birlikte aile dinamikleri değişmekte, aile

bireyleri arasında roller değişmekte, ilişkiler etkilenmekte ve maddi ve manevi bazı zorlu sũreçler baş gũstermektedir. Kimi aileler bu sũreçleri gũğũslemekte gũçlũk çekmektedir (Gũrgũ, 2005). Çocuğun normal gelişim gũstermemesi, ȳncelikle ebeveynler olmak ȳzere aile içindeki bũtũn bireylerin karmaşık bir ruh haline bũrũnmesine ve ailenin birçok zorlukla karşılaşmasına yol açabilir. Engelli ocuğun doğumu ya da ilerleyen yıllarda engelinin tanılanması ile aileler ȳzellikle başlangıçta hayal kırıklığı sonrasında suçluluk, kaygı, depresyon gibi ruh sağlığını tehdit edici duyguları yaşayabilmektedirler (Gũngȳr, 2008; Altın, 2020).

ȳzel gereksinimli çocukların aileleriyle yapılan çalışmalar ailelerin farklı stres kaynaklarıyla karşı karşıya olduklarını gũstermiřtir. Bilgi eksikliği, çocuğun eğitimi, artan maddi ihtiyaçları, bakım gereksinimleri, ȳzel gereksinim alanına gȳre şekillenen toplumsal tutumlar, aile ȳyelerinin rollerindeki değişim, evlilik hayatında eşler arasında gerginlik, geleceğe ilişkin beklentilerdeki belirsizlikler ve sosyal aktivitede azalma ailelerin maruz kaldıkları ȳnemli stres kaynaklarındandır (ȳzkan, 2016). ȳzel gereksinimli bir çocuğa sahip aileler, psikolojik açıdan da sıkıntılar yaşamaktadırlar. Bu sıkıntılardan biri ve en ȳnemlisi ȳzel gereksinimli bir çocuğa sahip olmayla birlikte yaşanan kabullenme sorunudur. Bunun dışında ȳzel gereksinimli bir çocuğa sahip olduktan sonra aile ȳyelerinin derin bir ȳzũntũ yaşamaları, bu ȳzũntũnũn sağlık problemlerini beraberinde getirmesi, eşler arasında yaşanan tartışmalar, kardeşler arasında yaşanan sorunlar, ailenin ekonomik durumunun yetersiz olması aile bireylerini olumsuz etkilemekte olup onların psikolojilerinin bozulmasına neden olmaktadır (İrem, 2018).

Stresin artması ve birikmesi çaresizlik, endişe, depresyon gibi duygusal problemlere yol açmaktadır. alışmalar, ȳzel gereksinimli bireye sahip anne babalarda normal gelişim gũsteren çocuğa sahip anne babalara kıyasla somatik yakınmalar gibi semptomların ayrıca depresyon ve anksiyete bozukluğu gibi psikolojik bozuklukların daha sık gȳrũldũđũnũ ortaya koymaktadır (Eyũbođu, 2019). Karılaştıkları birçok gũçlũk karşısında aileler çaresizlik içerisine dũřebilmekte, kaygı ve depresyon belirtileri

gösterebilmekte ve yaşam kalitelerinde olumsuz yönde değişiklikler meydana gelebilmektedir (Yıldırım, 2018).

Bu süreçte engelli çocuğun bakımından daha fazla sorumlu olan ebeveyn anne olduğu için annelerin yaşadığı duygulanımlar daha yoğundur. Bu sebeple psikolojik belirtiler gösterme olasılığı babalara göre daha olasıdır. Ebeveynler yaşadığı duyguları sağlıklı bir şekilde dışa vurdukça ve sosyal destek aldıkça belirtilerde azalma görülmesi mümkündür (Bedir, 2018). Özel gereksinimli çocuğu olan ailelerin yılmazlık düzeyinin artmasının ailelerin yaşam kalitelerinin ve umutlarının üzerinde olumlu etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Demiray, 2019).

Yılmazlık; bir travma, tehdit veya parasal ailesel ilişkisel sıkıntılar, önemli sağlık sorunları gibi yoğun stres içeren durumlar karşısında kişinin uyum sağlama süreci, zorlu yaşam koşulları karşısında kendini toplama gücü, kısaca hayata dair başarılı bir uyum sağlama sürecini ifade eder. Bu kavram istenmeyen olaylara karşı bir bağıışıklık kazanma değil kötü tecrübelerden sonra iyileşme becerisidir. Özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerin yaşam biçimlerindeki köklü değişim ile oluşan stresörlerle baş edebilmelerinde psikolojik dayanıklılık düzeyleri önemli bir etmendir. Son zamanlarda psikoloji alanında yapılan çalışmalar birey ve grupların psikolojik bozuklukları değil güçlü yanlarına odaklanmaktadır (Seligman, Steen, Park ve Peterson, 2005; Rutter, 2006; Eyüboğlu, 2019).

Ebeveynlerin yaşadıkları olumsuz duygularla başa çıkabilmeleri için psikolojik destek almaları önemlidir. Psikolojik yardım alabilmedeki en önemli unsurlardan biri de psikolojik yardım alma niyetidir. Yardım alma niyeti olumlu sonuçlar almaya yönelik inanç düzeyi, sosyal damgalanma korkusu gibi birçok faktöre bağlı olarak değişebilir. Ebeveynlerin baş etme becerilerin gelişmesi ve yeni yaşamlarına adapte olabilmeleri için psikolojik yardıma başvurmaları sağlanmalıdır (Bedir, 2018).

Özel eğitime ihtiyacı olan çocukların anne babalarında yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti ilişkisinin araştırılması; ebeveynler için

yapılacak çalışmaların artırılıp hızlandırılarak onların yaşam kalitelerinin yükselmesi açısından önemlidir. Bu araştırmada, özel eğitime ihtiyacı olan çocukların anne babalarında yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti arasında anlamlı bir fark var mıdır? şeklinde oluşturulmuş olan soru cümlesi, araştırmanın temel soru cümlesini oluşturmaktadır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, özel eğitime ihtiyacı olan çocukların anne babalarında yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetinin incelenmesidir. Araştırmanın amacı kapsamında belirlenen soru cümleleri aşağıdaki gibi oluşturulmuştur.

1. Katılımcıların; özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının bilgilerine (tanıları, öğrencilik statüleri, cinsiyetleri, yaşları, tanılanma yaşları) göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

2. Katılımcıların; yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti düzeyleri ile çeşitli değişkenler (çocuklarına yakınlıkları, yaş grupları, öğrenim durumları, çalışma durumları, gelir grupları, sahip oldukları çocuk sayıları, sahip oldukları özel eğitime ihtiyacı olan çocuk sayıları, kendi ailelerinde özel eğitim tanısı almış aile üyesinin olması durumu, eşi ile akrabalık bağları, sürekliliği olan fiziksel bir rahatsızlığının veya hastalığının olması durumu, sürekliliği olan ruh sağlığı ile ilgili bir sorununun olması durumu, herhangi bir nedenle psikolojik destek alma veya alıyor olması durumu, çocuğunun özel durumunu kabullenmeleri, çocuklarının özel durumlarından dolayı aile içi sorun yaşamaları, çocuklarının özel durumlarından dolayı günlük işlerinde sorun yaşamaları, çocuklarının yaşamlarını bağımsız sürdürececek düzeye geleceğini düşünmeleri) arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

3. Katılımcıların; Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği, Psikolojik Sıkıntı Ölçeği ve Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Özel eğitim gerektiren çocuğa sahip anne babaların, çocuklarının özel konumundan dolayı yaşamsal yükleri daha fazladır ve desteğe daha fazla ihtiyaç duyarlar (Uğuz vd., 2004). Anne-babaların karşılaştıkları risk faktörlerinin ve sorunlarının belirlenip bu faktörlerin ve sorunların olumsuz etkilerini en aza indirecek koruyucu, önleyici ve tedavi edici faktörlerin artırılması gerekmektedir (Bayraklı, 2010). Çünkü bu risk faktörleri hem maruz kalanların hem de ailelerinin psikolojik sıkıntı yaşamasına neden olmakta (Mandemakers ve Monden, 2010) ve çoğu zaman yaşam boyu devam etmektedir (Myklestad vd., 2012).

Karşılaştıkları zorluklarla mücadele etme konusunda ailelerin gösterdikleri yılmazlık düzeyleri, onların temel dirençlerinin başında yer almaktadır (Turan, 2017). Psikolojik yardım almayı isteme ise ruh sağlığını düzeltmeye yönelik önemli bir adımdır ve sorunlardan kurtulmanın yolunu açmaktadır (Topkaya vd., 2020). Bu zorlu süreçte anne babaların sorunlarla başetme kararlılıklarının, stres ve hoş olmayan duygulara dirençlerinin ve psikolojik yardım alma niyetlerinin ve destek gereksinimlerinin değerlendirmesi önemlidir (Cavkaytar, 2010).

Özel eğitimle ilgili çok sayıda çalışma yapılmıştır. Ancak yerli literatür taramasında özel eğitime ihtiyacı olan çocukların anne babalarında yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti üzerine yapılmış herhangi bir çalışma bulunamamıştır. Bu çalışmanın bu konuda bir farkındalık oluşturacağı ve araştırma sonuçlarının; ebeveynler ve eğitimciler için faydalı olacağı, özel eğitime ihtiyacı olan çocuğa sahip anne babalara yönelik yapılacak çalışmalara katkıda bulunacağı, alınacak önlemlerin ya da sunulacak hizmetlerin biçimini belirlemeye destek vereceği düşünülmektedir. Ayrıca özel eğitime ihtiyacı olan çocukların anne babalarında yılmazlık ile psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti arasındaki ilişkiyi anlamının; ruh sağlığı ile özel eğitim ve rehabilitasyon alanlarında sunulan hizmetlerin etkinliğini artırmasına katkı sağlaması beklenmektedir.

1.4. Sınırlılıklar

Araştırma ve araştırmanın bütün süreçleri, Koronavirüs Hastalığı 2019 (COVID-19) Pandemisi nedeniyle dünya genelinde birçok tedbirin uygulandığı bir dönemde yapılmıştır.

Araştırma; Ankara-Etimesgut Şehit Mutlu Can Kılıç Ortaokulu'nda öğrenim gören ve özel eğitim raporu olan 111 öğrencinin velileri (anne veya babaları) ile sınırlıdır.

Araştırma; Kişisel Bilgi Formu, Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği, Psikolojik Sıkıntı Ölçeği ve Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri ile elde edilen bilgilerle sınırlıdır.

Araştırmanın verileri, uygulamanın yapıldığı 15 Temmuz – 15 Ağustos 2020 tarihleri ile sınırlıdır.

1.5. Tanımlar

Özel Eğitim: Özel eğitim ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla özel olarak yetiştirilmiş personelin, geliştirilmiş eğitim programları ve yöntemlerini kullanarak özel eğitime uygun hale getirilmiş ortamlarda gerçekleştirdikleri eğitimidir (Özel Eğitim Hakkında Kanun Hükmünde Kararname, 1997).

Özel Eğitime İhtiyacı Olan Birey: Çeşitli nedenlerle bireysel ve gelişimsel özellikler ve eğitimsel yeterlilikler açısından akranlarından beklenen düzeyden önemli ölçüde farklılaşan bireydir (Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği, 2018)

Aile Yılmazlığı: Aile yılmazlığı; hayatın güçlükleri ve riskleri ile başarılı bir şekilde mücadele etme, sağlıklı aile işleyişini geliştirme ve devam ettirmede aile sisteminin gücüdür (Yazıcı ve Durmuşoğlu, 2017).

Psikolojik Sıkıntı: Psikolojik sıkıntı, ruhsal sorunlardan anksiyete ve depresyon semptomlarıyla karakterize olmuş duygusal zarar görme olarak tanımlanmıştır (Altun, Özen ve Kuloğlu, 2019).

Psikolojik Yardım Alma Niyeti: Bireyin belirli bir psikolojik sorunla ilgili olarak gelecekte psikolojik yardım aramaya istekli olması, psikolojik yardım arama niyeti olarak tanımlanmaktadır (Rickwood, Deane, Wilson ve Ciarrochi, 2005).

BÖLÜM II

KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde, çalışmanın kavramsal çerçevesine ve konuyla ilgili yapılmış çalışmalara yer verilmiştir.

2.1. Aile Yılmazlığı

2.1.1. Yılmazlık ve Aile Yılmazlığı Kavramları

Latince “resilience” sözcüğünden türeyen yılmazlık kavramı literatürde dayanıklılık veya sağlamlık olarak da tanımlanmaktadır. Southwick, Bonanno, Masten, Panter-Brick ve Yehuda’ya (2014) göre yılmazlık karmaşık bir kavramdır. Gerçekte yılmazlık yaşamın birçok alanında farklı derecelerde kendini gösterebilir. Örneğin, bir kişi işyerinde çok dirençli olabilir; ancak kişisel hayatı veya ilişkilerinde o kadar dirençli olmayabilir. Yılmazlık; fikren görecelidir ve duruma özgüdür, etkileşimlerimize ve çevremizdeki ortama bağlı olarak zamanla değişebilir. Amerikan Psikoloji Derneği (2014; akt. Southwick vd., 2014) yılmazlığı; “zorluklara, tehditlere, travmaya, trajediye ve hatta büyük stres faktörlerine iyi uyum sağlama süreci” olarak tanımlar.

Yılmazlık; stresli olaylarla başarılı bir şekilde başa çıkarak anlamlı ve üretken bir hayata uyum sağlama, gelişme ve iyileştirme yeteneği (Masten ve Powell, 2007). Yılmazlık; zor bir durumla karşılaşıldığında güçlü bir şekilde başa çıkabilmek için aktif katılımın gerekli olduğu, zorluklar anında gelişme ve direnişin gerektiği bir süreç olarak tanımlanmaktadır Yılmazlık, gerçek yaşam zorluklarına dayanma ve karşı durabilme yeteneğidir (Walsh, 2016).

Rutter (1999), yılmazlığı koruyucu ve risk faktörleri arasındaki etkileşim sonucu meydana gelen dinamik bir kavram olarak ifade etmiş ve bu dinamik yapının yaşam olaylarının olumsuz etkilerini değiştirdiğini belirtmiştir. Normalde insanlar benzer risklerin etkisi altında kaldıklarında semptomatik ya da işlevsiz davranışlar sergilerler. Koruyucu faktörler, risk ya da zorluğun

etkisini hafifleten, azaltan veya ortadan kaldıran, bireysel yetkinlikleri ve sağlıklı uyumu geliştiren durumlar olarak bilinmektedir (Patterson, 2002).

Yılmazlık, bireyselliğin yanı sıra ailevi ve toplumsal düzeyde de ortaya çıkar. Yılmazlık aile açısından ele alındığında; bazı ailelerin riskli durum ve zorluklarla baş edemediği, bazılarının ise bu zor durumlarla daha güçlü başa çıktığı görülmektedir. Bu bağlamda aile yılmazlığı; zorluklar karşısında sağlıklı aile işleyişine uyum sağlama, hayatta kalma ve sürdürme veya geliştirme yeteneği olduğu şeklinde ifade edilebilir (Hawley, 2000).

Aile yılmazlığı, ailenin risklerine ve yaşamın zorluklarına karşı dengeyi sağlama ve başa çıkma yeteneği olarak ifade edilmektedir (Patterson, 2002). Aile yılmazlığı; ailenin dinamikleri ve gücü, karşılıklı ilişkiler ve sosyal çevreye dayanır (Simon, Murphy ve Smith, 2005). Ailenin yaşam döngüsündeki zor dönemleri başarıyla aşmak ve ailenin sürekliliğini sağlamak da aile yılmazlığı olarak bilinmektedir (Black ve Lobo, 2008). Aile yılmazlığı, kriz durumlarına uyum sağlayan ve değişim durumlarındaki engellere rağmen dirençli davranmaya yardımcı olan ailenin boyutları, karakteri ve özellikleridir (McCubbin, McCubbin ve Thompson, 1996). Yılmazlığın niteliği; ailenin herhangi bir yaşamla ilgili döngüsünde problem çözmek için geliştirilebilir, tasarlanabilir ve değerlendirilebilir (Black ve Lobo, 2008).

Aile yılmazlığı üç boyutta açıklanmaktadır. Birinci boyut, ailenin karşı karşıya kaldığı olumsuz koşulların süresidir. Bu durum kısa süreli ise "zorluk", uzun vadeli ise "kriz" olarak adlandırılır. Zorluk veya sıkıntı, ailenin var olan işlevi için nispeten önemi olmayan mücadelelere uyumu gerektiren kısa vadeli bir durumken; krizler, ailenin yaşamını ve etkinliklerini önemli derecede etkileyen temel değişikliklerdir ve düzenleme gerektiren kronikleşmiş durumlardır. İkinci boyut, ailenin bir sıkıntıyla ya da krizle karşı karşıya olduğu yaşamsal dönemdir ve bu dönem, karşı karşıya kalınan krizin ya da çabanın şeklini etkiler. Aileler, bir ömür boyu ortaya çıkan sorunların üstesinden gelmek için güçlerini kullanabildikleri halde bu güç yeterli olmayabilir. Dayanıklı aileler, stresli olaylara ve geçişlere uyum sağlamak için bireylerin, ailelerin ve içinde bulunduğu toplumun kaynaklarını ve gücünü kullanırlar. Üçüncü boyut, sorun

veya kriz sırasında ailenin kullandığı dışsal ve işsel destek kaynaklarıdır. Bir aile, yalnızca aile üyelerinin mevcut gücüne güven geliştirebilir veya aile çevresinden ve sosyal kurumlardan yardım alabilir. Akraba ve arkadaşlar dahil sosyal çevreleriyle temas halinde olan ailelerin yılmazlıklarının yüksek olduğu belirtiliyor. Aynı zamanda okullar, komşular ve sağlık hizmetleri gibi kaynaklardan sağlanan sosyal destek, aile yılmazlığının güçlendirilmesine destek olmaktadır (Simon vd., 2005).

2.1.2. Ailede Koruyucu ve İyileştirici Faktörler

Risk faktörleri ve kriz durumları ile karşı karşıya kalan aile sisteminde koruyucu ve iyileştirici faktörlerin tanımlanması, kavramsallaştırılması, ölçülmesi ve doğrulanması aile araştırmalarının odaklandığı ana konudur. Koruyucu ve iyileştirici faktörler aşağıda kısaca özetlenmiştir (McCubbin, McCubbin, Thompson, Han ve Allen, 1997):

1. *Problem çözme ile ilgili iletişim*: Ailelerin yaşamlarındaki olaylara ve değişikliklere karşı iletişimi ve baş etme becerilerini geliştirmelerini sağlar.
2. *Eşitlik*: Eşitlik tanımı içerisinde öğretilen bağımsızlık ve özgüven, cinsiyet farklılığı gözetmeksizin ailelerin uyumlarının güçlendirilmesinde rol oynar.
3. *Maneviyat*: Dini inançlar veya kültürel değerler, ailelerin krizleri farklı şekilde yorumlamalarına imkân sağlar.
4. *Esneklik*: Kriz anlarında uyumu ve dengeyi sağlamak için aileler; rollerini sorumluluklarını, hayat tarzlarını, görevlerini ve kurallarını değerıştirmelidirler.
5. *Açıklık*: Dengeli iletişim, ailelerin dengeyi ve anlaşmayı sürdürmeleri için temeldir ve sağlıklı ailelerde iletişim; açık, doğrudan ve aileye özğüdür.
6. *Umut*: Ailede değerışiklik yapan veya sistemi tehdit eden olaylarla karşılaşan ailelerin, geleceği umutsuz görme veya belirsiz hissetme olasılıkları yüksektir.

7. *Ailenin yılmazlığı*: Krizle veya risk faktörleri ile karşılaşıldığında aileyi oluşturan sistemin sınırları zorlanır. Aile, ortak güçlerini ve hedeflerini bir araya getirerek iş birliği yapmalı ve kendine güvenmelidir.

8. *Ailenin birlikte zaman geçirmesi ve alışkanlıkları*: Uyum ve denge ortamı oluşturacak istikrar ve beklentilere ulaşmak için tüm aile sistemleri günlük aktivitelere yer vererek birlikte vakit geçirmeye çalışırlar.

9. *Sosyal destek*: Saygı, iletişim, takdir etme, fedakârlık, koruyucu bağlılık, aidiyet ve duygusal destek, sosyal destek faktörünün içinde yer alır.

10. *Sağlık*: Aileyi oluşturan üyelerin fiziksel ve ruhsal sağlık ve esenlikleri ile dayanıklılıklarının geliştirilmesini içerir.

2.1.3. Aile Yılmazlığını Açıklayan Kuramlar

Aile yılmazlığını açıklayan kuramlardan biri, “Ailede Stres, Değişim Yapma ve Uyum Sağlama ile ilgili Yılmazlık Modeli”dir. Bu model, neden bazı ailelerin diğerlerinden daha güçlü olduğunu ve kriz durumlarına ve strese daha iyi uyum sağlayabildiğini tanımlamak ve açıklamak için geliştirilmiştir. Yılmazlık modelinde, değişim meydana getirme ve uyum sağlama (adaptasyon) olarak iki aşama vardır (McCubbin vd., 1996).

1. *Değişim yapma aşaması*: Ailenin stresli duruma ilk tepkilerini hesaba katar. Ailenin işlevlerini yerine getirmesinde yaptığı kısa ve küçük değişikliklerle stres faktörünü yönetmeyi amaçlar. Fakat stres oluşturan faktör ailenin işlevselliğinde büyük değişiklikler gerektiriyorsa ve uyumsuzluk varsa, aile bir kriz yaşar ve modelin adaptasyon aşaması başlar (McCubbin vd., 1996).

2. *Adaptasyon aşaması*: Yılmazlık modelinin adaptasyon aşaması uyumsuzluk içerisinde olan aileleri içerir. Bu aşamada ailelerin, stresli durumlarla baş edebilmeleri için işlevsellik örüntülerinde mecburi değişiklikler yapmaları gerekmektedir. Aile uyumu; ailenin kriz veya stresli bir durum sonrasında yeniden bir denge, uyumluluk ve işlevsellik düzeyine ulaşma

çabasıdır. Ailedeki destek, saygı, güven, aidiyet ve bütünlük gibi ortak güçler ve yeterlilikler; mevcut işlevsellik örüntülerini değiştirerek, aile kaynaklarını genişletir ve aile yeni başa çıkma stratejileri geliştirerek sağlıklı bir uyum sağlar. Sağlıklı bir uyum oluşmadığı zaman, aileler uyumsuzluğun oraya çıktığı ve yaşandığı kriz durumuna tekrardan dönerler (McCubbin vd., 1996).

Aile yılmazlığını açıklamaya çalışan bir diğer kuramcı Walsh (2016) ise aile yılmazlığını, fonksiyonel bir birim olan ailenin baş etme ve uyum süreci olarak ifade etmektedir. Walsh (2016), aile yılmazlığında üç alana vurgu yapar: Aile inanç sistemleri, iletişim süreçleri ve örgütsel örüntüler.

1. Aile inanç sistemleri: Aile inanç sistemleri üç faktöre dayanmaktadır: a) Olumsuzluğu anlamlandırmak; sıkıntıyı, krizi değerlendirmeyi, bütünlük duygusunu, birleştirici değerleri ve iyileşmeyi içerir. b) Olumlu bakış açısı; iyimserlik, sebat etme, cesaret ve güce odaklanmayı ifade eder. c) İnanç; dini ritüelleri, genişletilmiş değerleri, inancı ve dönüşümü içerir (Walsh, 2016).

2. Aile iletişim süreçleri: Aile iletişim tarzları şunlardır: a) Belirsiz durumların açıklanması; açık ve uygun mesajları içeren açıklığı ifade eder. b) Ailenin duygusunu ifade etme yeteneği; açık duygusal ifadeler, karşılıklı empati ve mizahı gösterir. c) İşbirlikçi problem çözme; karar verme, yaratıcı beyin fırtınası, yapılandırılmış çatışma çözümü, sorunları veya krizleri önlemek için girişimi ve gelecekteki olası zorluklara hazırlık yapmayı içerir (Walsh, 2016).

3. Örgütsel örüntüler: Örgütsel örüntüler üç faktöre dayanmaktadır: a) Esneklik; kararlı bir şekilde yeni bir denge oluşturma yeteneğidir. b) Taahhüt; karşılıklı destek olma, bireyin ihtiyaçlarına saygı, yakınlığın yenilenmesi ve güçlü liderlik anlamına gelir. c) Mali güvenlik; toplumla ilişkiler ve genişletilmiş sosyal destek dahil sosyal ve finansal kaynaklardır (Walsh, 2016).

2.1.4. Aile Yılmazlığını Artıran Faktörler

Rutter (1999), müdahaleler yoluyla güçlendirilebilecek dört genel koruyucu mekanizma belirlemiştir. Bu mekanizmalar aile sistemlerine uyarlanarak, aile

yılmazlığında anahtar işlemlerin nasıl gerçekleştirileceği belirlenir. Bu mekanizmalar şunlardır:

1. *Risk faktörlerini azaltma*: Strese maruz kalmayı azaltma, tehdit edici durumları öngörüp hazırlanma, bilgi verme ve yıkıcı inançları değiştirme.
2. *Sürekli etki ve daha fazla kriz riskini artıran olumsuz tepkileri azaltma*: Uyumsuz baş etme stratejilerinin değiştirilmesi, tampon stres etkileri; yastık etkisi, engellerin üstesinden gelme.
3. *Koruyucu aile süreçlerini güçlendirme ve güvenlik açıklarını azaltma*: Ailenin güçlü yönlerini, fırsatlarını ve yeteneklerini geliştirme, kaynakları toplama ve harekete geçirme, yeniden oluşturma, yeniden düzenleme ve yeniden yönlendirme, olası ve öngörülmeyen yeni zorluklara hazır olma.
4. *Sorunları başarıyla çözerek ailesel ve bireysel gururu artırma*: İş birliğiyle yeterlilik, güven ve bağlantı kazanma, zaman içinde zorlukları yönetme.

Uygulamaya dönük aile yılmazlığı yaklaşımının, aile sistemi modelleriyle birçok ortak yönü vardır. Bunlar; güçlü tarafları ve kaynakları belirlemek, iş birliğine dayalı bir süreci vurgulamak ve kaynak oluşturmak için çaba harcamaktır (Walsh, 2016). Aile yılmazlığı yaklaşımında travmatik olayların, yıkıcılığı olan geçişlerin ve aşırı stresli şartların; ailenin işleyişine ve üyelerin yaşadığı zorluklar üzerindeki etkilerine odaklanılmaktadır. Bu yaklaşım ayrıca risk, savunmasızlık ve direnç üzerindeki gelişimsel, sosyo-kültürel ve çok kuşaklı etkileri de içerir. Müdahale, yaşamsal zorluklarla başa çıkmada ailenin büyümesini ve gelişmesini hedefler (Arslan, 2020).

2.2. Psikolojik Sıkıntı

2.2.1. Psikolojik Sıkıntı Kavramı

Psikolojik sıkıntı; ruh sağlığının bir göstergesi olarak halk sağlığı, epidemiyolojik ve klinik çalışmalarda yaygın şekilde kullanılmaktadır. Buna

rağmen psikolojik sıkıntı kavramı hala belirsizliğini korumaktadır (Drapeau, Marchand ve Beaulieu-Prévost, 2012). Psikolojik sıkıntı, anksiyete ve depresyon semptomlarıyla birlikte görülen duygusal yönden zarar görme olarak tanımlanmıştır (Altun vd., 2019). Psikolojik sıkıntı, depresyon semptomları (Örneğin; üzüntü, ilgi kaybı, umutsuzluk) ve anksiyete (Örneğin; huzursuzluk ve gerginlik) ile birlikte ortaya çıkan bir duygusal ıstırap durumu olarak tanımlanabilir (Mirowsky ve Ross, 2002).

Psikolojik sıkıntının tanımlanmasında ek ölçütler kullanılmış ancak bu ölçütlerde fikir birliği sağlanamamıştır. Özellikle stres-sıkıntı modelinin teorisyenleri, psikolojik sıkıntının tanımlayıcı özelliklerinin; fiziksel veya zihinsel sağlığı tehdit eden stresli bir olaya maruz kalma, bu stresörle etkili bir şekilde baş edememe ve bunun sonucunda ortaya çıkan duygusal kargaşa olduğunu öne sürmektedir (Horwitz, 2007). Bu teorisyenler, stres etkeni ortadan kalktığında veya bir birey bu stresörle etkili bir şekilde başa çıkmaya başladığında psikolojik sıkıntının ortadan kalktığını savunmaktadırlar (Ridner, 2004). Stresin sıkıntı üzerindeki etkisini doğrulayan pek çok kanıt vardır; ancak stresin sıkıntı tanımına dahil edilmesi, stresin yokluğunda sıkıntının varlığını anlamayı zorlaştırır (Drapeau vd., 2012).

Psikiyatrik nozolojide psikolojik sıkıntının durumu belirsizdir ve bilimsel literatürde uzun süre tartışılmıştır. Diğer yandan psikolojik sıkıntı, bireylerin sosyal işlevselliğini ve günlük yaşamını etkileyebilecek duygusal bir rahatsızlık olarak da görülmektedir (Wheaton 2007). Bu nedenle, ilişkili risk ve koruyucu faktörleri belirlemeye çalışan çok sayıda çalışmanın konusu olmuştur. Öte yandan sıkıntı, bazı psikiyatrik bozukluklar (Örneğin; obsesif-kompulsif bozukluklar; travma sonrası stres bozukluğu) için tanısal bir kriterdir ve günlük yaşamdaki bozulmayla birlikte, diğer bozukluklardaki semptomların (Örneğin; majör depresyon, yaygın anksiyete bozukluğu) ciddiyetinin bir işaretidir (Phillips 2009, Watson 2009). Bu nedenle psikolojik sıkıntı, çoğunlukla psikiyatrik bir bozukluğun tanı kriterlerini karşılayan semptomlarla birlikte olduğunda tıbbi bir endişe olmaktadır. Aksi takdirde, stres-sıkıntı modeline uygun olarak, strese karşı “normal” duygusal tepkiye karşılık gelen geçici bir fenomen olarak kabul edilir (Drapeau vd., 2012).

Psikolojik sıkıntının prevalansını saptamak, psikolojik sorunların çeşitliliği nedeniyle zordur. Çalışmalardan elde edilmiş olan bilimsel veriler, psikolojik sıkıntı prevalansının %5-27 arasında olduğunu göstermektedir. Yaygınlığı çoğu ülkede erkeklere göre kadınlarda daha yüksektir (Drapeau vd., 2012).

2.2.2. Psikolojik Sıkıntıda Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler

Genel popülasyondaki psikolojik sıkıntının epidemiyolojisine ilişkin risk ve koruyucu faktör üç kategoriye ayrılmıştır: (1) Sosyo-demografik faktörler, (2) stresle ilgili faktörler ve (3) kişisel kaynaklar. Sosyo-demografik faktörler, doğuştan gelen (örneğin; cinsiyet, yaş, etnik köken) veya bireylerin sosyal yapıdaki rolünü yansıtan özellikleridir. Bu faktörler, önleme veya müdahale programları için hedeflenebilecek psikolojik sıkıntı riski altındaki nüfusların en yaygın göstergeleridir. Stresle ilgili faktörler, bireylerin psikolojik iyilik hali üzerinde stres oluşturan olayları ve yaşam koşullarını kapsar. Kişisel kaynaklar, psikolojik sıkıntıların ortaya çıkmasını önlemek için bireylere sunulan kaynakları kapsar. Bu üç tür faktör tamamlayıcı olabilir. Örneğin, yoksulluk stresli bir yaşam koşulu olarak görülürken, gelir kişisel bir kaynak olarak görülür (Chittleborough vd., 2011, Myklestad vd., 2012).

Sigara ve alkol kullanımı, sıkıntı yükünü hafifletmek için kullanılabilir; ancak aynı zamanda bunlar sıkıntı oluşturabilir. Kentsel ve kırsal alanlarda, yaşanan çevre ortamının rolünü araştıran az sayıda çalışma vardır. Kırsal-kent ayrımı genellikle ekonomik dezavantaj ve kaynaklara erişimin önündeki engeller olarak kullanılır (Caron ve Liu, 2011).

Çeşitli çalışmalarda ayrımcılığın psikolojik sıkıntı için bir risk faktörü olduğu gösterilmiştir. Etnik damgalamanın etkileri arasında öz güven kaybı, yeterli barınma, gelir ve istihdam gibi bireylerin sağlığına ve psikolojik refahına katkıda bulunan sosyal kaynaklara daha az erişim yer alır. Çalışmalar, kadınların ve erkeklerin ayrımcılığa farklı tepkiler verebileceklerini göstermektedir. Örneğin; işini yapmasına izin verilmeyen erkeklerde ortalama sıkıntı düzeyi yüksek iken, bu oran kadınlarda daha yüksektir (Gonzalez-Castro ve Ubillos, 2011).

Çalışma, psikolojik sıkıntıya karşı koruyucu bir faktördür. Aynı zamanda çalışmanın; becerinin kullanımını, sosyalleşmeyi ve hedefler için finansal kaynakları ve fırsatları sağladığı da bilinmektedir. İşsizler, psikolojik sıkıntı riski taşıyan bir grup olarak görülüyor (Phongsavan, Chey, Bauman, Brooks ve Silove, 2006). Genel olarak bir eşle yaşamak, daha düşük düzeyde bir psikolojik sıkıntı ile ilişkilidir (Caron ve Liu, 2011). Bununla birlikte; boşanmış, ayrılmış veya dul kalmış bireyler evli olanlara göre daha yüksek sıkıntı düzeyi bildirme eğilimindedirler (Walters, McDonough ve Strohschein, 2002). Yalnız yaşayan insanların yalnız yaşamayanlara göre daha yüksek psikolojik sıkıntı bildirme eğilimi vardır (Paul, Ayis ve Ebrahim, 2006). Ebeveyn rolünün psikolojik sıkıntı üzerindeki etkisi kısmen tartışmalıdır. Çünkü ebeveyn rolünün değerlendirilmesi karmaşıktır (Jorm, Windsor, Dear, Anstey, Christensen ve Rodgers, 2005).

Stresli olaylara veya yaşam koşullarına maruz kalmak, sosyal gruplar arasında farklılık göstermekle birlikte stresörlere maruz kalmanın ruh sağlığı üzerindeki etkisi ve stresle başa çıkmak, mevcut kaynaklara bağlı olarak değişmektedir. Örneğin; iş kaybı, evliliğin çöküşü, aile ve işle ilgili çatışmalar gibi yaşam geçişleri; ergenler, genç yetişkinler, çalışma yaşındaki yetişkinler ve yaşlılar gibi belirli bir yaş grubuna özgü stres kaynakları çeşitli stres faktörlerini oluştururlar. Çocukluk çağı sıkıntıları, kişisel veya ailevi hastalıklar, biriyle yaşanan sorunlar, işle ilgili sorunlar, arkadaş veya aileyle çatışmalar ve ailede ölüm psikolojik sıkıntı için risk faktörleridir. Bazı faktörlerin etkisi (örneğin; yoksulluk, sosyal izolasyon, çocukluk çağı travması) o kadar güçlüdür ki ömür boyu hissedilir (Drapeau vd., 2012).

Yaşlılar için kronik stres, ergenler için akademik performansla ilgili stres, okul ve arkadaş zorbalığı, çocuklar için ebeveyn boşanması, çocukluk çağı travmaları, aile içi şiddet psikolojik sıkıntı için başlıca risk faktörleri olarak ortaya çıkmaktadır (Cairney ve Krause 2005; Myklestad vd., 2012).

Yoksulluk; ruhsal, zihinsel ve fiziksel sağlığı etkiler. Çünkü insanları yeterli yiyecek, giyecek ve hizmet satın almaktan alıkoyar, kişinin benlik saygısını ve yaşamı üzerindeki kontrol hissini etkiler, sosyal dışlanmanın bir nedeni

olabilir ve stresli olaylar olasılığını artırabilir. Ekonomik ve duygusal açıdan savunmasız bireylerin toplumun alt sosyoekonomik katmanlarına sürüklenme ihtimali vardır. Düşük gelir ve sosyo-ekonomik durumun sıkıntı için bir risk faktörü olduğu çalışmalarda defalarca gösterilmiştir (Caron ve Liu, 2011).

Nörogelişimsel problemler, gelişim gerilikleri, engellilik ve kronik sağlık sorunları hem yaşayanlar hem de onların aileleri için önemli psikolojik sıkıntı faktörleridir (Mandemakers ve Monden, 2010). Bunların etkileri çoğu zaman yaşam boyunca sürer. Bireyin yaşamsal aktivitelerindeki kısıtlar, ilişkilerini etkiler, yaşam kalitesini düşürür, sosyal rollerinin bozulmasına neden olur ve ruhsal durumunu etkiler (Chittleborough vd., 2011; Myklestad vd., 2012).

Kişisel kaynaklar iki kategoriye ayrılabilir; iç kaynaklar ve dış kaynaklar. İç kaynaklar, benlik saygısı ve kişinin yaşamı üzerindeki kontrol duygusu gibi güçlü bir kişilik bileşenine sahip kaynakları kapsar. Bu kaynaklar, travmatik bir olay durumunda geçici veya kalıcı olarak parçalansalar da yaşam süresi boyunca nispeten sabittir (Gadalla, 2009; Jorm vd., 2005). Dış kaynaklar; sosyal ilişkiler, sosyal destek ve gelir gibi kaynakları içerir. Genel olarak sosyal destek, bireylerin psikolojik iyiliği için sosyal ilişkilerden daha gerekli görünmektedir (Caron ve Liu, 2011; Gadalla, 2009). Sıkıntıya düştüğünde yardım edecek veya yol gösterecek birinden yoksun olanların, sağlığı ile ilgilenecek veya bakacak kimsesi olmayanların, ebeveyn ilgisi yetersiz veya olmayan çocukların ve ergenlerin, kimsesiz yaşlıların, sosyal rolleri bozulanların, engellilerin ve ailelerinin, iş yaşamı bozulan ve gelir kaybı yaşayanların; psikolojik sıkıntı olasılığı daha yüksektir. Aile ve arkadaş desteğinin, eğitimin ve gelirin koruyucu bir faktör görevi vardır (Mandemakers ve Monden, 2010; Myklestad vd., 2012; Caron ve Liu, 2011).

2.3. Psikolojik Yardım Alma Niyeti

2.3.1. Psikolojik Yardım Alma Niyeti Kavramı

Davranışsal niyet, bireyin belli bir davranışı yapma veya yapmama eğilimini gösterir (Kaça, Amado, Kıkıcı, Cilasin, Dağ, Leylek ve Şahin, 2009).

Psikolojik yardım alma konusunda ise bireylerin psikolojik yardım alma ya da almama eğilimini gösterir (Topkaya, 2011). Bireyin belirli bir psikolojik sorunla ilgili olarak gelecekte psikolojik yardım aramaya istekli olması, psikolojik yardım arama niyeti olarak tanımlanmaktadır (Rickwood vd., 2005). Psikolojik yardım alma niyetini, psikolojik yardım almaya yönelik tutumlar (örneğin, davranış yapma konusundaki öznel değerlendirmeler), öznel kurallar (örneğin, davranış hakkında algılanan sosyal beklentiler) ve algılanan davranışsal kontrolleri (örneğin, davranış üzerindeki kişisel kontrol tahminleri) etkiler. Psikolojik yardım alma niyeti ise psikolojik yönden yardım alma davranışını şekillendirir. Planlı Davranış Kuramı, bireyin gerçek davranışının en önemli yordayıcısının niyet olduğunu söylemektedir (Ajzen, 1991; akt. Topkaya vd., 2020).

Psikolojik yardım alma niyetini etkileyen bireysel faktörlerin yanında çevresel faktörlerin de olduğu görülmektedir. Algılanan sosyal destek, çevresel faktörlerden bir tanesini oluşturmaktadır. Bireylerin ve ailelerin, profesyonel birinden psikolojik yardım almak yerine başka sosyal destek kaynaklarına (arkadaş, tanıdık, aileler) psikolojik yardım almak üzere başvurdukları ve oralardan destek aradıkları ve aldıkları bilinmektedir. Profesyonel olmayan psikolojik yardım kaynaklarının başında, aileler ve arkadaşlar yer almaktadır. (Topkaya ve Büyükgöze-Kavas, 2015).

2.3.2. Psikolojik Yardım Alma Niyeti ile İlgili Faktörler

Psikolojik yardım almayı kavramsallaştırmanın bir şekli, yardım arama kararını bir yaklaşma ve bir kaçınma çatışması olarak görmektir. Kushner ve Sher (1989), psikolojik yardım arama eylemini bir yaklaşma ve kaçınma çatışması olarak kavramsallaştıran ilk araştırmacılarıdır (Vogel, Wester ve Larson, 2007). Kushner ve Sher'e göre, yaklaşım faktörleri (Örneğin, bir kişinin rahatsızlık düzeyini ve bu rahatsızlığını azaltma arzusu) yardım arama niyetini artırabilir; diğer yandan, kaçınma faktörleri (Örneğin, insanların yaşadıkları tedavi korkuları) kişinin yardım arama niyetini azaltabilir ve yardıma başvurma niyetini ortadan kaldırabilir (Topkaya, 2011).

2.3.2.1. Kaçınma Faktörleri

Psikolojik yardım arama niyetiyle ilgili birçok kaçınma faktörleri tespit edilmiştir. Bu faktörler içerisinde; sosyal damgalanma algısı, tedavi korkuları ve bir ruh sağlığı uzmanına kendini açmaktan beklenen fayda ve risk ilk sıralarda yer almaktadır (Topkaya, 2011).

Psikolojik yardım alma ile ilgili temel kaçınma faktörlerinden biri olan sosyal damgalanma, psikolojik yardım alan kişinin sosyal olarak kabul edilemez ya da istenmeyen biri olduğuna dair algıdır (Vogel, Wade ve Hackler, 2007). Yapılan çalışmalarda sosyal damgalanma algısının, verilen ruh sağlığı hizmetlerinden yararlanmaya engel olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca bireyin sosyal damgalanma korkusu arttıkça, psikolojik yardım almaya yönelik olumsuz tutumlarının arttığı ve psikolojik yardım arama niyetinin azaldığı tespit edilmiştir. Psikolojik danışmaya yönelik sosyal damgalanma algısıyla psikolojik yardım arama niyeti arasında anlamlı ve negatif bir ilişki vardır (Hobson, 2008; Miville ve Constantine, 2007).

İkinci sıradaki kaçınma faktörü ise tedavi korkularıdır. Psikolojik yardım almaya yönelik pozitif bir tutum olsa bile, bireyler psikolojik yardım aramaya isteksiz olabilirler. Bunun nedeni, danışmanlık sürecinin zor ve genellikle riskli bir girişim olmasıdır ki bu bazı kişilerde kaçınma veya korkuya neden olabilir (Kushner ve Sher, 1989). Kushner ve Sher (1989) tedavi korkularını üç faktör olarak ele almışlardır: 1) Terapistin tepkisi: Terapistin yeterliliğine ve profesyonelliğine dair korkular, 2) İmaj problemleri: Yardım aldığı için kendisi ve başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme korkusu ve 3) Zorlanma sorunu: İnsanların kendi iradeleri dışında düşünmeye, yapmaya veya bir şey söylemeye zorlanacağı korkusu. Kushner ve Sher, yüksek düzeyde psikolojik rahatsızlığı olan kişilerin daha çok korktuğunu ve kadınların erkeklerden daha çok korkmalarına rağmen, daha fazla yardım alma davranışı gösterdiklerini belirtmektedirler.

Üçüncü sırada yer alan kaçınma faktörü olan 'bir ruh sağlığı uzmanına kendini açmaktan beklenen fayda ve risk'in temel varsayımı; bireylerin

danışmadan beklentilerinin, psikolojik yardım arama niyetlerini etkilemesidir. Beklenen fayda ve risk, bir bireyin psikolojik yardım arama niyetini etkileyen iki önemli değişkendir. Beklenen fayda, bireylerin ruh sağlığı uzmanından yardım almanın yararlı olacağına ilişkin algıları olarak tanımlanmaktadır. Çalışmalarda daha önce psikolojik yardım almayan bireylerin, danışmanlık almanın faydalarına ilişkin beklentilerinin düşük olabileceği belirtilmektedir (Vogel, Wester ve Larson, 2007). Öte yandan beklenen risk ise bireylerin kendilerini ruh sağlığı uzmanına açmalarının olası tehlikelerine ilişkin algıları olarak tanımlanmaktadır. Yapılan çalışmalarda kendini açmadan beklenen fayda ve riskin psikolojik yardım almaya yönelik tutumları etkilediği belirlenmiştir (Shaffer, Vogel ve Wei, 2006; Vogel ve Wester, 2003). Çalışmalarda kendini açmaktan beklenen sonuçların, ruh sağlığı hizmetlerinin kullanımı ile de ilgili olduğu ve duyguları ifade etmekten beklenen yararların psikolojik yardım alma niyetini etkilediği bulunmuştur. Öte yandan duyguları ifade etme riskinin, travmatik deneyimleri olan kişilerin psikolojik yardım alma niyetlerini etkilediği bulgulanmıştır (Vogel, Wade ve Hackler, 2008).

2.3.2.2. Yaklaşma Faktörleri

Yaklaşma faktörleri içerisinde yer alan en önemli faktör, psikolojik rahatsızlıktır. Araştırmalar, psikolojik rahatsızlığın psikolojik yardım alma niyetinde tek başına etkili olmadığını belirtmektedirler. Örneğin; intihara eğilimi yüksek olanların psikolojik yardım alma niyetlerinin ve psikolojik yardım alma olasılıklarının düşük olduğu bulunmuştur (Vogel ve Wester, 2003; Vogel, Wester, Wei ve Boysen, 2005). Kushner ve Sher (1989) göre psikolojik rahatsızlık ile tedavi korkuları arasında pozitif bir ilişki vardır.

Bireylerin ruhsal bir sorunu nedeniyle bir uzmandan psikolojik yardım almaya karar verme süreçleri, çeşitli kişisel veya sosyal faktörlere bağlı olan ve birçok şekillerde kavramsallaştırılabilen karmaşık bir süreçtir (Atkinson, 2007). Bu faktörlerin ne şekilde çalıştığını anlamak için kullanılan teorik çerçevelerden bir tanesi Azjen ve Fishbein'in Gerekçeli Eylem Kuramı (GEK) ve Azjen'in Planlı Davranış Kuramı (PDK)'dır. Genel olarak bu teorilerden;

tutumlara, öznel normlara ve algılanan davranışsal kontrole dayalı olarak karar verebilmeyi belirlemek için etkin bir şekilde yararlanılmaktadır (Ajzen, 1991; akt. Topkaya, 2011).

Tutumlar psikolojide, davranışın temel belirleyicilerinden bir tanesi olarak kabul edilse de davranışı açıklada tek başına yeterli değildir. Gerekçeli Eylem Kuramı ve bu teorinin genişletilmiş şekli olan Planlı Davranış Kuramı'na göre tutum ile davranış arasındaki ilişkiyi anlayabilmek için ara koşullara dikkat edilmelidir (Ajzen, 1985; akt. Kaça vd., 2009). Planlı Davranış Kuramı'na göre bireylerin belli tarzdaki eylemlere ilişkin niyeti, davranışın belirleyicisidir. Kişinin belirli bir davranışı yapmaya veya yapmamaya yönelik eğilimini davranışsal niyet anlatır. Örneğin; psikolojik yardım alma eğilimi olmayan kişilerden doğal olarak psikolojik yardım alma davranışı göstermeleri beklenmez. PDK, niyetin birbirinden bağımsız üç öncülünü öne sürer. Birincisi davranışa dair tutumlardır ve kişinin davranışları iyi veya kötü olarak değerlendirmesi olarak ifade edilmektedir. Psikolojik yardım almayı destekleyen ve aynı zamanda olumlu bulan kişilerden, ihtiyaç duyduğu zaman psikolojik yardım alması beklenir.

İkincisi öznel normdur ve davranışı yapmak veya yapmamak için algılanan sosyal baskıyı ifade eder. Bu durum, kişilerin davranışı gerçekleştirme neticesinde başkalarından nasıl bir tepki göreceğine dair beklentisi olarak düşünülebilir. Mesela; birey için önemli olan kişilerin veya grupların (aile, arkadaş grupları ve öğretmenleri gibi), kişinin psikolojik yardım almasını destekleyip desteklemeyeceğine ya da onaylayıp onaylamayacağına ilişkin görüşleri, o davranışı göstermeye niyet etmesinin önemli bir belirleyicisidir.

Üçüncüsü algılanan davranışsal kontroldür ve Gerekçeli Eylem Kuramına daha sonra dahil edilmiş ve bu kuramın Planlı Davranış Kuramı olarak adlandırılmasında rol oynamıştır. Bir davranışı göstermenin birey için ne kadar kolay veya zor olarak algılandığını, algılanan davranışsal kontrol anlatır. Bu durum bireyin, söz konusu davranışı göstermesinin ne denli kendi kontrolü altında olduğuna dair inancıdır (Ajzen, 1991; akt. Kaça vd., 2009).

Gerekçeli Eylem Kuramı, tutumları niyetlerden ayırır. Bazıları psikolojik yardıma şüpheli bir şekilde yaklaşırsa da yine de psikolojik yardım alabilirler. Öte yandan, bazı insanlar psikolojik yardıma olumlu bir şekilde yaklaşırsa da psikolojik yardım almayabilirler. Diğer bir deyişle, tutumlar her zaman davranışla sonuçlanmaz (Vogel ve Wester, 2003). Bu durumun tersi olarak, niyetlerin davranışları daha çok temsil ettiği söylenebilir (Ajzen, 1991; akt. Topkaya, 2011). Bu nedenle, yaklaşma ve kaçınma faktörlerinin tutumlar üzerindeki etkilerini incelemek tek başına yeterli değildir. Aynı zamanda kişilerin gerçek niyetleri üzerinde etkili olan tutumların rollerini de değerlendirmek önemlidir. Tutumların psikolojik yardım alma niyetini etkilediğini çalışmalar göstermiştir (Vogel ve Wester, 2003).

2.4. İlgili Araştırmalar

Yetersizliği olan çocuğa sahip ailelerin zorluklarla mücadele etmek için gerekli olan bilgi, beceri ve motivasyonun; ailenin öğrenim düzeyine bağlı olarak arttığı bazı çalışmalarda (Zeteroğlu; 2006; Sencar, 2007) bildirilmektedir. Kurt, Tekin, Koçak, Koçak, Kaya, Özpuat ve Önat (2008) çalışmalarında, engelli çocuğa sahip ebeveynlerin; gelecek kaygılarının olduğunu ve çocukla ilgili sürekli bir yaralanma veya kaza yapma korkusu yaşadıklarını tespit etmişlerdir.

Upadhyaya ve Havalappanavar'ın (2008) çalışmasında; gelirin düşük olması daha çok stres ve işlevsizlikle ilişkilendirilmiş ve düşük gelirin psikolojik sağlamlık düzeyini olumsuz olarak etkilediği ve psikolojik sıkıntıları artırdığı bildirilmiştir. Coşkun ve Akkaş (2009) yaptıkları çalışmalarında, annelerin kaygılarının yoğun olduğunu ve yardım arama ile kaygı düzeyi arasında ters ilişki olduğunu, ebeveynlerin yaşının arttıkça yardım aramanın azaldığını saptamışlardır.

Çengelci'nin (2009) araştırmasının sonuçları, engelli çocuğa sahip çalışan ebeveynlerdesıkıntı, tükenmişlik, yorgunluk, motivasyon kaybı vb. durumlarının daha fazla olduğunu göstermektedir. Lee ve arkadaşları (2009) çalışmalarında, yılmazlık düzeyine en güçlü etkiyi yapan faktörün gelir düzeyi

olduğunu belirtmekte ve yüksek gelir durumunun yılmazlık düzeyini olumlu bir şekilde etkilediğini vurgulamaktadırlar. Ruhsal ve fiziksel yönden sağlıklı olma durumu ile psikolojik sıkıntı ve yılmazlık arasındaki ilişkiyi değerlendirmişler ve sağlıklı olmanın yılmazlık düzeyini arttırdığını ve psikolojik sıkıntıları azalttığını belirtmişlerdir. Ayrıca psikolojik sıkıntı ile yılmazlık arasında ters yönlü bir ilişki olduğu yani yılmazlık düzeyi arttıkça psikolojik sıkıntı düzeyinin azaldığı sonucunu elde etmişlerdir.

Yılmazlıkla ilgili çalışmaların bir kısmında yetişkin erkeklerin veya babaların, yetişkin kadınlara veya annelere göre daha yılmaz oldukları belirtilirken (Campbell-Sills, Forde ve Stein, 2009; Lee, Shen ve Tran, 2009; Boyraz ve Sayger, 2011), bazılarında (Friborg, Hjemdal, Rosenvinge ve Martinussen, 2003) bu durumun tersine kadınların daha yılmaz oldukları görülmektedir. Bazı araştırmalarda (Sezgin, 2009; Sojo ve Guarino, 2011; Turan, 2017) ise cinsiyetin yılmazlıkla ilgili farklılık unsuru olmadığı belirtilmektedir.

Yetersizliği olan çocuğa sahip ailelerin yılmazlık düzeylerini belirlemeye yönelik yapılan bazı araştırmalarda (Campbell-Sills vd., 2009; Lloyd ve Hastings, 2009) yaşın artması ile birlikte yılmazlığın da arttığı görülmektedir. Bununla birlikte genç yaştaki bazı yetişkinlerin kendilerini daha yılmaz olarak algıladıklarını belirten çalışmalar (Lee vd., 2009) da bulunmaktadır. Diğer taraftan yılmazlığın, yaş değişkeni ile ilişkisinin olmadığını ve yaştan bağımsız olduğunu ortaya koyan çalışmaların (Boyraz ve Sayger, 2011; Sojo ve Guarino, 2011; Turan, 2017) varlığı da söz konusudur.

Vogel ve Armstrong'un (2010) araştırmasının sonuçları, psikolojik sıkıntının artmasının psikolojik yardım alma niyetini artırdığını ve psikolojik sıkıntının, psikolojik yardım almada etkisi olan önemli bir değişken olduğunu göstermektedir. Bathje ve Pryor'un (2011) araştırmasının sonuçları, psikolojik yardım alma ile ilgili tutumun pozitif olmasının psikolojik yardım alma niyetini artırdığını göstermektedir.

Kaner, Bayraklı ve Güzeller (2011) yaptıkları çalışmada, normal gelişim gösteren çocuğa sahip anne babalara göre kronik problem yaşayan çocuğa

sahip anne babaların mücadele etme, yılmazlık ve iyimserlik düzeylerinin daha düşük olduğunu bildirmişlerdir. Ayrıca, bu araştırmacılar çocuğun kronik probleminin olmasının, anne babaların psikolojik sıkıntı algısını da negatif yönde etkilediğini ifade etmektedirler.

Erkan, Özbay, Cihangir-Çankaya ve Terzi (2012) çalışmalarında, kadınların ve daha önce psikolojik yardım almış olan bireylerin psikolojik yardım alma niyetlerinin daha yüksek olduğunu belirlemişlerdir. Bu çalışma, psikolojik yardım alma ile ilgili tutumun pozitif olmasının psikolojik yardım alma niyetini artırdığını da göstermektedir. Yıldırım, Hacıhasanoğlu-Aşıl ve Karakurt (2013) araştırmalarında, anne babaların psikolojik yardım arama düzeyleri çocuklarının cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermiş ve erkek çocuğu olan anne babalarda psikolojik yardım arama düzeyi, kız çocuğu olan anne babalara göre daha yüksektir.

Bildirici (2014) çalışmasında, anne babalarda çalışma durumu ve çocuğun yaşı ile yılmazlık düzeyleri arasında bir farklılık görememiştir. Anne-babaların eğitim düzeylerinin artıkça yılmazlık düzeyleri artmaktadır. Ayrıca çocukların engel durumları nedeniyle bakımları zorlaştıkça ya da zihinsel veya fiziksel yetersizlikleri arttıkça, ebeveynlerin sağlık durumları bundan etkilenmekte ve yılmazlıkları azalmaktadır. Diğer yandan ailedeki çocuk sayısındaki artış, ebeveynlerin yaşadığı problemleri de arttırmaktadır.

Topkaya (2014) çalışmasında, kadınların psikolojik yardım alma niyetinin daha yüksek olduğunu bulgulamış ve daha önce psikolojik yardım almış olan bireylerin psikolojik yardım alma niyetinin daha yüksek olduğu belirlemiştir. Araştırma sonuçları; psikolojik yardım alma ile ilgili tutumun olumlu olmasının psikolojik yardım alma niyetini artıracağını, psikolojik sıkıntının psikolojik yardım alma niyetini yordadığını, psikolojik sıkıntının artmasının psikolojik yardım alma niyetini artıracağını ve psikolojik sıkıntının psikolojik yardım alma niyetinde etkili olan önemli bir değişken olduğunu göstermiştir.

Weitlauf, Vehorn, Taylor ve Warren (2014) araştırmalarında, anne baba eğitiminin, engeli kabullenici tutumları artırdığını tespit etmişlerdir. Arellano,

Denne, Hastings ve Hughes (2017) çalışmalarında; gelecekte beklenenleri olan, geleceğe umutla bakan ve çocuğun yaşantısında kendilerini etkili bir yerde gören anne babaların daha az stres ve sıkıntı yaşadıkları bulgusuna ulaşmışlardır.

Ektaş (2017) çalışmasında; çalışma durumu, eğitim düzeyi ve çocuğun özel durumu nedeniyle aile içinde sorun yaşama ile yılmazlık arasında bir ilişki bulunamamıştır. Günlük işlerini organize etmede sorun yaşamayan annelerin yılmazlıklarının; günlük işlerini organize etmede sorun yaşayan annelere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca ailede özel eğitime ihtiyacı olan birinin olması, ailelerin ruh sağlığını zorlayıcı durumlardan biridir. Çocukların geleceği ve kendine yetememe durumu gibi konularda ebeveynler, kaygı yaşadıklarını ifade etmişlerdir.

Turan (2017) OSB tanısı almış ve almamış çocukların ebeveynleri ile yaptığı çalışmada, ebeveynlerin eğitimi durumları ile aile yılmazlıkları arasında anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşmıştır. Anne babalarda aylık gelir, çalışma durumu, ailedeki çocuk sayısı ve çocuğun yaşı ile yılmazlık düzeyleri arasında bir farklılık görememiştir.

Yazıcı ve Durmuşoğlu'nun (2017) çalışmasında, özel gereksinimi olan çocuğa sahip aileler; çocuklarının arkadaşlık ilişkilerinde, etkinliklere katılımda ve özbakımda sorun yaşadıklarını belirtmişlerdir. Bu durum aileleri kaygılandırmaktadır. Dur ve Mutlu (2018) çalışmalarında, çocuğunun özel eğitime ihtiyacı olduğunu öğrenen anne babaların kabullenme sürecine kadar sıkıntılı bir süreç yaşadıklarını belirtmektedirler. Kurt (2018) çalışmasında özel eğitime ihtiyacı olan çocuğa sahip olmanın, aile içi dinamikleri ve aile üyelerinin psikolojik süreçlerini etkilediği sonucuna ulaşmıştır.

Reichow, Hume, Barton ve Boyd (2018) çalışmalarında, erken müdahale hizmetlerinin çocukların önemli becerileri erken dönemde öğrenmelerine yardımcı olduğunu tespit etmişler ve bu durum aynı zamanda ebeveynlerin yaşayacağı sıkıntılara erken müdahale anlamına da gelmektedir.

Demiray (2019) çalışmasında, özel gereksinimli çocuğu olan ailelerde çocuk sayısı ile yaşanan sıkıntılar arasında negatif ilişki bulmuştur. Ailelerin yılmazlık düzeyleri arttığında yaşam kalitesi de artmaktadır. Buna göre ailelerin çocuk sayısı arttıkça yaşanan sıkıntılar ve ebeveynlerin bakım yükü artmaktadır. Ayrıca birden fazla engelli çocuğa sahip anne babaların yaşam kalitesinin tek engelli çocuğu olan anne babalardan daha düşük olduğu sonucunu elde etmiştir. Diğer yandan akrabalarda engel gruplarının görülme riski, diğerlerine oranla daha fazla olabilir.

Mustafaoğlu-Çiçek'in (2019) araştırmasında, anne-babaların eğitim düzeyleri artıkça yılmazlık düzeylerinin de arttığı görülmüştür. Anne ve babaların yılmazlık düzeyleri arttıkça daha az depresyon, kaygı ve stres yaşadıklarına işaret etmekte; yılmazlık düzeyi yüksek olan ebeveynlerin genellikle uyumlarının iyi olduğunu ve aile içinde daha az sorun yaşandığını ve aile içi sorumluluklardaki paylaşımın daha fazla olduğunu belirtmektedir. Yavuz'un (2019) araştırmasında, anne babaların psikolojik yardım arama düzeyleri; çocuklarının tanı alma yaşlarına ve cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Buna göre erkek çocuğu olan anne babalarda psikolojik yardım arama düzeyi kız çocuğu olanlara göre daha yüksektir.

Hassamancıoğlu, Akın, Yoldaş ve Şahin (2020) çalışmalarında, özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yılmazlık düzeylerinin yüksek olduğu bulgusuna ulaşmışlardır. Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri raporuna (CDC, 2020) göre akraba evlilikleri engel grupları için risk oluşturmaktadır. Hyman, Levy ve Myers (2020) çalışmalarında, çocukları mümkün olduğunca erken izleme, tarama, değerlendirme ve teşhis etmenin önemli olduğunu belirtmekte ve sıkıntılara erken müdahalenin önemine dikkat çekmektedirler. Yıldırım (2020) araştırmasında; gelir düzeyi, çocuğun yaşı, çocuğun erken tanılanması ve ailedeki çocuk sayısı ile anne babaların psikolojik sıkıntı yaşamaları arasında düşük düzeyde bir ilişkinin olduğunu bulmuştur.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeli, evren ve örneklem, veri toplama araçları, veri toplama süreci, verilerin analizi ve etik konular yer almaktadır.

3.1. Araştırma Modeli

Araştırmanın amacı, özel eğitime ihtiyacı olan çocukların anne babalarında yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetinin incelenmesidir. Araştırmanın amacı doğrultusunda araştırmada, nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeli kullanılmıştır.

Tarama modelleri, geçmişte veya günümüzde var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlamış olan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmacı olay, nesne ve bireyleri değiştirmeden ve onlara deneysel bir müdahalede bulunmadan oldukları gibi onları tanımlamaya çalışır (Büyüköztürk, Çakmak-Kılıç, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2012).

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, Ankara ili Etimesgut ilçesindeki ortaokullarda öğrenim gören ve özel eğitim raporu olan öğrencilerin velileri (anne veya babaları) oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemi ise Etimesgut Şehit Mutlu Can Kılıç Ortaokulu'nda öğrenim gören ve özel eğitim raporu olan 121 öğrencinin velileri arasından, amaçsal örnekleme yöntemi ile belirlenmiş ve araştırmaya gönüllü olarak katılımları sağlanmış 111 veli (anne veya baba) oluşturmuştur.

Amaçsal örnekleme, olasılı ve seçkisiz olmayan bir örnekleme yöntemidir ve çalışmaların amacına bağlı olarak bilgi açısından zengin durumların seçilerek derinlemesine araştırma yapılmasına olanak tanır (Büyüköztürk vd., 2012).

Araştırmanın katılımcılarını tanımlayıcı bilgiler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1.*Araştırmanın örneklemini oluşturan katılımcıları tanımlayıcı bilgiler*

Katılımcıları Tanımlayıcı Bilgiler	n	%
Özel eğitime ihtiyacı olan çocuğun tanısı		
Zihinsel yetersizlik	27	24,3
İşitme yetersizliği	3	2,7
Görme yetersizliği	5	4,5
Bedensel yetersizlik	4	3,6
Özel öğrenme güçlüğü	23	20,7
Dil ve konuşma güçlüğü	8	7,2
Otizm spektrum bozukluğu	18	16,2
Down sendromu	6	5,4
Birden fazla yetersizlik	17	15,3
Özel eğitime ihtiyacı olan çocuğun öğrencilik statüsü		
Kaynaştırma öğrencisi	90	81,1
Özel eğitim sınıfı öğrencisi	21	18,9
Özel eğitime ihtiyacı olan çocuğun cinsiyeti		
Kız	38	34,2
Erkek	73	65,8
Özel eğitime ihtiyacı olan çocuğun yaşı		
11 yaşında	26	23,4
12 yaşında	24	21,6
13 yaşında	14	12,6
14 yaşında	31	27,9
15 yaşında	16	14,4
Özel eğitime ihtiyacı olan çocuğun tanılanma yaşı		
1 – 2 yaş	44	39,6
3 – 4 yaş	43	38,7
5 – 6 yaş	8	7,2
7 – 8 yaş	16	14,4
Anne veya babanın çocuğa yakınlığı		
Anne	64	57,7
Baba	47	42,3
Anne veya babanın yaş grubu		
26 – 35 yaş	26	23,4
36 – 45 yaş	67	60,4
46 – 55 yaş	15	13,5
56 – 65 yaş	3	2,7
Anne veya babanın öğrenim durumu		
İlkokul	21	18,9
Ortaokul	10	9,0
Lise	36	32,4
Lisans	36	32,4
Lisans üstü	8	7,2

Anne veya babanın çalışma durumu		
Ev hanımı	38	34,2
Memur	24	21,6
İşçi	24	21,6
Serbest meslek	12	10,8
İşsiz	7	6,3
Emekli	6	5,4
Anne veya babanın gelir grubu		
Geliri olmayanlar	4	3,6
Asgari ücret (2020 yılı net 2.324,70 TL)	13	11,7
2.325,00 – 5.000,00 TL	58	52,3
5.001,00 – 7.500,00 TL	15	13,5
7.501,00 – 10.000,00 TL	17	15,3
10.001,00 – 15.000,00 TL	4	3,6
Anne veya babanın sahip olduğu çocuk sayısı		
1 çocuk	14	12,6
2 çocuk	62	55,9
3 çocuk	26	23,4
4 ve üzeri çocuk	9	8,1
Anne veya babanın sahip olduğu özel eğitime ihtiyacı olan çocuk sayısı		
1 çocuk	105	94,6
2 çocuk	6	5,4
Anne veya babanın kendi ailelerinde özel eğitim tanısı almış aile üyesinin olması		
Evet	28	25,2
Hayır	83	74,8
Anne veya babanın eşi ile akrabalık bağı		
Akrabalık bağı yok	87	78,4
Kuzen	9	8,1
Yakın akraba	7	6,3
Uzak akraba	8	7,2
Anne veya babanın sürekliliği olan fiziksel bir rahatsızlığının veya hastalığının olması		
Evet	8	7,2
Hayır	103	92,8
Anne veya babanın sürekliliği olan ruh sağlığı ile ilgili bir sorununun olması		
Evet	9	8,1
Hayır	102	91,9
Anne veya babanın herhangi bir nedenle psikolojik destek alma veya alıyor olma durumu		
Evet	21	18,9
Hayır	90	81,1
Anne veya babanın çocuğunun özel durumunu kabullenmesi		
Evet	96	86,5
Hayır	15	13,5

Anne veya babanın çocuğunun özel durumundan dolayı aile içi sorun yaşama durumu		
Evet	39	35,1
Hayır	72	64,9
Anne veya babanın çocuğunun özel durumundan dolayı günlük işlerinde sorun yaşama durumu		
Evet	61	55,0
Hayır	50	45,0
Anne veya babanın çocuğunun yaşamını bağımsız sürdüreceğ düzeye geleceğini düşünmesi		
Evet	62	55,9
Hayır	49	44,1
Toplam	111	100,0

Katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının tanılarında ilk sıralarda zihinsel yetersizlik (24,3), özel öğrenme güçlüğü (%20,7), otizm spektrum bozukluğu (%16,2) ve birden fazla yetersizlik (%15,3) yer almaktadır. Çocukların çoğunluğu kaynaştırma öğrencisi (%81,1) ve erkektir (%65,8). Çocuklardan 14 yaşında olanlar ilk sırada (%27,9) yer alırken bu yaşı sırasıyla 11 yaşında olanlar (%23,4), 12 yaşında olanlar (%21,6), 15 yaşında olanlar (%14,4) ve 13 yaşında olanlar (%12,6) takip etmektedir. Çocukların büyük çoğunluğu (%78,3) 4 yaşına kadar tanılanmıştır.

Katılımcıların çoğunluğu anne (%57,7) ve 36-45 yaş grubunda (%60,4) yer almaktadırlar. Katılımcıların öğrenim durumlarında lise (%32,4) ve lisans (%32,4) mezunu olanlar eşit olup, bunu ilköğretim (%18,9) mezunu olanlar takip etmektedir. Katılımcılardan ev hanımı olanlar ilk sırada (%34,2) yer alırken, bunu eşit bir şekilde memur (%21,6) ve işçi (%21,6) olanlar izlemektedir. Katılımcıların yarısından fazlası (%52,3) 2.325,00-5.000,00 TL gelir grubunda yer almakta, yarısından fazlası (%55,9) 2 çocuk sahibi, büyük bir çoğunluğunun (%94,6) 1 çocuğu özel eğitime ihtiyaç duymakta, çoğunluğunun (%74,8) kendi ailelerinde özel eğitim tanısı almış aile üyesi bulunmamakta ve çoğunluğunun (%78,4) eşi ile akrabalık bağı yoktur.

Katılımcıların büyük bir çoğunluğunun sürekliliği olan fiziksel bir rahatsızlığı veya hastalığı (%92,8) ve ruh sağlığı ile ilgili bir sorunu (%91,9) bulunmamakta ve çoğunluğu (%81,1) herhangi bir nedenle psikolojik destek almamış veya almamaktadır.

Katılımcıların çoğunluğu (%86,5) çocuğunun özel durumunu kabullenirken, %13,5'i çocuğunun özel durumunu kabullenememiştir. Katılımcıların çoğunluğu (%64,9) çocuğunun özel durumundan dolayı aile içi sorun yaşamakta ve yarıdan fazlası (%55) çocuğunun özel durumundan dolayı günlük işlerini organize etmede sorun yaşamaktadırlar. Katılımcıların yarıdan fazlası (%55,9) çocuğunun yaşamını bağımsız sürdürecektik düzeye geleceğini düşünmekle birlikte %44,1'i çocuğunun yaşamını bağımsız sürdürecektik düzeye geleceğini düşünmemektedir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırma verileri; Kişisel Bilgi Formu, Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği (AYDÖ), Psikolojik Sıkıntı Ölçeği (K10-PSÖ) ve Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri (PYANE) kullanılarak elde edilmiştir.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu, araştırmayı yapan tarafından hazırlanmıştır. Sorular, özel eğitim tanısı olan çocuklara yönelik bilgi alıcı (tanısı, öğrencilik statüsü, cinsiyeti, yaşı, tanılanma yaşı) ve özel eğitim raporu olan çocukların anne ve babalarını tanımlayıcı (çocuklarına yakınlıkları, yaş grupları, öğrenim durumları, çalışma durumları, gelir grupları, sahip oldukları çocuk sayıları, sahip oldukları özel eğitime ihtiyacı olan çocuk sayıları, kendi ailelerinde özel eğitim tanısı almış aile üyesinin olması durumu, eşi ile akrabalık bağları, sürekliliği olan fiziksel bir rahatsızlığının veya hastalığının olması durumu, sürekliliği olan ruh sağlığı ile ilgili bir sorununun olması durumu, herhangi bir nedenle psikolojik destek alma veya alıyor olması durumu, çocuğunun özel durumunu kabullenmeleri, çocuklarının özel durumlarından dolayı aile içi sorun yaşamaları, çocuklarının özel durumlarından dolayı günlük işlerinde sorun yaşamaları, çocuklarının yaşamlarını bağımsız sürdürecektik düzeye geleceğini düşünmeleri) nitelikte oluşturulmuştur.

Kişisel bilgi formunda toplam 21 soru yer almaktadır.

3.3.2. Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği (AYDÖ)

Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği (AYDÖ), ailelerin dayanıklılık düzeylerini ölçmek için Walsh'un (1998) aile yılmazlığı teorisine dayalı olarak Sixbey (2005) tarafından geliştirilmiştir. 66 madde ve 9 alt maddeden oluşan birinci faktör analizi uygulaması istenilen sonucu vermemiş ve sonuç olarak maddeler azaltılmış ve faktör analizi yeniden yapılmıştır. Böylece toplam varyansın %30.06'sını açıklayan 54 madde ve altı alt boyuttan oluşan yeni bir yapıya ulaşılmıştır. Ölçekten elde edilen toplam puan 66 puan ile 188 puan arasındadır. Ölçek 4'lü Likert tipi ölçektir ve maddelerin bazıları (33, 37, 45 ve 50. maddeler) tersten puanlanmaktadır. Ölçekteki her bir maddeden alınan puanın toplanması, genel bir puan verir. Yüksek puanlar ailede yılmazlığın yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçek toplamının iç tutarlık katsayısı 0,96, alt boyutlarının iç tutarlılık katsayısı ise .70 ile .96 arasında değişmektedir. "Aile İçi İletişim ve Sorun Çözme" α .96, "Sosyal ve Ekonomik Kaynakları Kullanma" α .85, "Pozitif Bakışı Devam Ettirme" α .86, "Aile Bağlılığı" α .70, "Aile Ruhsallığı" α .88 ve "Sıkıntıyı Anlamlandırabilme" α .74 olarak bulunmuştur (Cihan-Güngör, 2014).

Ölçeğin (AYDÖ) Türkçeye uyarlanması, geçerliği ve güvenirliği Cihan-Güngör (2014) tarafından yapılmıştır. Tüm ölçeğin güvenirliği için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .95, alt ölçekler için .48 ile .96 arasında değişmekte ve yarı yarıya güvenirliği .83 olarak bulunmuştur. Bulgular, Türkçeye uyarlanan ölçeğin güvenilir ve psikometrik olarak kabul edilebilir düzeylerde geçerli olduğunu göstermektedir.

3.3.3. Psikolojik Sıkıntı Ölçeği (K10-PSÖ)

Psikolojik Sıkıntı Ölçeği (K10-PSS); Kessler ve arkadaşları (2002) tarafından geliştirilmiştir. Katılımcıların umutsuzluk, sinirlilik, üzüntü, yorgunluk ve değersizlik gibi belirtileri görme sıklığını ölçer. Spesifik olmayan psikolojik sıkıntı ile ilgili 10 sorudan oluşur ve görüşmeden önceki dört hafta içinde bir kişinin yaşadığı depresif belirtilerin düzeyini ölçmeyi amaçlar. En düşük 10 ve en yüksek 50 puan, 5'li Likert tipi ölçekten elde edilir. Yüksek puanlar daha

fazla ruhsal sıkıntıya göstermektedir (Wooden, 2009; aktaran Altun vd., 2019). Ölçeğin elde edilen Cronbach alfa 0.93 değeri ile mükemmel iç tutarlılığa ve güvenilirliğe ve AUC 0.955 ile mükemmel ayırt etme gücüne sahip olduğu bulunmuştur (Altun vd., 2019).

Ölçek Türkçeye Altun ve arkadaşları (2019) tarafından uyarlanmıştır. (2019). Katılımcıların ölçeğe verdikleri yanıtların ortalama puanı $21,8 \pm 10,7$, ölçeğin Cronbach alfa katsayısı ile değerlendirilen iç tutarlılık katsayısı 0,95, ROC eğrisi altında kalan alan 0,958, Spearman-Brown yarı yarıya test güvenilirliği 0.93 ve test-tekrar test korelasyon katsayısı 0.89'dur. Madde toplam puan korelasyonlarının 0.720-0.887 arasında değiştiği görülmüştür ve K10-PSÖ skoru >20 kesim noktası için %92,0 duyarlılık ve %90,4 seçicilik belirlenmiştir. Sonuçlar, ölçeğin özellikle psikolojik sıkıntı olmak üzere depresyon ve anksiyete bozukluklarının saptanması, taranması ve tedavisinin izlenmesinde geçerli ve güvenilir bir ölçek olarak kullanılabileceğini göstermektedir.

Ölçekten en düşük 10 ve en yüksek 50 puan elde edilebilir. K10'a verilen cevaplara göre psikolojik sıkıntı düzeyi; 10-19 puan muhtemel iyi, 20-24 puan muhtemel hafif ruhsal rahatsızlık, 25-29 puan muhtemel orta ruhsal rahatsızlık ve 30-50 puan muhtemel ağır ruhsal rahatsızlık olarak yorumlanmaktadır (Altun vd., 2019).

3.3.4. Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri (PYANE)

Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri (PYANE) Topkaya (2011) tarafından geliştirilmiş ve üç boyut altında toplanmıştır. Bu boyutlar; "İlişkisel", "travmatik" ve "duyuşsal ve davranışsal" sorunlardır. Ölçeğin güvenilirlik çalışması kapsamında envanterin tamamı için hesaplanan Cronbach Alpha katsayısı 0.84'tür. İlişkisel problemler alt boyutu için Cronbach Alpha katsayısı .76 olarak; travmatik problemler alt boyutunun Cronbach Alpha katsayısı .72 ve duyuşsal ve davranışsal problemler alt boyutunun Cronbach Alpha katsayısı .68 olarak hesaplanmıştır (Topkaya, 2011).

Ölçeğin, yetişkinlerin psikolojik yardım alma niyetini ölçebilecek maddelerden oluştuğu ve psikometrik özelliklerinin yeterli olduğu görülmüştür. Envanterin toplam puanı 12 ile 48 arasında; ilişkisel problemler için 4 ile 16 arasında; travmatik problemler alt boyutu için 3 ile 12 arasında ve duyuşsal ve davranışsal problemler alt boyutu için 5 ile 20 arasında değişmektedir. Envanterden alınan yüksek puan, psikolojik yardım alma niyetinin yüksek olduğunu göstermektedir.

3.4. Veri Toplama Süreci

Araştırmanın uygulamasına Yakın Doğu Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'nun 03.07.2020 tarih ve YDÜ/SB/2020/694 sayılı kararı sonrası başlanmış ve Ankara-Etimesgut Şehit Mutlu Can Kılıç Ortaokulu Müdürlüğü ve ölçeklerin telif hakkı sahiplerinden gerekli izinler alınmıştır.

Şehit Mutlu Can Kılıç Ortaokulu müdürü, müdür yardımcıları, rehber öğretmenler, sınıf öğretmenleri, branş öğretmenleri ve özel eğitim öğretmenleri; uygulama öncesinde araştırma hakkında bilgilendirilmişler ve onların yardım ve destekleri alınmıştır.

Bu araştırmanın verilerinin, yüz yüze görüşme tekniği kullanılarak toplanması planlanmıştır ancak Covid-19 Pandemisi nedeniyle bu uygulama yapılamamış ve yerine online erişim kullanılmıştır. Bunun için okul idaresinden özel eğitim raporu olan öğrencilerin velilerinin (anne veya babalarının) telefon bilgileri alınmış, tümveliler telefonla tek tek aranmış ve araştırma hakkında bilgilendirilmişlerdir.

Araştırmaya katılmayı kabul eden velilerin e-posta adreslerine veya whatsapp uygulamalarına <https://docs.google.com/forms> üzerinde hazırlanan veri toplama araçlarının linki gönderilmiştir. Link gönderiminden önce velilere araştırma hakkında bilgi verilmiş ve velilerin sözel onamları alınmıştır. Ayrıca “Bilgilendirme ve Aydınlatılmış Onam Formu”, online web tabanının ilk sayfasına konulmuş ve katılımcılara “sonraki” butonuna basmalarının formu okuyup kabul etikleri anlamına geldiği belirtilmiştir.

Araştırmanın verileri, uygulamanın yapıldığı 15 Temmuz – 15 Ağustos 2020 tarihleri arasında toplanmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Katılımcılardan elde edilen veriler SPSS 22.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Anlamlılık düzeyi .05 olarak kabul edilmiş ve araştırmaya katılanların değişkenlere ilişkin dağılımları frekans analiziyle gösterilmiştir. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğine bakılmış ve normal dağılım göstermediği görülmüştür. Normallik analizi Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2.

Normallik analizi tablosu

	n	Mean	sd	Skewness	Kurtosis
Özel eğitime ihtiyacı olan çocuğun tanısı	111	4,99	2,843	-,172	-1,267
Özel eğitime ihtiyacı olan çocuğun öğrencilik statüsü	111	1,19	,393	1,609	,599
Özel eğitime ihtiyacı olan çocuğun cinsiyeti	111	1,66	,477	-,674	-1,575
Özel eğitime ihtiyacı olan çocuğun yaşı	111	12,88	1,419	,016	-1,400
Özel eğitime ihtiyacı olan çocuğun tanılanma yaşı	111	1,96	1,026	,895	-,295
Anne veya babanın çocuğa yakınlığı	111	1,42	,496	,314	-1,936
Anne veya babanın yaş grubu	111	1,95	,693	,561	,753
Anne veya babanın öğrenim durumu	111	3,00	1,214	-,404	-,826
Anne veya babanın çalışma durumu	111	2,50	1,482	,802	-,231
Anne veya babanın gelir grubu	111	2,36	1,102	,445	,101
Anne veya babanın sahip olduğu çocuk sayısı	111	2,27	,786	,511	,060
Anne veya babanın sahip olduğu özel eğitime ihtiyacı olan çocuk sayısı	111	1,05	,227	3,998	14,244
Anne veya babanın kendi ailelerinde özel eğitim tanısı almış aile üyesinin olması	111	1,75	,436	-1,157	-,675
Anne veya babanın eşi ile akrabalık bağı	111	1,42	,900	2,024	2,764
Anne veya babanın sürekliliği olan fiziksel bir rahatsızlığının veya hastalığının olması	111	1,93	,260	-3,355	9,425
Anne veya babanın sürekliliği olan ruh sağlığı ile ilgili bir sorununun olması	111	1,92	,274	-3,112	7,823
Anne veya babanın herhangi bir nedenle psikolojik destek alma veya alıyor olma durumu	111	1,81	,393	-1,609	,599

Anne veya babanın çocuğunun özel durumunu kabullenmesi	111	1,14	,343	2,164	2,731
Anne veya babanın çocuğunun özel durumundan dolayı aile içi sorun yaşama durumu	111	1,65	,480	-,631	-1,631
Anne veya babanın çocuğunun özel durumundan dolayı günlük işlerinde sorun yaşama durumu	111	1,45	,500	,202	-1,996
Anne veya babanın çocuğunun yaşamını bağımsız sürdürecektüze geleceğini düşünmesi	111	1,44	,499	,239	-1,979
AYDÖ TOPLAM	111	168,17	29,977	-1,048	1,618
PSÖ TOPLAM	111	24,54	8,227	,238	-,771
PYANE TOPLAM	111	32,16	7,639	-,268	-,164

Verilerin normal dağılım göstermemesi nedeniyle araştırmanın önemlilik kontrolünde; ikili karşılaştırmalar Mann-Whitney U analizi, çoklu karşılaştırmalar Kruskal-Wallis H analizi ve ölçek puanları arasındaki ilişkinin belirlenmesi ise Spearman Korelasyon analizi ile test edilmiştir.

Araştırmada özel eğitime ihtiyacı olan çocukların tanılanma yaşları, velilerin yaşları ve velilerin aylık ortalama gelirleri anlamlı bir şekilde gruplandırılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde araştırma sonucunda elde edilen bulgulara ve bu bulgulara ilişkin açıklamalara yer verilmiştir.

4.1. Katılımcıların Özel Eğitime İhtiyacı Olan Çocuklarının Bilgilerine Göre Yılmazlık, Psikolojik Sıkıntı ve Psikolojik Yardım Alma Niyeti Düzeylerinin Karşılaştırılması

Katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının bilgilerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti düzeylerinin karşılaştırılmasına aşağıda yer verilmiştir.

Tablo 3.

Katılımcıların çocuklarının tanılarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	df	X ²	p
Yılmazlık	Zihinsel yetersizlik	27	52,48	8	4,709	,788
	İşitme yetersizliği	3	47,17			
	Görme yetersizliği	5	80,40			
	Bedensel yetersizlik	4	68,13			
	Özel öğrenme güçlüğü	23	55,24			
	Dil ve konuşma güçlüğü	8	57,63			
	Otizm spektrum bozukluğu	18	54,11			
	Down sendromu	6	64,42			
	Birden fazla yetersizlik	17	52,41			
	Zihinsel yetersizlik	27	59,57			
Psikolojik Sıkıntı	İşitme yetersizliği	3	55,33	8	11,664	,167
	Görme yetersizliği	5	54,10			
	Bedensel yetersizlik	4	54,13			
	Özel öğrenme güçlüğü	23	56,98			
	Dil ve konuşma güçlüğü	8	34,50			
	Otizm spektrum bozukluğu	18	61,81			
	Down sendromu	6	24,58			
	Birden fazla yetersizlik	17	65,18			
	Zihinsel yetersizlik	27	44,59			
	İşitme yetersizliği	3	55,00			
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	Görme yetersizliği	5	28,90	8	11,779	,161
	Bedensel yetersizlik	4	64,50			
	Özel öğrenme güçlüğü	23	65,54			
	Dil ve konuşma güçlüğü	8	52,25			
	Otizm spektrum bozukluğu	18	59,67			
	Down sendromu	6	51,00			
	Birden fazla yetersizlik	17	67,00			

*p≤0,05

Katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının tanılarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları Kruskal-Wallis H testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının tanılarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 4.

Katılımcıların çocuklarının öğrencilik statülerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Yılmazlık	Kaynaştırma öğrencisi	90	56,77	5109,00	876,000	,603
	Özel eğitim sınıfı öğrencisi	21	52,71	1107,00		
Psikolojik Sıkıntı	Kaynaştırma öğrencisi	90	55,41	4986,50	891,500	,687
	Özel eğitim sınıfı öğrencisi	21	58,55	1229,50		
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	Kaynaştırma öğrencisi	90	56,84	5116,00	869,000	,566
	Özel eğitim sınıfı öğrencisi	21	52,38	1100,00		

* $p\leq 0,05$

Katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının öğrencilik statülerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları Mann-Whitney U testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının öğrencilik statülerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 5.

Katılımcıların çocuklarının cinsiyetlerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Yılmazlık	Kız	38	56,12	2132,50	1382,500	,978
	Erkek	73	55,94	4083,50		
Psikolojik Sıkıntı	Kız	38	51,87	1971,00	1230,000	,329
	Erkek	73	58,15	4245,00		
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	Kız	38	51,09	1941,50	1200,500	,245
	Erkek	73	58,55	4274,50		

* $p\leq 0,05$

Katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının cinsiyetlerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları Mann-Whitney U testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının cinsiyetlerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 6.

Katılımcıların çocuklarının yaşlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	df	χ^2	p
Yılmazlık	11 yaşında	26	48,31	4	8,725	,068
	12 yaşında	24	44,73			
	13 yaşında	14	68,79			
	14 yaşında	31	60,24			
	15 yaşında	16	66,00			
Psikolojik Sıkıntı	11 yaşında	26	71,42	4	16,028	,003*
	12 yaşında	24	63,73			
	13 yaşında	14	34,11			
	14 yaşında	31	47,53			
	15 yaşında	16	54,91			
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	11 yaşında	26	53,88	4	4,753	,314
	12 yaşında	24	63,38			
	13 yaşında	14	60,00			
	14 yaşında	31	57,53			
	15 yaşında	16	41,91			

* $p\leq 0,05$

Katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının yaşlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları Kruskal-Wallis H testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının yaşlarına göre yılmazlık ve psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>0,05$).

Katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının yaşlarına göre psikolojik sıkıntı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($\chi^2_{PS}=16,028$; $p\leq 0,05$). Bu farkın hangi gruplar arasında olduğuna dair yapılan Post Hoc Testlerinden Tamhane's T2 testine göre 11 ve 12 yaşlarında özel

eğitime ihtiyacı olan çocuğa sahip anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeyleri, 13 yaşında özel eğitime ihtiyacı olan çocuğa sahip anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeylerinden daha yüksektir. Bu sonuca göre 11 ve 12 yaşlarında özel eğitime ihtiyacı olan çocuğa sahip anne veya babaların, 13 yaşında özel eğitime ihtiyacı olan çocuğa sahip anne veya babalardan daha fazla ruhsal sıkıntı yaşadıkları söylenebilir.

Tablo 7.

Katılımcıların çocuklarının tanılanma yaşlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	df	χ^2	p
Yılmazlık	1 – 2 yaş	44	58,51	3	,851	,837
	3 – 4 yaş	43	53,60			
	5 – 6 yaş	8	50,25			
	7 – 8 yaş	16	58,41			
Psikolojik Sıkıntı	1 – 2 yaş	44	44,11	3	10,148	,017*
	3 – 4 yaş	43	62,55			
	5 – 6 yaş	8	66,50			
	7 – 8 yaş	16	65,84			
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	1 – 2 yaş	44	62,28	3	5,522	,137
	3 – 4 yaş	43	47,53			
	5 – 6 yaş	8	52,88			
	7 – 8 yaş	16	63,03			

*p≤0,05

Katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının tanılanma yaşlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları Kruskal-Wallis H testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının tanılanma yaşlarına göre yılmazlık ve psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir (p>0,05).

Katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının tanılanma yaşlarına göre psikolojik sıkıntı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($\chi^2_{PS} = 10,148$; p≤0,05). Bu farkın hangi gruplar arasında olduğuna dair yapılan Post Hoc Testlerinin hiçbirinden sonuç alınamamıştır.

4.2. Katılımcıların; Yılmazlık, Psikolojik Sıkıntı ve Psikolojik Yardım Alma Niyeti Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre Karşılaştırılması

Katılımcıların yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre karşılaştırılması aşağıda verilmiştir.

Tablo 8.

Katılımcıların çocuklarına yakınlıklarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Yılmazlık	Anne	64	54,28	3474,00	1394,000	,511
	Baba	47	58,34	2742,00		
Psikolojik Sıkıntı	Anne	64	59,05	3779,00	1309,000	,244
	Baba	47	51,85	2437,00		
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	Anne	64	54,02	3457,50	1377,500	,449
	Baba	47	58,69	2758,50		

*p≤0,05

Katılımcıların çocuklarına yakınlıklarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları Mann-Whitney U testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların çocuklarına yakınlıklarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir (p>0,05).

Tablo 9.

Katılımcıların yaş gruplarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	df	X ²	p
Yılmazlık	26 – 35 yaş	26	46,65	3	3,043	,385
	36 – 45 yaş	67	58,34			
	46 – 55 yaş	15	61,83			
	56 – 65 yaş	3	55,50			
Psikolojik Sıkıntı	26 – 35 yaş	26	70,73	3	8,134	,043*
	36 – 45 yaş	67	52,46			
	46 – 55 yaş	15	50,77			
	56 – 65 yaş	3	33,50			
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	26 – 35 yaş	26	56,48	3	,573	,903
	36 – 45 yaş	67	54,67			
	46 – 55 yaş	15	61,50			
	56 – 65 yaş	3	54,00			

*p≤0,05

Katılımcıların yaş gruplarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları Kruskal-Wallis H testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların yaş gruplarına göre yılmazlık ve psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>0,05$).

Katılımcıların yaş gruplarına göre psikolojik sıkıntı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($X^2_{PS}= 8,134$; $p\leq 0,05$). Bu farkın hangi gruplar arasında olduğuna dair yapılan Post Hoc Testlerinin hiçbirinden sonuç alınamamıştır.

Tablo 10.

Katılımcıların öğrenim durumlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	df	X^2	p
Yılmazlık	İlkokul	21	42,76	4	8,219	,084
	Ortaokul	10	46,10			
	Lise	36	62,57			
	Lisans	36	56,14			
	Lisans üstü	8	72,94			
Psikolojik Sıkıntı	İlkokul	21	60,52	4	3,042	,551
	Ortaokul	10	61,90			
	Lise	36	59,03			
	Lisans	36	51,56			
	Lisans üstü	8	43,13			
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	İlkokul	21	58,64	4	2,004	,735
	Ortaokul	10	51,40			
	Lise	36	52,08			
	Lisans	36	57,03			
	Lisans üstü	8	67,81			

* $p\leq 0,05$

Katılımcıların öğrenim durumlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları Kruskal-Wallis H testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların öğrenim durumlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 11.

Katılımcıların çalışma durumlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	df	χ^2	p
Yılmazlık	Ev hanımı	38	51,16	5	7,754	,170
	Memur	24	58,75			
	İşçi	24	54,40			
	Serbest meslek	12	58,13			
	İşsiz	7	47,00			
	Emekli	6	88,33			
Psikolojik Sıkıntı	Ev hanımı	38	60,08	5	5,126	,401
	Memur	24	48,94			
	İşçi	24	63,71			
	Serbest meslek	12	43,29			
	İşsiz	7	56,93			
	Emekli	6	51,92			
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	Ev hanımı	38	56,05	5	7,012	,220
	Memur	24	66,96			
	İşçi	24	51,33			
	Serbest meslek	12	39,00			
	İşsiz	7	63,07			
	Emekli	6	56,25			

*p≤0,05

Katılımcıların çalışma durumlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları Kruskal-Wallis H testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların çalışma durumlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 12.

Katılımcıların gelir gruplarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	df	X ²	p
Yılmazlık	Geliri olmayanlar	4	72,00	5	8,973	,110
	Asgari ücret	13	41,62			
	2.325,00 – 5.000,00 TL	58	55,84			
	5.001,00 – 7.500,00 TL	15	71,13			
	7.501,00 – 10.000,00 TL	17	55,88			
	10.001,00 – 15.000,00 TL	4	32,88			
	Geliri olmayanlar	4	36,50			
Psikolojik Sıkıntı	Asgari ücret	13	66,00	5	7,320	,198
	2.325,00 – 5.000,00 TL	58	60,48			
	5.001,00 – 7.500,00 TL	15	47,00			
	7.501,00 – 10.000,00 TL	17	44,44			
	10.001,00 – 15.000,00 TL	4	60,88			
	Geliri olmayanlar	4	79,25			
	Asgari ücret	13	41,15			
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	2.325,00 – 5.000,00 TL	58	60,11	5	11,774	,038*
	5.001,00 – 7.500,00 TL	15	37,90			
	7.501,00 – 10.000,00 TL	17	64,35			
	10.001,00 – 15.000,00 TL	4	53,75			

*p≤0,05

Katılımcıların gelir gruplarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları Kruskal-Wallis H testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların gelir gruplarına göre yılmazlık ve psikolojik sıkıntı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir (p>0,05).

Katılımcıların gelir gruplarına göre psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır (X²_{PYAN}= 11,774; p≤0,05). Bu farkın hangi gruplar arasında olduğuna dair yapılan Post Hoc Testlerinden Tamhane's T2 testine göre geliri olmayan anne veya babaların psikolojik yardım alma niyetleri, asgari ücretle çalışan ve 5.001,00-7.500,00 TL arasında geliri olan anne veya babaların psikolojik yardım alma niyetlerindendaha yüksektir.

Tablo 13.

Katılımcıların sahip oldukları çocuk sayılarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	df	χ^2	p
Yılmazlık	1 çocuk	14	60,79	3	,943	,815
	2 çocuk	62	54,88			
	3 çocuk	26	58,46			
	4 ve üzeri çocuk	9	49,17			
Psikolojik Sıkıntı	1 çocuk	14	45,04	3	1,957	,581
	2 çocuk	62	56,90			
	3 çocuk	26	59,21			
	4 ve üzeri çocuk	9	57,56			
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	1 çocuk	14	56,14	3	2,025	,567
	2 çocuk	62	59,11			
	3 çocuk	26	48,44			
	4 ve üzeri çocuk	9	56,17			

*p≤0,05

Katılımcıların sahip oldukları çocuk sayılarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları Kruskal-Wallis H testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların sahip oldukları çocuk sayılarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir (p>0,05).

Tablo 14.

Katılımcıların özel eğitim tanısı olan çocuk sayılarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Yılmazlık	1 çocuk	105	54,50	5722,50	157,500	,040*
	2 çocuk	6	82,25	493,50		
Psikolojik Sıkıntı	1 çocuk	105	57,38	6024,50	170,500	,060
	2 çocuk	6	31,92	191,50		
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	1 çocuk	105	56,43	5925,00	270,000	,556
	2 çocuk	6	48,50	291,00		

*p≤0,05

Katılımcıların sahip oldukları özel eğitime ihtiyacı olan çocuk sayılarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları Mann-Whitney U testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların sahip oldukları özel

eğitime ihtiyacı olan çocuk sayılarına göre psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>0,05$).

Katılımcıların sahip oldukları özel eğitime ihtiyacı olan çocuk sayılarına göre yılmazlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($U_Y=157,500$; $p\leq 0,05$). Bu sonuca göre özel eğitime ihtiyacı olan 2 çocuğa sahip anne veya babaların yılmazlık düzeyleri, özel eğitime ihtiyacı olan 1 çocuğa sahip anne veya babaların yılmazlık düzeylerinden daha yüksektir.

Tablo 15.

Katılımcıların kendi ailelerinde özel eğitim tanılı bireyin olmasına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Yılmazlık	Evet	28	55,45	1552,50	1146,500	,916
	Hayır	83	56,19	4663,50		
Psikolojik Sıkıntı	Evet	28	52,46	1469,00	1063,000	,501
	Hayır	83	57,19	4747,00		
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	Evet	28	55,29	1548,00	1142,000	,892
	Hayır	83	56,24	4668,00		

* $p\leq 0,05$

Katılımcıların kendi ailelerinde özel eğitim tanısı almış aile üyesinin olması durumuna göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları Mann-Whitney U testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların kendi ailelerinde özel eğitim tanısı almış aile üyesinin olması durumuna göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 16.

Katılımcıların eşi ile akrabalık bağlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	df	X ²	p
Yılmazlık	Akrabalık bağı yok	87	56,85	3	4,758	,190
	Kuzen	9	70,00			
	Yakın akraba	7	36,93			
	Uzak akraba	8	47,69			
Psikolojik Sıkıntı	Akrabalık bağı yok	87	55,07	3	,385	,943
	Kuzen	9	60,39			
	Yakın akraba	7	60,43			
	Uzak akraba	8	57,25			
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	Akrabalık bağı yok	87	57,70	3	2,019	,569
	Kuzen	9	45,28			
	Yakın akraba	7	45,71			
	Uzak akraba	8	58,56			

*p≤0,05

Katılımcıların eşi ile akrabalık bağlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları Kruskal-Wallis H testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların eşi ile akrabalık bağlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir (p>0,05).

Tablo 17.

Katılımcıların fiziksel bir rahatsızlığının veya hastalığının olmasına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Yılmazlık	Evet	8	54,50	436,00	400,000	,891
	Hayır	103	56,12	5780,00		
Psikolojik Sıkıntı	Evet	8	53,88	431,00	395,000	,846
	Hayır	103	56,17	5785,00		
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	Evet	8	74,44	595,50	264,500	,092
	Hayır	103	54,57	5620,50		

*p≤0,05

Katılımcıların sürekliliği olan fiziksel bir rahatsızlığının veya hastalığının olması durumuna göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma

niyeti puanları Mann-Whitney U testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların sürekliliği olan fiziksel bir rahatsızlığının veya hastalığının olması durumuna göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 18.

Katılımcıların ruh sağlığı ile ilgili bir sorununun olmasına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Yılmazlık	Evet	9	36,94	332,50	287,500	,064
	Hayır	102	57,68	5883,50		
Psikolojik Sıkıntı	Evet	9	88,39	795,50	167,500	,002
	Hayır	102	53,14	5420,50		
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	Evet	9	78,50	706,50	256,500	,028
	Hayır	102	54,01	5509,50		

* $p\leq 0,05$

Katılımcıların sürekliliği olan ruh sağlığı ile ilgili bir sorununun olması durumuna göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları Mann-Whitney U testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların sürekliliği olan ruh sağlığı ile ilgili bir sorununun olması durumuna göre yılmazlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>0,05$).

Katılımcıların sürekliliği olan ruh sağlığı ile ilgili bir sorununun olması durumuna göre psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($U_{PS}= 167,500$; $p\leq 0,05$ ve $U_{PYAN}= 256,500$; $p\leq 0,05$). Bu sonuca göre ruh sağlığı ile ilgili bir sorunu olan anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeyleri, ruh sağlığı ile ilgili bir sorunu olmayan anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeylerinden daha yüksektir. Ruh sağlığı ile ilgili bir sorunu olan anne veya babaların psikolojik yardım alma niyetleri, ruh sağlığı ile ilgili bir sorunu olmayan anne veya babaların psikolojik yardım alma niyetlerinden daha yüksektir.

Tablo 19.

Katılımcıların psikolojik destek alma veya alıyor olmasına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Yılmazlık	Evet	21	48,05	1009,00	778,000	,208
	Hayır	90	57,86	5207,00		
Psikolojik Sıkıntı	Evet	21	75,36	1582,50	538,500	,002*
	Hayır	90	51,48	4633,50		
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	Evet	21	57,74	1212,50	908,500	,783
	Hayır	90	55,59	5003,50		

*p≤0,05

Katılımcıların herhangi bir nedenle psikolojik destek alma veya alıyor olması durumuna göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları Mann-Whitney U testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların herhangi bir nedenle psikolojik destek alma veya alıyor olması durumuna göre yılmazlık ve psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir (p>0,05).

Katılımcıların herhangi bir nedenle psikolojik destek alma veya alıyor olması durumuna göre psikolojik sıkıntı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır (U_{PS}= 538,500; p≤0,05). Bu sonuca göre herhangi bir nedenle psikolojik destek alan veya almaya devam eden anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeyleri, herhangi bir nedenle psikolojik destek almayan anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeylerinden daha düşüktür.

Tablo 20.

Katılımcıların, çocuğunun özel durumunu kabullenmelerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Yılmazlık	Evet	96	57,39	5509,50	586,500	,249
	Hayır	15	47,10	706,50		
Psikolojik Sıkıntı	Evet	96	53,98	5182,00	526,000	,094
	Hayır	15	68,93	1034,00		
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	Evet	96	56,13	5388,00	708,000	,917
	Hayır	15	55,20	828,00		

*p≤0,05

Katılımcıların, çocuğunun özel durumunu kabullenmelerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları Mann-Whitney U testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların, çocuğunun özel durumunu kabullenmelerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 21.

Katılımcıların, çocuklarının özel durumlarından dolayı aile içi sorun yaşamalarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Yılmazlık	Evet	39	41,44	1616,00	836,000	,000*
	Hayır	72	63,89	4600,00		
Psikolojik Sıkıntı	Evet	39	74,33	2899,00	689,000	,000*
	Hayır	72	46,07	3317,00		
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	Evet	39	48,71	1899,50	1119,500	,078
	Hayır	72	59,95	4316,50		

* $p\leq 0,05$

Katılımcıların, çocuklarının özel durumlarından dolayı aile içi sorun yaşamalarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları Mann-Whitney U testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların, çocuklarının özel durumlarından dolayı aile içi sorun yaşamalarına göre psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>0,05$).

Katılımcıların, çocuklarının özel durumlarından dolayı aile içi sorun yaşamalarına göre yılmazlık ve psikolojik sıkıntı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($U_Y = 836,000$; $p\leq 0,05$ ve $U_{PS} = 689,000$; $p\leq 0,05$). Bu sonuca göre çocuğunun özel durumundan dolayı aile içi sorun yaşayan anne veya babaların yılmazlık düzeyleri, çocuğunun özel durumundan dolayı aile içi sorun yaşamayan anne veya babaların yılmazlık düzeylerinden daha düşüktür. Çocuğunun özel durumundan dolayı aile içi sorun yaşayan anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeyleri, çocuğunun özel durumundan dolayı aile içi sorun yaşamayan anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeylerinden daha yüksektir.

Tablo 22.

Katılımcıların, çocuklarının özel durumlarından dolayı günlük işlerinde sorun yaşamalarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Yılmazlık	Evet	61	48,61	2965,50	1074,500	,008*
	Hayır	50	65,01	3250,50		
Psikolojik Sıkıntı	Evet	61	65,46	3993,00	948,000	,001*
	Hayır	50	44,46	2223,00		
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	Evet	61	60,14	3668,50	1272,500	,133
	Hayır	50	50,95	2547,50		

*p≤0,05

Katılımcıların, çocuklarının özel durumlarından dolayı günlük işlerinde sorun yaşamalarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları Mann-Whitney U testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların, çocuklarının özel durumlarından dolayı günlük işlerinde sorun yaşamalarına göre psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir ($p>0,05$).

Katılımcıların, çocuklarının özel durumlarından dolayı günlük işlerinde sorun yaşamalarına göre yılmazlık ve psikolojik sıkıntı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($U_Y = 1074,500$; $p \leq 0,05$ ve $U_{PS} = 948,000$; $p \leq 0,05$). Bu sonuca göre çocuğunun özel durumundan dolayı günlük işlerinde sorun yaşayan anne veya babaların yılmazlık düzeyleri, çocuğunun özel durumundan dolayı günlük işlerinde sorun yaşamayan anne veya babaların yılmazlık düzeylerinden daha düşüktür. Çocuğunun özel durumundan dolayı günlük işlerinde sorun yaşayan anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeyleri, çocuğunun özel durumundan dolayı günlük işlerinde sorun yaşamayan anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeylerinden daha yüksektir.

Tablo 23.

Katılımcıların, çocuklarının yaşamlarını bağımsız sürdürecektik düzeye geleceğini düşünmelerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının karşılaştırılması

		n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Yılmazlık	Evet	62	55,97	3470,00	1517,000	,991
	Hayır	49	56,04	2746,00		
Psikolojik Sıkıntı	Evet	62	52,76	3271,00	1318,000	,232
	Hayır	49	60,10	2945,00		
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	Evet	62	58,90	3652,00	1339,000	,284
	Hayır	49	52,33	2564,00		

*p≤0,05

Katılımcıların, çocuklarının yaşamlarını bağımsız sürdürecektik düzeye geleceğini düşünmelerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları Mann-Whitney U testi ile analiz edilmiştir. Katılımcıların, çocuklarının yaşamlarını bağımsız sürdürecektik düzeye geleceğini düşünmelerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir (p>0,05).

4.3. Katılımcıların; Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği, Psikolojik Sıkıntı Ölçeği ve Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri Puanlarının Karşılaştırılması

Katılımcıların; Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği, Psikolojik Sıkıntı Ölçeği ve Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri puanlarının karşılaştırılması aşağıda verilmiştir.

Tablo 24.

Katılımcıların; Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği, Psikolojik Sıkıntı Ölçeği ve Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri arasındaki korelasyonlar (n= 111)

		Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği	Psikolojik Sıkıntı Ölçeği	Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri
Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği	r	1		
	p	.		
Psikolojik Sıkıntı Ölçeği	r	-,508	1	
	p	,000	.	
Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri	r	,074	-,146	1
	p	,441	,128	.

* $p \leq 0,05$

Katılımcıların, Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği ile Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri ve Psikolojik Sıkıntı Ölçeği ile Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri puanları Spearman Korelasyon analizi ile test edilmiştir.

Katılımcıların, Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği ile Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanterine Psikolojik Sıkıntı Ölçeği ile Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür ($p > 0,05$).

Katılımcıların, Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği ve Psikolojik Sıkıntı Ölçeği puanları arasında anlamlı bir ilişki vardır ($r = -,508$; $p \leq 0,05$). Özel eğitime ihtiyacı olan çocukların anne veya babalarında yılmazlık ile psikolojik sıkıntı arasında; negatif yönlü, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r = -,508$; $p \leq 0,05$; $0,40 < r < 0,59$ = Orta düzeyde). Bu sonuca göre anne veya babaların yılmazlık düzeyleri arttığında, psikolojik sıkıntı düzeyleri düşmektedir denilebilir.

BÖLÜM V

TARTIŞMA

Özel eğitime ihtiyacı olan çocukların anne babalarında yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetinin incelenmesi amacıyla yapılmış olan bu araştırmanın sonuçları, literatür bilgileri ile birlikte ele alınarak tartışılmıştır. Yerli literatür taramasında özel eğitime ihtiyacı olan çocukların anne ve babalarında yılmazlık, psikolojik sıkıntı veya psikolojik yardım alma niyeti üzerine ayrı ayrı yapılmış az sayıda çalışmaya (Bayraklı, 2010; Kaner vd., 2011; Bildirici, 2014; Ektaş, 2017; Turan, 2017; Demiray, 2019; Mustafaoğlu-Çiçek, 2019; Yavuz, 2019; Arslan, 2020; Hassamancioğlu vd., 2020; Yıldırım, 2020) ulaşılmıştır.

Araştırmada, katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının tanılarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetlerinin farklılaşmadığı görülmüştür. Kaner ve arkadaşları (2011) yaptıkları çalışmada, normal gelişim gösteren çocuğa sahip anne babalara göre kronik problemi olan çocuğa sahip anne babaların mücadele etme, yılmazlık ve iyimserlik düzeylerinin daha düşük olduğunu bildirmişlerdir. Ayrıca, çocuğun kronik probleminin olmasının anne babaların psikolojik sıkıntı algısını da negatif yönde etkilediğini ifade etmektedirler. Araştırmada; zihinsel yetersizlik, işitme yetersizliği, görme yetersizliği, bedensel yetersizlik, özel öğrenme güçlüğü, dil ve konuşma güçlüğü, otizm spektrum bozukluğu, down sendromu ve birden fazla yetersizlik olmak üzere toplamda dokuz engel grubuna yer verilmiştir. Gruplar arasındaki sayısal farklılığın olmasından dolayı çalışmanın literatürü desteklemediği düşünülmektedir.

Araştırmada, katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının öğrencilik statülerine (kaynaştırma veya özel eğitim sınıfı öğrencisi olma durumuna) göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetlerinin farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan literatür taramasında özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının öğrencilik statülerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti arasındaki farkı ele alan

herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Araştırmanın örneklemini oluşturan Ankara-Etimesgut Şehit Mutlu Can Kılıç Ortaokulu'na devam eden ve özel eğitim raporu olan öğrencilerin çoğunluğu, kaynaştırma öğrencisi olarak öğrenimlerine devam etmektedirler. Bu nedenle katılımcıların büyük bir çoğunluğunu, çocuğu kaynaştırma öğrencisi olan veliler oluşturmuştur. Bu durumun gruplar arasında anlamlı bir fark olmamasına etki ettiği düşünülmektedir.

Araştırmada, katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının cinsiyetlerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetlerinin farklılaşmadığı görülmüştür. CDC raporuna göre OSB, erkek çocuklarında kız çocuklara göre dört kat daha fazladır ve OSB'li birçok kız çocuğu, erkeklere kıyasla daha az belirgin belirtiler sergilerler (CDC, 2020). Çengelci (2009) çalışmasında çocuğun cinsiyetinin anne babalar üzerinde bir etkiye neden olmadığını saptamıştır. Yıldırım ve arkadaşları (2013) ve Yavuz'un (2019) araştırmalarında, ebeveynlerin psikolojik yardım arama düzeyleri çocuklarının cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık göstermiş ve erkek çocuğu olan anne babalarda psikolojik yardım arama düzeyi kız çocuğu olanlara göre daha yüksek bulunmuştur. Araştırmalardan elde edilen bu farklı sonuçlar, engelin erkek çocuklarda daha fazla davranış problemlerine yol açtığı, bu durumun ailelerde daha fazla sıkıntıya neden olduğu ve ailelerin yardım arayışlarını artırdığı görüşünü desteklemektedir.

Araştırmada, katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının yaşlarına göre yılmazlık ve psikolojik yardım alma niyetlerinin farklılaşmadığı bulgusu elde edilmiştir. Katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının yaşlarına göre psikolojik sıkıntı durumları ise farklılık göstermektedir. Bu sonuca göre 11 ve 12 yaşlarında özel eğitime ihtiyacı olan çocuğa sahip anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeyleri, 13 yaşında özel eğitime ihtiyacı olan çocuğa sahip anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeylerinden daha yüksektir. Bildirici (2014) ve Turan (2017) da çalışmasında çocuğun yaş değişkenine bağlı olarak anne babalarda yılmazlık düzeyleri arasında bir farklılık görememiştir. Yıldırım (2020) araştırmasında, çocuğun yaşı ile anne babaların psikolojik sıkıntı yaşamları arasında düşük düzeyde bir ilişkinin

olduğunu saptamıştır. Çocukların yaşı ilerledikçe zihinsel, fiziksel ve sosyal becerilerinin arttığı gözlemlenmektedir. Ancak çocuklarda hedeflenen davranış ve becerilerin kazanımı yavaş ve uzun sürebilir. Bu nedenle anne babalar zaman zaman umutsuzluk ve stres yaşayabilmektedirler (Kaya, 2019).

Araştırmada, katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının tanılanma yaşlarına göre yılmazlık ve psikolojik yardım alma niyetlerinin farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının tanılanma yaşlarına göre psikolojik sıkıntı durumları ise farklılık göstermektedir. Yıldırım (2020) araştırmasında, çocuğun erken tanılanması ile psikolojik sıkıntı arasında düşük düzeyde bir ilişki olduğunu belirtmektedir. Hyman ve arkadaşları (2020) çalışmalarında, çocukları mümkün olduğunca erken izleme, tarama, değerlendirme ve teşhis etmenin önemli olduğunu belirttikleri ve erken müdahalenin önemine dikkat çekmektedirler. Reichow ve arkadaşları (2018) çalışmalarında, erken müdahale hizmetlerinin çocukların önemli becerileri erken dönemde öğrenmelerine yardımcı olduğunu tespit etmişler ve Reichow ve arkadaşlarına (2018) göre bu durum ebeveynlerin yaşayacağı sorunlara erken müdahale anlamına da gelmektedir. Yavuz'un (2019) çalışmasında, ebeveynlerin psikolojik yardım arama düzeyleri çocuklarının tanı alma yaşına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Engeli olan çocukları mümkün olduğunca erken izlemek, taramak, değerlendirmek ve teşhis etmek; çocukların tam potansiyellerine ulaşmaları için ihtiyaç duydukları hizmetleri ve desteği almalarını sağlamak için önemlidir (Hyman vd., 2020). Araştırmalar, erken müdahale ile bir çocuğun gelişiminin iyileştirebileceğini göstermektedir. Erken müdahale hizmetleri, doğumdan üç yaşına kadar olan çocukların önemli becerileri öğrenmelerine yardımcı olur (Reichow vd., 2018).

Araştırmada, katılımcıların çocuklarına yakınlıklarına (anne veya baba olma durumuna) göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetlerinin farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Yılmazlıkla ilgili yapılan çalışmaların bir kısmında babaların veya yetişkin erkeklerin annelere veya yetişkin kadınlara göre daha yılmaz oldukları belirtilirken (Boyras ve

Sayger, 2011; Campbell-Sills vd., 2009; Lee vd., 2009), bir kısmında (Friborg vd., 2003) bu durum tam tersi yani kadınların daha yılmaz oldukları görülmektedir. Bir kısım araştırmada (Sezgin, 2009; Sojo ve Guarino, 2011; Turan, 2017), cinsiyetin yılmazlık anlamında farklılık unsuru olmadığı belirtilmektedir. Topkaya (2014) ve Erkan ve arkadaşlarının (2012) çalışmalarında kadınların psikolojik yardım alma niyetinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Coşkun ve Akkaş (2009) yaptıkları çalışmalarında, annelerin kaygı düzeylerinin yoğun olduğunu ve kaygı düzeyi ile yardım arama arasında ters ilişki olduğunu saptamışlardır. Özel eğitime ihtiyacı olan çocukların ebeveynleri çocuklarının; geleceği ve yetersizliği, kendine yetememe durumu, toplum tarafından nasıl karşılanacağı, kabul görüp göremeyeceği gibi konularda kaygı yaşarlar ve bu durumlarda hem annelerin hem de babaların zorlanmalarına neden olur (Ektaş, 2017).

Araştırmada, katılımcıların yaş gruplarına göre yılmazlık ve psikolojik yardım alma niyetlerinin farklılaşmadığı bulgusu elde edilmiştir. Katılımcıların yaş gruplarına göre psikolojik sıkıntı durumları ise farklılık göstermektedir. Yetersizliği olan çocuğa sahip ailelerin yılmazlık düzeylerine yönelik yapılan araştırmalarda (Campbell-Sills vd., 2009; Lloyd ve Hastings, 2009) artan yaşla birlikte yılmazlığın da arttığını ifade eden sonuçların varlığı görülmektedir. Bununla birlikte genç yaştaki yetişkinlerin kendilerini daha yılmaz özelliklere sahip olarak algıladıklarını belirten çalışmalar (Lee vd., 2009)da bulunmaktadır. Diğer yandan yılmazlığın, yaş değişkeninden bağımsız olduğunu ortaya koyan çalışmaların (Boyraz ve Sayger, 2011; Sojo ve Guarino, 2011; Turan, 2017) varlığı da söz konusudur. Coşkun ve Akkaş (2009) yaptıkları çalışmalarında, ebeveynlerin yaşı arttıkça yardım aramanın azaldığı saptamışlardır. Yavuz'un (2019) çalışmasında, ebeveynlerin psikolojik yardım aramaları yaşlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Hamilelik ve sonrasında doğumla başlayan heyecan ve mutluluk hali, çocuğunun engelli olduğunu öğrenen anne baba için kabullenme sürecine kadar sıkıntılı bir sürece dönüşür. Özellikle bu ilk anne ve baba olanlar için daha sıkıntılıdır. Birçok araştırma, anne babanın yaş faktörüne dikkat çekmektedir (Dur ve Mutlu, 2018).

Araştırmada, katılımcıların öğrenim durumlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetlerinin farklılaşmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bu çalışmanın aksine Turan (2017) OSB tanısı almış ve almamış çocukların ebeveynleri ile yaptığı çalışmada, ebeveynlerin eğitimi durumları ile aile yılmazlıkları arasında anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yetersizliği olan çocuğa sahip ailelerin zorluklarla mücadele etmek için gerekli olan bilgi, beceri ve motivasyonun; ailenin öğrenim düzeyine bağlı olarak arttığı bazı çalışmalarda (Zeteroğlu; 2006; Sencar, 2007) bildirilmektedir. Mustafaoğlu-Çiçek (2019) ve Bildirici'nin (2014) araştırmalarında, anne-babaların eğitim düzeyleri arttıkça yılmazlık düzeylerinin de arttığı görülmüştür. Ektaş (2017) ise eğitim düzeyi ile yılmazlık arasında bir ilişki bulamamıştır. Anne baba eğitiminin, engeli kabullenici tutumları artırdığı bilinmektedir (Weitlauf vd., 2014).

Araştırmada, katılımcıların çalışma durumlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetlerinin farklılaşmadığı bulgusu elde edilmiştir. Benzer şekilde Turan (2017), Ektaş (2017) ve Bildirici (2014) de özel eğitime ihtiyacı olan çocuğa sahip ebeveynlerde, çalışma durumu ile yılmazlık arasında bir farklılık görememiştir. Yapılan araştırmaların (Çengelci, 2009) sonuçları, engelli çocuğa sahip çalışan ebeveynlerde tükenmişlik, yorgunluk, motivasyon kaybı vb. durumlarının daha fazla olduğunu göstermektedir.

Araştırmada, katılımcıların gelir gruplarına göre yılmazlık ve psikolojik sıkıntı durumlarının farklılaşmadığı görülmüştür. Katılımcıların gelir gruplarına göre psikolojik yardım alma niyetlerinin ise farklılaştığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bu sonuca göre geliri olmayan anne veya babaların psikolojik yardım alma niyetleri, asgari ücretle çalışan ve 5.001,00-7.500,00 TL arasında geliri olan anne veya babaların psikolojik yardım alma niyetlerinden daha yüksektir. Turan (2017) da OSB tanısı almış ve almamış çocukların ebeveynleri ile yaptığı çalışmada, aylık gelir ile yılmazlık arasında bir farklılık görememiştir. Upadhyaya ve Havalappanavar'ın (2008) çalışmasında, çocuğun engeli nedeniyle giderin fazla olduğu ailelerde gelirin önemli bir etken olduğu bildirilmektedir ve engelin zihinsel ya da fiziksel olması gelir düzeyi üzerinde

bir farklılaşma oluşturmamaktadır. Upadhyaya ve Havalappanavar'ın (2008) çalışmasında; düşük gelir düzeyi daha çok stres ve işlevsizlikle ilişkilendirilmiş, düşük gelirin psikolojik sağlamlık düzeyini olumsuz etkilediği ve psikolojik sıkıntıları artırdığı bildirilmiştir. Lee ve arkadaşları (2009) çalışmalarında, yılmazlık düzeyine en güçlü etki eden faktörün gelir düzeyi olduğunu belirtmekte ve yüksek gelirin yılmazlık düzeyini olumlu etkilediğini vurgulamaktadırlar. Yıldırım (2020) ise gelir düzeyi ile psikolojik sıkıntı arasında düşük düzeyde bir ilişki tespit etmiştir. Anne babaların gelirinin yükselmesi ile birlikte çocuklarına ve kendilerine sağlayabilecekleri imkanlar artmaktadır. Gelir; çocuklar için daha fazla özel eğitim ve bakım imkânı veya tıbbi imkanlardan daha fazla yararlanmayı sağlayabilir. Böylece ebeveynlerin duygusal, ekonomik, fiziksel ve sosyal yükleri azalmaktadır (Bildirici, 2014).

Araştırmada, katılımcıların sahip oldukları çocuk sayılarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetlerinin farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Turan (2017) da OSB tanısı almış ve almamış çocukların ebeveynleri ile yaptığı çalışmada, ailedeki çocuk sayısı ile yılmazlık arasında bir farklılık görememiştir. Demiray (2019) çalışmasında, özel gereksinimli çocuğu olan ailelerde çocuk sayısı ile yaşanan sıkıntılar arasında negatif ilişki bulmuştur. Buna göre ailelerin çocuk sayısı arttıkça yaşanan sıkıntılar artmaktadır. Demiray'a (2019) göre evdeki çocuk sayısı arttıkça ebeveynlerin bakım yükü artmaktadır. Bildirici (2014), ailedeki çocuk sayısındaki artışın ebeveynlerin yaşadığı problemleri de arttıracığını belirtmektedir. Yıldırım (2020), çocuk sayısı ile psikolojik sıkıntı arasında düşük düzeyde psikolojik sıkıntının olduğunu tespit etmiştir.

Araştırmada, katılımcıların sahip oldukları özel eğitime ihtiyacı olan çocuk sayılarına göre psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetlerinin farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların sahip oldukları özel eğitime ihtiyacı olan çocuk sayılarına göre yılmazlık düzeyleri ise farklılık göstermektedir. Bu sonuca göre özel eğitime ihtiyacı olan 2 çocuğa sahip anne veya babaların yılmazlık düzeyleri, özel eğitime ihtiyacı olan 1 çocuğa sahip anne veya babaların yılmazlık düzeylerinden daha yüksektir. Bu

sonucun aksine Demiray (2019) araştırmasında, birden fazla engelli çocuğa sahip anne babaların yaşam kalitesinin tek engelli çocuğu olan anne babalardan daha düşük olduğu sonucunu elde etmiştir. Twenge, Campel ve Foster (2003) ailedeki çocuk sayısı arttıkça ebeveynlerin evlilik uyumlarının düştüğünü ve stres düzeylerinin arttığını saptamışlardır. Özellikle otizmlı çocukla birlikte bebeklik döneminde olan bir çocuğa sahip olmak güçlüğü daha da artırmaktadır ve kadınlar bu durumdan daha çok etkilenmektedirler.

Araştırmada, katılımcıların kendi ailelerinde özel eğitim tanısı almış aile üyesinin olması durumuna göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetlerinin farklılaşmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Özcigeli'nin (2016) araştırmasına göre yakın akrabalarda gelişimsel bozukluk olan ailelerin genel destek ve toplumsal hizmet gereksinimleri olmayan ailelere göre daha yüksektir. Kitapçı'nın (2018) çalışmasında, akrabalarında veya yakın çevrelerinde engelli birey olan annelerin sosyal boyut puanları engelli birey olmayanlara göre düşük bulunmuştur. Genetik faktörler, engel durumları için önemli rol oynar ve engelliliğin nedeni için önemli risk faktörlerindendir. Gen-çevre etkileşimi engeli etkileyen faktörler arasındadır (Christensen, Grønberg, Sørensen, Schendel, Parner, Pedersen ve Vestergaard, 2013).

Araştırmada, katılımcıların eşi ile akrabalık bağlarına göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetlerinin farklılık göstermediği sonucu elde edilmiştir. Akrabalarda engel gruplarının görülme riski, diğerlerine oranla daha fazla olabilir. Araştırmalar (CDC, 2020) bu durumu doğrulamaktadır. Yapılan araştırmalara göre otizm spektrum bozukluğu olan çocukların ailelerinde özellikle kardeşlerinde otizm görülme oranı daha yüksektir ve bu sonuçlara göre akraba evliliği engel durumu için risk oluşturabilmektedir (CDC, 2020). Öte yandan genetik araştırmacılar, engel konusunu genetik yapı üzerinden açıklamaya çalışıyorlar; ancak genel kanı, bu sorunun birçok nedenin birleşmesiyle ortaya çıktığı yönündedir (Christensen vd., 2013)

Araştırmada, katılımcıların sürekliliği olan fiziksel bir rahatsızlığının veya hastalığının olması durumuna göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetlerinin farklılaşmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Lee ve arkadaşları (2009) çalışmalarında, fiziksel yönden sağlıklı olma durumu ile psikolojik sıkıntı ve yılmazlık arasındaki ilişkiyi değerlendirmişler ve sağlıklı olmanın yılmazlık düzeyini arttırdığını ve psikolojik sıkıntıları azalttığını belirtmişlerdir. Bildirici'nin (2014) araştırmasında, çocukların engel durumları nedeniyle bakımları zorlaştıkça ya da zihinsel veya fiziksel yetersizlikleri arttıkça, ebeveynlerin sağlıkları bundan etkilenmekte ve yılmazlıkları azalmaktadır. Engeli olan çocuğun en yakınında olan ebeveynler; diğer ebeveynlere göre enerji eksikliği, stres, kendilerine yeterince zaman ayıramama ve kendileri ile yeterince ilgilenememe durumlarını yaşayabilirler (Yavuz, 2019). Diğer taraftan engelli çocuğu olan ebeveynler genellikle çocuklarına yedi gün yirmi dört saat bakmak zorunda kalırlar ve bu durum da ebeveynlerin yıpranmasına neden olur ve süreç içerisinde uyku sorunları başta olmak üzere birçok rahatsızlık yaşayabilirler (Harper, Taylor-Dyches, Harper, Olsen-Roper ve South, 2013).

Araştırmada, katılımcıların sürekliliği olan ruh sağlığı ile ilgili bir sorununun olması durumuna göre yılmazlık düzeyleri arasında farklılık görülmemiştir. Katılımcıların sürekliliği olan ruh sağlığı ile ilgili bir sorununun olması durumuna göre psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetlerinin ise farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Ruh sağlığı ile ilgili bir sorunu olan anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeyleri, ruh sağlığı ile ilgili bir sorunu olmayan anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeylerinden daha yüksektir. Ruh sağlığı ile ilgili bir sorunu olan anne veya babaların psikolojik yardım alma niyetleri, ruh sağlığı ile ilgili bir sorunu olmayan anne veya babaların psikolojik yardım alma niyetlerinden daha yüksektir. Lee ve arkadaşları (2009) çalışmalarında, ruh sağlığı ile psikolojik sıkıntı ve yılmazlık arasındaki ilişkiyi değerlendirmişler ve sağlıklı olmanın yılmazlık düzeyini arttırdığını ve psikolojik sıkıntıları azalttığını tespit etmişlerdir. Ektaş'ın (2017) çalışmasına göre, ailede özel eğitime ihtiyacı olan birinin olması, ailelerin ruh sağlığını zorlayıcı durumlardan biridir. Mustafaoğlu-Çiçek (2019), anne ve babaların yılmazlık düzeyleri arttıkça daha az depresyon, kaygı ve stres

yaşadıklarına işaret etmektedir. Toplumun beklentisi olan normal çocuk algısı, sosyal çevrenin baskısını da beraberinde getirmektedir. Bu durum anne babaların beklentileri ve sorunları ile birleştiğinde, anne babaların ruh sağlığı üzerinde olumsuz etkilere neden olmaktadır (Özçigeli, 2016).

Araştırmada, katılımcıların herhangi bir nedenle psikolojik destek alma veya alıyor olması durumuna göre yılmazlık ve psikolojik yardım alma niyetlerinin farklılık göstermediği sonucu elde edilmiştir. Katılımcıların herhangi bir nedenle psikolojik destek alma veya alıyor olması durumuna göre psikolojik sıkıntıları ise farklılık göstermektedir. Herhangi bir nedenle psikolojik destek alan veya almaya devam eden anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeyleri, herhangi bir nedenle psikolojik destek almayan anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeylerinden daha düşüktür. Topkaya (2014) ve Erkan ve arkadaşlarının (2012) çalışmalarında daha önce psikolojik yardım almış kişilerin psikolojik yardım alma niyetinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Araştırmaların (Bathje ve Pryor, 2011; Erkan vd., 2012; Topkaya, 2014) sonuçları, psikolojik yardım almaya ilişkin tutumun olumlu olmasının psikolojik yardım alma niyetini artıracağını ortaya koymaktadır. Engeli olan bireye sahip anne babalar, büyük stres ve gerginlik yaşamaktadırlar. Ayrıca yakınlarından veya toplumdan yeterince destek alamamaları, yalnızlıkla sonuçlanmaktadır. Bu durum anneyi babadan daha fazla psikolojik olarak sarsmaktadır. Çünkü genellikle çocuğun tüm yükünü anneler taşır (Öztürk-Tokuç, 2009).

Araştırmada, katılımcıların çocuğunun özel durumunu kabullenmelerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetlerinin farklılaşmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Weitlauf ve arkadaşları (2014) araştırmalarında, anne baba eğitiminin, engeli kabullenici tutumları artırdığını tespit etmişlerdir. Dur ve Mutlu (2018) araştırmalarında, çocuğunun özel eğitime ihtiyacı olduğunu öğrenen anne babaların kabullenme sürecine kadar sıkıntılı bir süreç yaşadıklarını belirtmektedirler. Tanının konulmasıyla birlikte ebeveynler; şok ve inkâr tepkisi, depresyon, öfke-kızgınlık-suçlama-utanç, pazarlık, kabul-uyum aşamalarından oluşan bir süreci yaşamaktadırlar. Annebabalarda çocuğunu sosyal ortamlardan uzak tutma, kaçınma veya

yalnız kalma davranışları gelişebilmekte; yorgunluk, bıkkınlık, utanç, huzursuzluk, suçluluk gibi olumsuz duygular gözlemlenebilmektedir (Kaya, 2019). Engel durumunu kabullenici tutumların, annebabaların yaşamını bütünüyle kolaylaştırdığı bilinmektedir (Weitlauf vd., 2014).

Araştırmada, katılımcıların çocuklarının özel durumlarından dolayı aile içi sorun yaşamalarına göre psikolojik yardım alma niyetleri farklılık göstermemektedir. Katılımcıların, çocuklarının özel durumlarından dolayı aile içi sorun yaşamalarına göre yılmazlık ve psikolojik sıkıntı durumlarının ise farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuca göre çocuğunun özel durumundan dolayı aile içi sorun yaşayan anne veya babaların yılmazlık düzeyleri, çocuğunun özel durumundan dolayı aile içi sorun yaşamayan anne veya babaların yılmazlık düzeylerinden daha düşüktür. Çocuğunun özel durumundan dolayı aile içi sorun yaşayan anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeyleri, çocuğunun özel durumundan dolayı aile içi sorun yaşamayan anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeylerinden daha yüksektir. Mustafaoğlu-Çiçek (2019) çalışmasında, yılmazlık düzeyi yüksek olan ebeveynlerin genellikle uyumlarının iyi olduğunu ve aile içinde daha az sorun yaşandığını belirtmektedir. Kurt (2018) çalışmasında özel eğitime ihtiyacı olan çocuğa sahip olmanın, aile içi dinamikleri ve aile üyelerinin psikolojik süreçlerini etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Ektaş (2017) ise çalışmasında, dayanıklılık ile çocuğun özel durumundan dolayı aile içinde sorun yaşama arasında bir ilişki bulamamıştır. Farklılıklar, aile içindeki dengeyi olumlu veya olumsuz etkiler. Özel eğitime ihtiyacı olan çocuğa sahip ebeveynler de aile içinde çeşitli problemler yaşayabilmektedirler (Şıkşık, 2016). Engelli çocuğa sahip olmak, aile içi dinamikleri ve aile üyelerinin psikolojik süreçlerini etkilediği düşünülmektedir (Kurt, 2018). Sorunlar arasında; aile içi iletişim sorunları, aile içi uyumsuzluk, sürekli tartışma vb. sorunlar öncelikli olarak yer almaktadır (Yazkan, 2018).

Araştırmada, katılımcıların çocuklarının özel durumlarından dolayı günlük işlerinde sorun yaşamalarına göre psikolojik yardım alma niyetlerinin farklılık göstermediği sonucu elde edilmiştir. Katılımcıların, çocuklarının özel durumlarından dolayı günlük işlerinde sorun yaşamalarına göre yılmazlık ve

psikolojik sıkıntı durumlarının ise farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuca göre çocuğunun özel durumundan dolayı günlük işlerinde sorun yaşayan anne veya babaların yılmazlık düzeyleri, çocuğunun özel durumundan dolayı günlük işlerinde sorun yaşamayan anne veya babaların yılmazlık düzeylerinden daha düşüktür. Çocuğunun özel durumundan dolayı günlük işlerinde sorun yaşayan anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeyleri, çocuğunun özel durumundan dolayı günlük işlerinde sorun yaşamayan anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeylerinden daha yüksektir. Şıkşık (2016) çalışmasında, özel eğitime ihtiyacı olan çocuğa sahip ailelerde bu duruma bağlı olarak aile içinde çeşitli problemler yaşandığını vurgulamaktadır. Mustafaoğlu-Çiçek (2019) çalışmasında, yılmazlık düzeyi yüksek olan ebeveynlerde aile içi sorumluluklardaki paylaşımın daha fazla olduğunu belirtmektedir. Ektaş (2017) araştırmasında, günlük işlerini organize etmede sorun yaşamayan annelerin dayanıklılıklarının; günlük işlerini organize etmede sorun yaşayan annelere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Engeli olan çocuğun tedavisi, bakımı, eğitimi, beslenmesi, onunla iletişim kurma, çocuğun davranışlarını kontrol edebilme ve günlük yaşamda karşılaştıkları diğer problemler; anne babaların tüm zamanlarını almaktadır. Bu da anne babaların günlük işlerinin aksamasına yol açabilmektedir (Yazkan, 2018).

Araştırmada, katılımcıların çocuklarının yaşamlarını bağımsız sürdüreceği düzeye geleceğini düşünmelerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetlerinin farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Arellano ve arkadaşları (2017) çalışmalarında; geleceğe umutla bakan, kendilerini çocuğun yaşantısında etkili bir yerde gören ebeveynlerin daha az stres ve sıkıntı yaşadıkları sonucuna ulaşmışlardır. Kurt ve arkadaşları (2008) yaptıkları çalışmada, zihin engelli çocuğa sahip ebeveynlerin; gelecek kaygısı ve çocuğa ilişkin sürekli bir kaza veya yaralanma korkusu yaşadıklarını tespit etmişlerdir. Yazıcı ve Durmuşoğlu'nun (2017) çalışmasında ise özel gereksinimi olan çocuğa sahip aileler, çocukları ile ilgili arkadaşlık ilişkilerinde, etkinliklere katılımı ve özbakımda sorun yaşayacaklarını belirtmişlerdir. Ektaş (2017) çalışmasında, çocukların geleceği ve kendine yetememe durumu gibi konularda ebeveynlerin kaygı

yaşadıklarını ifade etmiştir. Engellilerin sosyal hayata katılabilmeleri ve hayatlarını bağımsız olarak sürdürebilmeleri en önemli konulardan biridir. Ebeveynler çocuklarının becerikli ve sosyalleşmiş olmasını, bağımsız bir şekilde yaşamasını ve iyi konuşmasını isterler (Şıkşık, 2016).

Araştırmada, katılımcıların aile yılmazlığı ile psikolojik yardım alma niyetleri ve psikolojik sıkıntı ile psikolojik yardım alma niyetleri arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı bulgusu elde edilmiştir. Katılımcıların, aile yılmazlığı ve psikolojik sıkıntı düzeyleri arasındaki ilişkinin ise anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuca göre anne babaların yılmazlık düzeyleri arttığında, psikolojik sıkıntı düzeyleri düşmektedir. Demiray (2019) araştırmasında, özel gereksinimli çocuğu olan ailelerin yılmazlık düzeyleri arttığında yaşam kalitesinin de arttığı sonucuna varmıştır. Lee ve arkadaşları (2009) psikolojik sıkıntı ile yılmazlık arasındaki ilişkiyi araştırmışlar ve psikolojik sıkıntı ile yılmazlık arasında ters yönlü bir ilişki olduğu yani yılmazlık düzeyi arttıkça psikolojik sıkıntı düzeyinin azaldığı sonucunu elde etmişlerdir. Topkaya'nın (2014) araştırma bulguları, psikolojik sıkıntının psikolojik yardım alma niyetini yordadığını göstermiştir. Yapılan araştırmaların (Vogel ve Armstrong, 2010; Topkaya, 2014) sonuçları, psikolojik sıkıntının artmasının psikolojik yardım alma niyetini artıracağı ve psikolojik sıkıntının psikolojik yardım alma niyetinde rol oynayan önemli bir değişken olduğunu göstermektedir. Hassamancioğlu ve arkadaşları (2020) çalışmalarında, özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yılmazlık düzeylerinin yüksek olduğu bulgusuna ulaşmışlardır.

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmanın bulguları doğrultusunda elde edilen sonuçlara ve bu sonuçlar göz önüne alınarak geliştirilen önerilere aşağıda yer verilmiştir.

6.1. Sonuç

Araştırmada, katılımcıların aile yılmazlığı ile psikolojik yardım alma niyetleri ve psikolojik sıkıntı ile psikolojik yardım alma niyetleri arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı bulgusu elde edilmiştir. Katılımcıların, aile yılmazlığı ve psikolojik sıkıntı düzeyleri arasındaki ilişkinin ise anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuca göre anne babaların yılmazlık düzeyleri arttığında, psikolojik sıkıntı düzeyleri düşmektedir.

Katılımcıların; yaş gruplarına, herhangi bir nedenle psikolojik destek alma veya alıyor olması durumuna, özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının yaşlarına ve tanılanma yaşlarına göre psikolojik sıkıntı düzeylerinin; gelir gruplarına göre psikolojik yardım alma niyetlerinin; sahip oldukları özel eğitime ihtiyacı olan çocuk sayılarına göre yılmazlık düzeylerinin; sürekliliği olan ruh sağlığı ile ilgili bir sorununun olması durumuna göre psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetlerinin; çocuklarının özel durumlarından dolayı aile içi ve günlük işlerinde sorun yaşamalarına göre yılmazlık ve psikolojik sıkıntı düzeylerinin farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır.

Bu sonuçlara göre 11 ve 12 yaşlarında özel eğitime ihtiyacı olan çocuğa sahip anne babaların psikolojik sıkıntı düzeyleri, 13 yaşında özel eğitime ihtiyacı olan çocuğa sahip anne babaların psikolojik sıkıntı düzeylerinden daha yüksektir. Geliri olmayan anne babaların psikolojik yardım alma niyetleri, asgari ücretle çalışan ve 5.001,00-7.500,00 TL arasında geliri olan anne veya babaların psikolojik yardım alma niyetlerinden daha yüksektir. Ruh sağlığı ile ilgili bir sorunu olan anne babaların psikolojik sıkıntı düzeyleri, ruh sağlığı ile ilgili bir sorunu olmayan anne babaların psikolojik sıkıntı

düzeylerinden daha yüksektir. Ruh sağlığı ile ilgili bir sorunu olan anne babaların psikolojik yardım alma niyetleri, ruh sağlığı ile ilgili bir sorunu olmayan anne babaların psikolojik yardım alma niyetlerinden daha yüksektir. Herhangi bir nedenle psikolojik destek alan veya almaya devam eden anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeyleri, herhangi bir nedenle psikolojik destek almayan anne veya babaların psikolojik sıkıntı düzeylerinden daha düşüktür. Çocuğunun özel durumundan dolayı aile içi sorun yaşayan anne babaların yılmazlık düzeyleri, çocuğunun özel durumundan dolayı aile içi sorun yaşamayan anne babaların yılmazlık düzeylerinden daha düşüktür. Çocuğunun özel durumundan dolayı aile içi sorun yaşayan anne babaların psikolojik sıkıntı düzeyleri, çocuğunun özel durumundan dolayı aile içi sorun yaşamayan anne babaların psikolojik sıkıntı düzeylerinden daha yüksektir. Çocuğunun özel durumundan dolayı günlük işlerinde sorun yaşayan anne babaların yılmazlık düzeyleri, çocuğunun özel durumundan dolayı günlük işlerinde sorun yaşamayan anne babaların yılmazlık düzeylerinden daha düşüktür. Çocuğunun özel durumundan dolayı günlük işlerinde sorun yaşayan anne babaların psikolojik sıkıntı düzeyleri, çocuğunun özel durumundan dolayı günlük işlerinde sorun yaşamayan anne babaların psikolojik sıkıntı düzeylerinden daha yüksektir.

Katılımcıların; çocuklarına yakınlıklarına, öğrenim durumlarına, çalışma durumlarına, sahip oldukları çocuk sayılarına, kendi ailelerinde özel eğitim tanısı almış aile üyesinin olması durumuna, eşi ile akrabalık bağlarına, sürekliliği olan fiziksel bir rahatsızlığının veya hastalığının olması durumuna, çocuğunun özel durumunu kabullenmelerine, çocuklarının yaşamlarını bağımsız sürdüreceği düzeye geleceğini düşünmelerine, özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının tanılarına, özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının öğrencilik statülerine, özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının cinsiyetlerine göre yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetlerinin; yaş gruplarına, herhangi bir nedenle psikolojik destek alma veya alıyor olması durumuna, özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının yaşlarına, özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının tanılanma yaşlarına göre yılmazlık ve psikolojik yardım alma niyetlerinin; gelir gruplarına göre yılmazlık ve psikolojik sıkıntı düzeylerinin; sahip oldukları özel eğitime ihtiyacı olan çocuk sayılarına göre

psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetlerinin; sürekliliği olan ruh sağlığı ile ilgili bir sorununun olması durumuna göre yılmazlık düzeylerinin; çocuklarının özel durumlarından dolayı aile içi sorun yaşamalarına, çocuklarının özel durumlarından dolayı günlük işlerinde sorun yaşamalarına göre psikolojik yardım alma niyetlerinin farklılık göstermediği sonucu elde edilmiştir.

6.2. Öneriler

6.2.1. Araştırmacılara Öneriler

1. Katılımcıların özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının yaşlarına ve tanılanma yaşlarına göre psikolojik sıkıntı düzeylerinin farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Özel eğitime ihtiyacı olan çocuklarının yaşları ve tanılanma yaşları ile psikolojik sıkıntı düzeyleri üzerine çalışmalar yapılabilir.

2. Katılımcıların; yaş gruplarına göre psikolojik sıkıntı düzeylerinin, gelir gruplarına göre psikolojik yardım alma niyetlerinin ve sahip oldukları özel eğitime ihtiyacı olan çocuk sayılarına göre yılmazlık düzeylerinin farklılık gösterdiği bulgusu elde edilmiştir. Yaş ile psikolojik sıkıntı, gelir ile psikolojik yardım alma niyeti ve ailenin sahip olduğu özel eğitime ihtiyacı olan çocuk sayısı ile aile yılmazlığı üzerine çalışmalar yapılabilir.

3. Katılımcıların; sürekliliği olan ruh sağlığı ile ilgili bir sorununun olması durumuna göre psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetlerinin ve herhangi bir nedenle psikolojik destek alma veya alıyor olması durumuna göre psikolojik sıkıntı düzeylerinin farklılaştığı bulgusuna ulaşılmıştır. Sürekliliği olan ruh sağlığı sorunu ile psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyeti ve psikolojik destek alma ile psikolojik sıkıntı üzerine çalışmalar yapılabilir.

4. Katılımcıların, çocuklarının özel durumlarından dolayı aile içi ve günlük işlerinde sorun yaşamalarına göre yılmazlık ve psikolojik sıkıntı düzeylerinin farklılaştığı bulgusu elde edilmiştir. Çocukların özel durumlarından dolayı aile

içi ve günlük işlerde sorun yaşama ile yılmazlık ve psikolojik sıkıntı üzerine çalışmalar yapılabilir.

5. Katılımcıların, aile yılmazlığı ve psikolojik sıkıntı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Anne babaların yılmazlık düzeyleri arttığında, psikolojik sıkıntı düzeyleri düşmektedir. Aile yılmazlığı ile psikolojik sıkıntı arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik daha kapsamlı çalışmalar yapılabilir.

6.2.2. Uygulayıcılara Öneriler

1. Çocukları; erken izleme, tarama, değerlendirme ve teşhis etmenin önemli olduğu ve bu durumun ebeveynlerin yaşayacağı sorunlara erken müdahale anlamına da geldiği bilinmektedir. Okul öncesinde özel eğitim ve rehabilitasyon hizmetlerinin etkin bir şekilde verilmesi, çocukların edinmesi gereken becerileri zamanında öğrenmelerini sağlayacaktır.

2. Psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları olumlu yönde etkileyecek bilgilendirmeye yönelik çalışmaların yapılmasıyla psikolojik yardım alma niyeti artırılabilir. Bunun için kamu spotları hazırlanabilir, öğretmenlerin desteğine başvurulabilir, daha önce yardım almış aileleri grup çalışmaları gibi çalışmalarla yardım almamış aileler ile bir araya getirerek etkileşimleri sağlanabilir ve böylece yardım almaya yönlendirilmeleri sağlanabilir. Okullarda sunulan rehberlik hizmetlerinin daha etkin hale getirilmesi, bu yönde sunulan hizmetlerin verimini artıracaktır.

3. Anne babalara, özellikle de babalara yönelik psiko-eğitim programlarının düzenlenmesi veya var olan programların etkinliğinin artırılması; anne babaların yaşamlarını kolaylaştıracak, sıkıntılarının çözülmesine yardımcı olacak ve psikolojik yardım almaya yönelik tutumlarını olumlu yönde etkileyecektir. Anne babaların olası yük ve sıkıntılarını azaltmak için aile eğitimi ve danışmanlığı programları daha etkin bir şekilde hazırlanabilir ve bu programların yaşama geçirilmesi sonucu anne babalara etkili problem çözme ve zorluklarla mücadele edebilme becerileri kazandırılabilir. Okulların rehberlik servislerinde görev yapan uzmanların ve öğretmenlerin ailelere

yönelik olarak daha koordineli bir şekilde çalışmalarının sağlanması, ailelerin yaşadığı sıkıntıları ortadan kaldıracak veya en aza indirecektir.

4. Ailelere hizmet sunan kurum ve kuruluşların (psikiyatri klinikleri, aile danışma merkezleri, okulların rehberlik servisleri, psikiyatrik kriz merkezleri vb.) sunduğu hizmetlerde daha planlı ve eşgüdümlü hareket etmeleri; ailelerin psikolojik yardım alma niyetlerine veya alınan hizmetlerin devamlılığına katkı sağlayacaktır.

5. Aile içinde annenin yükünü alan ve anneye yardımcı olan hizmet kurumları geliştirilmeli ve yaygınlaştırılmalıdır. Belediyeler bu konuda daha aktif hizmet verebilirler. Ayrıca ev işi ve çocuk yetiştirmenin sadece kadınların görevi olmadığı, ortak yaşamların ortak sorumluluklar gerektirdiği düşüncesi toplumda yaygınlaştırılmalıdır. Bu konuda medyadan daha aktif bir şekilde yararlanılabilir.

6.2.3. Anne Babalara Öneriler

1. Anne babaların, psiko-eğitim programlarına katılmaları; yaşamlarında karşılaştıkları olası sorunlarla baş etmelerini kolaylaştıracak ve özel eğitime ihtiyacı olan çocukları ile ilgili gerekli olan her türlü bilgiye sahip olmalarını sağlayacaktır.

2. Çocuk yetiştirme ve aile ile ilgili her türlü konuda anne babaların ortak sorumluluk sahibi olduklarını bilmeleri ve birbirlerinin yaşamlarını kolaylaştırıcı yönde hareket etmeleri, karşılaştıkları her türlü güçlüğü aşmalarındaki temel rehber olacaktır.

3. Anne babalar, aile yaşamından kaynaklanan ve psikolojik dayanıklılıklarını olumsuz yönden etkileyen riskli durumlardan (aile içi sorunlar vb.) kaçınarak çocuklarına daha faydalı olabilirler.

KAYNAKÇA

- Altın, B. (2020). *Otizm spektrum bozukluğu olan çocukların aldıkları eğitim modelinin annelerinin sürekli umut ve aile yılmazlık düzeylerine etkisi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Altun, Y., Özen, M. ve Kuloğlu, M. M. (2019). Psikolojik Sıkıntı Ölçeğinin Türkçe uyarlaması: Geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 20(Ek sayı:1), 23-31.
- Arellano, A., Denne, L.D., Hastings, R. P., & Hughes, C. (2017). Parenting sense of competence in mothers of children with autism: Associations with parental expectations and levels of family support needs. *Parents and Families*, 44(2), 212-218.
- Arslan, K. (2020). *Otizmli çocuğu olan ailelerin dayanıklılığına etki eden faktörlerin incelenmesi* (Yayınlanmamış doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Atkinson, N. W. (2007). *Chinese and North American college students' attitudes towards seeking professional psychological help: Gender and ethnic comparisons* (Unpublished master's thesis). Humboldt State University, Arcata, CA.
- Bathje, G. J., & Pryor, J. B. (2011). The relationships of public and self-stigma to seeking mental health services. *Journal of Mental Health Counseling*, 33(2), 161-176.
- Bayraklı, H. (2010). *Zihinsel engelli ve engelli olmayan çocuğa sahip annelerde yılmazlığa etki eden değişkenlerin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Özel Eğitim Anabilim Dalı, Ankara.
- Bedir, Ş. (2018). *Engelli çocuğa sahip annelerde duyguların dışı vurumu ve psikolojik yardım alma tutumu* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bildirici, F. (2014). *Özel eğitime gereksinimi olan çocuğa sahip ailelerde aile yükü ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Black, K., & Lobo, M. (2008). A conceptual review of family resilience factors. *Journal of Family Nursing*, 14(1), 33-55.
- Boyras, G., & Sayger, T. V. (2011). Psychological well-being among fathers of children with and without disabilities: the role of family cohesion, adaptability, and paternal self-efficacy. *American Journal of Men's Health*, 5(4), 286–296.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak-Kılıç, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri*, (13. baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Cairney, J., & Krause, N. (2005). The social distribution of psychological distress and depression in older adults. *Journal of Aging and Health*, 17(6), 807-835.
- Campbell-Sills, L., Forde, D. R., & Stein, M. B. (2009). Demographic and childhood environmental predictors of resilience in a community sample. *Journal of Psychiatric Research*, 43(12), 1007-1012.
- Caron, J., & Liu, A. (2011). Factors associated with psychological distress in the Canadian population: a comparison of low-income and non low-income sub-groups. *Community Mental Health Journal*, 47(3), 318-330.
- Cavkaytar, A. (2010). Özel gereksinimli çocuğu olan aileler. T. Güler (Ed.), *Anne baba eğitimi* (s. 73-89) içinde. Ankara: PEGEM Yayınları.
- Cavkaytar, A. (2013). Özel eğitime gereksinim duyan çocuklar ve özel eğitim. İ. H. Diken (Ed.), *Özel eğitime gereksinimi olan öğrenciler ve özel eğitim* (s. 3-27) içinde. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- CDC (Centers for Disease Control and Prevention) (2020). *Autism spectrum disorder*. Retrieved October 10, 2020 from <https://www.cdc.gov/ncbddd/autism>
- Cengiz, C. (2008). Farklı gelişimsel özellikleri olan çocuğa sahip ailelerin sorunları. *Ufkun Ötesi Bilim Dergisi*, 8(1), 25-37.
- Chittleborough, C. R., Winefield, H., Gill, T. K., Koster, C., & Taylor, A. W. (2011). Age differences in associations between psychological distress and chronic conditions. *International Journal of Public Health*, 56(1), 71–80.
- Christensen, J., Grønberg, T. K., Sørensen, M. J., Schendel, D., Parner, E. T., Pedersen, L. H., & Vestergaard, M. (2013). Prenatal valproate

- exposure and risk of autism spectrum disorders and childhood autism. *The Journal of the American Medical Association*, 309(16), 1696-1703.
- Cihan-Güngör, H. (2014). Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Turkish Studies – International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 9(5), 497-512.
- Coşkun, Y. ve Akkaş, G. (2009). Engelli çocuğu olan annelerin sürekli kaygı düzeyleri ile sosyal destek algıları arasındaki ilişki. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 10(1), 213-227.
- Çengelci, B. (2009). Otizm ve down sendromlu çocuğa sahip annelerin kaygı umutsuzluk ve tükenmişlik duygularının karşılaştırılması. *Ege Eğitim Dergisi*, 10(2), 1-22.
- Demiray, G. (2019). *Özel gereksinimli çocuğu olan ailelerde yaşam kalitesi, umutsuzluk ve yılmazlık arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Demirel, S. (2005). Özel eğitim ve rehabilitasyon hizmetlerinde aile eğitiminin önemi. *Ufkun Ötesi Bilim Dergisi*, 5(1), 61-74.
- Demirel, S. (2018). Engellilere yönelik sosyal yardımlar ve sosyal hizmetler. G. Yaşar (Ed.), *Sosyal Güvenlik Sistemi* (s. 241-265) içinde. Erzurum: Atatürk Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayını.
- Drapeau, A., Marchand, A., & Beaulieu-Prévost, D. (2012). Epidemiology of psychological distress. In L. L'Abate (Ed.), *Mental illnesses: Understanding, prediction and control* (pp.105–134). Rijeka: InTech.
- Dur, Ş. ve Mutlu, B. (2018). Otizm spektrum bozukluğu ve hemşirelik yaklaşımı. *Koç Üniversitesi Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi (HEAD)*, 15(1), 45-50.
- Ektaş, E. E. (2017). *Otizm tanısı almış çocukların annelerinin psikolojik dayanıklılık, öz duyarlılık ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Erkan, S., Özbay, Y., Cihangir-Çankaya, Z. ve Terzi, Ş. (2012). Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin yordanması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(1), 25-42.

- Eyüboğlu, S. (2019). *Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin depresif belirtilerinin yordanmasında psikolojik dayanıklılık ve kolektivist başa çıkma stillerinin rolü* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Trabzon Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Trabzon.
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J. H., & Martinussen, M. (2003). A new rating scale for adult resilience: what are the central protective resources behind healthy adjustment? *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 12(2), 65-76.
- Gadalla, T. M. (2009). Determinants, correlates and mediators of psychological distress: A longitudinal study. *Social Science & Medicine*, 68(12), 2199-2205.
- González-Castro, J. L., & Ubillos, S. (2011). Determinants of psychological distress among migrants from Ecuador and Romania in a Spanish city. *International Journal of Social Psychiatry*, 57(1), 30-44.
- Görgü, E. (2005). *3-7 yaş arası otistik çocuk sahibi olan annelerin algıladıkları sosyal destek ile depresyon düzeyleri arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Harper, A., Taylor Dyches, T., Harper, J., Olsen Roper, S., & South, M. (2013). Respite care, marital quality, and stress in parents of children with autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43(11), 2604- 2616.
- Hassamancıoğlu, U., Akın, A., Yoldaş, C. ve Şahin, S. (2020). Özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerde, aile içi roller ve çocuğu tanıma becerilerinin aile yılmazlığına etkisinin incelenmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 31(3), 1176-1200.
- Hawley, D. R. (2000). Clinical implications of family resilience. *American Journal of Family Therapy*, 28(2), 101-116.
- Hobson, H. L. (2008). *The effects of mental health education on reducing stigma and increasing positive attitudes toward seeking therapy* (Unpublished master's thesis). Humboldt State University, California, USA.
- Horwitz, A.V. 2007. Distinguishing distress from disorder as psychological outcomes of stressful social arrangements. *Health*, 11,273-289.

- Hyman, S. L., Levy, S. E., & Myers, S. M. (2020). Identification, evaluation, and management of children with autism spectrum disorder. *American Academy of Pediatrics*, 145(1), 1-71.
- İrem, Y. (2018). *Özel eğitim sınıflarında/okullarında öğrenim gören hafif düzeyde zihinsel yetersizliğe sahip öğrencisi bulunan velilerin özel eğitimden beklenti düzeyleri (Sivas ili örneği)* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sivas.
- Jorm, A. F., Windsor, T. D., Dear, K. B. G., Anstey, K. J., Christensen, H., & Rodgers, B. (2005). Age group differences in psychological distress: The role of psychosocial risk factors that vary with age. *Psychological Medicine*, 35(9), 1253–1263.
- Kaça, G., Amado, S., Kıkıcı, İ., Cilasin, S., Dağ, E., Leylek, İ., & Şahin, Ö. (2009). Organ bağışına yönelik tutumların planlı davranış kuramı çerçevesinde incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(64), 78-91.
- Kaner, S., Bayraklı, H. ve Güzeller, C. O. (2011). Anne-babaların yılmazlık algılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 12(02), 63-78.
- Kaya, M. O. (2019). *Otizmli çocuğu olan annelerde grup rehberliği programının algılanan stres düzeyine etkisi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Kitapcı, A. (2018). *Çocuklarında otizm spektrum bozukluğu olan annelerde öznel iyi oluşun yordayıcıları olarak özgecilik ve empati kavramlarının değerlendirilmesi*, (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kurt, A. S., Tekin, A., Koçak, A., Koçak, V., Kaya, Y., Özpulat, Ö. ve Önat, H. (2008). Zihinsel engelli çocuğa sahip anne babaların karşılaştığı güçlükler. *Türkiye Klinikleri Pediatri Dergisi*, 17(3), 158-163.
- Kurt, T. H. (2018). *Otizm spektrum tanısı konulmuş çocuğa sahip ailelerin psikolojik süreçlerinin stres ve tükenmişlik bağlamında incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Kushner, M. G., & Sher, K. J. (1989). Fear of psychological treatment and its relation to mental health service avoidance. *Professional Psychology: Research and Practice*, 20(4), 251–257.
- Lee, E.K. O., Shen, C., & Tran, T. V. (2009). Coping with Hurricane Katrina: Psychological distress and resilience among African American evacuees. *Journal of Black Psychology*, 35(1), 5-23.
- Lloyd, T., & Hastings, R. (2009). Hope as a psychological resilience factor in mothers and fathers of children with intellectual disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research*, 53(12), 957-968.
- Lopes-Cardozo, B., Gotway Crawford, C., Eriksson, C., Zhu, J., Sabin, M., Ager, A., Foy, D., Snider, L., Scholte, W., Kaiser, R., Olf, M., Rijnen, B., & Simon, W. (2012) psychological distress, depression, anxiety, and burnout among international humanitarian aid workers: A longitudinal study. *Plos One*, 7(9), e44948.
- Mandemakers, J. J., & Monden, C. W. S. (2010). Does education buffer the impact of disability on psychological distress? *Social Science & Medicine*, 71(2), 288-297.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.
- Masten, A., & Powell J. (2007). A resilience framework for research, policy and practice. In S. Luthar (Ed.), *Resilience and vulnerability. Adaptation in the context of childhood adversities*, U.S.A.: University Cambridge Press.
- Masulani-Mwale, C., Kauye, F., Gladstone, M., & Mathanga, D. (2018). Prevalence of psychological distress among parents of children with intellectual disabilities in Malawi. *BMC Psychiatry*, 18(146), 1-7.
- McCubbin, H. I., McCubbin, M. A., Thompson, A. I., Han, S. Y., & Allen, C. T. (1997). *Families under stress: What makes them resilient*. Washington, DC: AAFCS Commemorative Lecture.
- McCubbin, M. A., McCubbin, H. I., & Thompson, A. I. (1996). Family problem solving communication (FPSC). In H. I. McCubbin, A. I. Thompson, & M. A. McCubbin (Eds.), *Family Assessment: Resiliency, Coping and Adaptation-Inventories for Research and Practice* (pp. 639-688). Madison, WI: University of Wisconsin.

- Mirowsky, J., & Ross, C. E. (2002). Selecting outcomes for the sociology of mental health: Issues of measurement and dimensionality. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 152-170.
- Miville, M. L., & Constantine, M. G. (2007). Sociocultural predictors of psychological help-seeking attitudes and behavior among Mexican American college students. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 12(3), 420-432.
- Mustafaoğlu-Çiçek, N. (2019). *Otizm spektrum bozukluğu olan çocukların anne-babalarında psikolojik dayanıklılık ve kardeşlerinde duygu düzenleme becerilerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Myklestad, I., Røysamb, E., & Tambs, K. (2012). Risk and protective factors for psychological distress among adolescents: A family study in the Nord-Trøndelag Health Study. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 47(5), 771-782.
- Oğuz, Y. (2005). Engelliliğe toplumsal ve etik bakış. S. Demirel ve K. Alptekin (Yay. Haz.), *Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Hizmetlerine İhtiyaç Duyan Bireyler ve Aileleri* (s. 131-139) içinde. Ankara: Zihinsel ve Bedensel Engelli Çocukları ve Aileleri Araştırma Eğitim Dayanışma ve Yardımlaşma Derneği Yayını.
- Özçigeli, B. (2016). *Otistik çocuğa sahip ailelerin gereksinimlerinin belirlenmesi üzerine bir çalışma*, (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özel Eğitim Hakkında Kanun Hükmünde Kararname (1997, 6 Haziran). *Resmî Gazete* (Sayı: 23011 (Mükerrer)). Erişim adresi: <http://resmigazete.gov.tr>
- Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği (2018, 7 Temmuz). *Resmî Gazete* (Sayı: 30471). Erişim adresi: <http://resmigazete.gov.tr>
- Özkan, F. (2016). *Zihinsel engelli çocuğu olan anne babaların depresyon ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Öztürk-Tokuç, F. (2009). *Otistik çocuk ve aile özelliklerinin aile işlevlerine etkisi*, (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- Patterson, J. (2002). Integrating family resilience and family stress theory. *Journal of Marriage and Family*, 64(2), 349–360.
- Patterson, J. M. (2002). Understanding family resilience. *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), 233-246.
- Paul, C., Ayis, S., & Ebrahim, S. (2006). Psychological distress, loneliness and disability in old age. *Psychology, Health & Medicine*, 11(2), 221–232.
- Phillips, M. R. (2009). Is distress a symptom of mental disorders, a marker of impairment, both or neither? *World Psychiatry*, 8(2), 91-92.
- Phongsavan, P., Chey, T., Bauman, A., Brooks, R., & Silove, D. (2006). Social capital, socio-economic status and psychological distress among Australian adults. *Social Science & Medicine*, 63(10), 2546–2561.
- Reichow, B., Hume, K., Barton, E. E., & Boyd, B. A. (2018). Early intensive behavioral intervention (EIBI) for young children with autism spectrum disorders (ASD). *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 5, 1-54.
- Rickwood, D., Deane, F. P., Wilson, C. J., & Ciarrochi, J. (2005). Young people's help-seeking for mental health problems. *Australian e-Journal for the Advancement of Mental Health*, 4(3), 218-251.
- Ridner, S. H. (2004). Psychological distress: Concept analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 45(5), 536–545.
- Rutter, M. (1999). Resilience concepts and findings: Implications for family therapy. *Journal of Family Therapy*, 21(2), 119–144.
- Seligman, M. E., Steen, T. A., Park, N. and Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60(5), 410-421.
- Sencar, B. (2007). *Otistik çocuğa sahip ailelerin algıladıkları sosyal destek ve stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Sezgin, F. (2009). Relationships between teacher organizational commitment, psychological hardiness and some demographic variables in Turkish primary schools. *Journal of Educational Administration*, 47(5), 630-651.
- Shaffer, P. A., Vogel, D. L., & Wei, M. (2006). The mediating roles of anticipated risks, anticipated benefits, and attitudes on the decision to

- seek professional help: An attachment perspective. *Journal of Counseling Psychology*, 53(4), 442–452.
- Simon, J.B., Murphy, J. J., & Smith, S.M. (2005). Understanding and fostering family resilience. *The Family Journal: Counselling and Therapy For Couples and Families*, 13(4), 427-436.
- Sojo, V., & Guarino, L. (2011). Mediated moderation or moderated mediation: Relationship between length of unemployment, resilience, coping and health. *The Spanish Journal of Psychology*, 14(01), 272-281.
- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: Interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 5(1), 1-14.
- Şıkşık, G. (2016). *Otizmli çocuğa sahip ebeveynlerin otizm algıları ve aile özellikleri ile benlik saygıları arasındaki ilişkinin belirlenmesi*, (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- T.C. MEB (2002). *Eğitim uygulama okulu eğitim programı*. Ankara: Milli Eğitim Basımevi.
- T.C. MEB (2006). *Özel eğitim hizmetleri tanıtım el kitabı*. Ankara: T.C. MEB Özel Eğitim Rehberlik ve Danışma Hizmetleri Genel Müdürlüğü.
- T.C. MEB (2011). *Özel eğitim okullarında aile eğitimi uygulamalarının değerlendirilmesi*. Ankara: T.C. MEB Eğitimi Araştırma ve Geliştirme Dairesi Başkanlığı.
- T.C. MEB (2014). *Özel eğitim*. T.C. Millî Eğitim Bakanlığı MEGEP Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Programı, Ankara.
- T.C. MEB (2016). *Özel eğitime giriş*. T.C. Millî Eğitim Bakanlığı MEGEP Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Programı, Ankara.
- Topkaya, N. (2011). *Psikolojik yardım alma niyetinin sosyal damgalanma, tedavi korkusu, beklenen yarar, beklenen risk ve tutum faktörleriyle modellenmesi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, İzmir.
- Topkaya, N. (2014). Psikolojik yardım alma niyetini yordamada demografik, bireysel ve çevresel faktörler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 29(74), 1-11.

- Topkaya, N. ve Büyükgöze-Kavas, A. (2015). Algılanan sosyal destek, yaşam doyumu, psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ve niyet arasındaki ilişkiler: Bir model çalışması. *Turkish Studies*, 10(2), 979-996.
- Topkaya, N. ve Kağnıcı, D. Y. (2012). Psikolojik yardım alma niyeti: Bir model testi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 27(69), 101-117.
- Topkaya, N., Albayrak, K., Yurdusever, N. ve Bozkurt, İ. (2020). Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma niyeti ile kendini açma beklentileri ve kendini damgalamaları arasındaki ilişki. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(2), 503-517.
- Turan, N. (2017). *Otistik çocuğa sahip ailelerin yılmazlık düzeylerinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Twenge, J. M., Campel, W. K., & Foster, C. A. (2003). Parenthood and marital satisfaction: A meta analytic review. *Journal of Marriage and Family*. 65(3), 574-583.
- Uğuz, Ş., Toros, F., Yazgan-İnanç, B. ve Çolakkadıoğlu, O. (2004). Zihinsel ve/veya bedensel engelli çocukların annelerinin anksiyete, depresyon ve stres düzeylerinin belirlenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 7(1), 42-47.
- Upadhyaya, G., & Havalappanavar, N. (2008). Stress in parents of the mentally challenged. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 34(Special Issue), 53-59.
- Vogel, D. L., & Armstrong, P. I. (2010). Self-concealment and willingness to seek counseling for psychological, academic, and career issues. *Journal of Counseling & Development*, 88(4), 387–396.
- Vogel, D. L., & Wester, S. R. (2003). To seek help or not to seek help: The risks of self-disclosure. *Journal of Counseling Psychology*, 50(3), 351-361.
- Vogel, D. L., Wade, N. G., & Hackler, A. H. (2007). Perceived public stigma and the willingness to seek counseling: The mediating roles of self-stigma and attitudes toward counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 54(1), 40–50.
- Vogel, D. L., Wade, N. G., & Hackler, A. H. (2008). Emotional expression and the decision to seek therapy: The mediating roles of the anticipated

- benefits and risks. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27(3), 254–278.
- Vogel, D. L., Wester, S. R., & Larson, L. M. (2007). Avoidance of counseling: Psychological factors that inhibit seeking help. *Journal of Counseling & Development*, 85(4), 410–422.
- Vogel, D. L., Wester, S. R., Wei, M., & Boysen, G. A. (2005). The role of outcome expectations and attitudes on decisions to seek professional help. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 459–470.
- Walsh, F. (2016). *Strengthening family resilience* (3rd ed.). New York, NY: Guilford Press.
- Walters, V., McDonough, P., & Strohschein, L. (2002). The influence of work, household structure, and social, personal and material resources on gender differences in health: An analysis of the 1994 Canadian National Population Health Survey. *Social Science & Medicine*, 54(5), 677-692.
- Watson, D. (2009). Differentiating the mood and anxiety disorders: A quadripartite model. *Annual Review of Clinical Psychology*, 5, 221-247.
- Weitlauf, A. S., Vehorn, A. C., Taylor, J. L., & Warren, Z. E. (2014). Relationship satisfaction, parenting stress, and depression in mothers of children with autism. *Autism*, 18(2), 194-198.
- Wheaton, B. (2007). The twain meets: Distress, disorder and the continuing conundrum of categories (comment on Horwitz). *Health*, 11, 303-319.
- WHO – World Health Organization (2011). *World report on disability*. Retrieved September 05, 2020 from <https://www.who.int/publications/i/item/world-report-on-disability>
- Yamaoka, Y., Tamiya, N., Moriyama, Y., Sandoval-Garrido, F. A., Sumazaki, R., & Noguchi, H. (2015). Mental health of parents as caregivers of children with disabilities: Based on Japanese nationwide survey. *Plos One*, 10(12), 1-14.
- Yavuz, B. (2019). *2-6 yaş arası otizmli çocuğa sahip olan ebeveynlerin kaygı, psikolojik yardım arama ve problem çözme düzeylerinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Yazıcı, D. N. ve Durmuşoğlu, M. C. (2017). Özel gereksinimli çocuğu olan ailelerin karşılaştığı sorunlar ve beklentilerinin incelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30(2), 657-681.
- Yazkan, G. (2018). *Otizm spektrum bozukluğu (OSB) tanısı almış çocukların aile bireylerinin stresle başa çıkma tarzlarının depresyon ve kaygı düzeylerindeki rolü* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikolojisi AD, İstanbul.
- Yıldırım, A., Hacıhasanoğlu-Aşlar, R., & Karakurt, P. (2013). Effects of a nursing intervention program on the depression and perception of family functioning of mothers with intellectually disabled children. *Journal of Clinical Nursing*, 22(1-2), 251-261.
- Yıldırım, B. (2018). *Otizm spektrum bozukluğu tanısı almış çocukların anne babalarının depresyon, kaygı ve yaşam kalitesi düzeylerinin, psikolojik yardım almaya yönelik tutumları ile ilişkisi üzerine bir inceleme* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldırım, M. (2020). *Otizm spektrum bozukluğu tanısı olan çocukların annelerinin psikolojik sıkıntı, travma sonrası gelişim ve yaşam doyumu düzeyleri ile ilgili değişkenler* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Zeteroğlu, E. Ş. (2006). *Yirmibeş-yetmişiki aylar arasındaki otistik çocukların gelişimlerinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

EKLER

Ek 1: Katılımcı Bilgilendirme ve Aydınlatılmış Onam Formu

KATILIMCI BİLGİLENDİRME VE AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU

Sayın Katılımcı,

Ekte yer alan “Kişisel Bilgi Formu”, “Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği (AYDÖ)”, “Psikolojik Sıkıntı Ölçeği (K10-PSÖ)” ve “Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri (PYANE); özel eğitime ihtiyacı olan çocukların anne babalarında yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetinin incelenmesine yönelik yapmakta olduğumuz araştırmanın bir parçasıdır.

Elde edilen veriler, özel eğitime ihtiyacı olan çocukların anne babalarında yılmazlık, psikolojik sıkıntı ve psikolojik yardım alma niyetini anlamamız için kullanılacaktır.

Aşağıda bulunan form ve ölçekleri doldurarak, araştırmaya katılmayı kabul etmiş olacaksınız. Bu araştırmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayalı olup, sizden kimliğinizi belirleyici hiçbir bilgi istenmemektedir.

Bu çalışma süresince toplanan veriler, yalnızca akademik araştırma amacı ile kullanılacaktır ve yalnızca ulusal/uluslararası akademik toplantılarda ve/veya yayınlarda sunulacaktır.

Bizimle iletişime geçerek istediğiniz zaman çalışmadan çekilebilirsiniz. Eğer çalışmadan çekilirseniz, sizden toplanan tüm veriler veri tabanımızdan silinecektir ve sizinle ilgili olan veriler çalışmada kullanılmayacaktır.

Bu konu ile ilgili herhangi bir sorunuz veya endişeniz olursa, bize aşağıdaki iletişim bilgilerinden ulaşabilirsiniz.

Yrd. Doç. Dr. Ezgi ULU
Klinik Psikoloji Anabilim Dalı
Yakın Doğu Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Tel:
e-posta:

Ayşe DEMİREL
Klinik Psikoloji Anabilim Dalı
Yüksek Lisans Öğrencisi
Yakın Doğu Üniversitesi
Tel:
e-posta:

Ek 2: Kişisel Bilgi Formu

KİŞİSEL BİLGİ FORMU**1. Özel eğitime ihtiyacı olan çocuğunuzun tanısı nedir?**

- | | |
|------------------------------|--|
| (1) Zihinsel yetersizlik | (2) İşitme yetersizliği |
| (3) Görme yetersizliği | (4) Bedensel yetersizlik |
| (5) Özel öğrenme güçlüğü | (6) Dil ve konuşma güçlüğü |
| (7) Otizm spektrum bozukluğu | (8) Down sendromu |
| (9) Birden fazla yetersizlik | (9) Diğer (<i>Lütfen belirtiniz</i>) |

2. Özel eğitime ihtiyacı olan çocuğunuzun okuldaki öğrencilik statüsü nedir?

- | | |
|---------------------------|----------------------------------|
| (1) Kaynaştırma öğrencisi | (2) Özel eğitim sınıfı öğrencisi |
|---------------------------|----------------------------------|

3. Özel eğitime ihtiyacı olan çocuğunuzun cinsiyeti nedir?

- | | |
|---------|-----------|
| (1) Kız | (2) Erkek |
|---------|-----------|

4. Özel eğitime ihtiyacı olan çocuğunuz kaç yaşında?**5. Çocuğunuza özel eğitim tanısı konulduğunda kaç yaşındaydı?****6. Çocuğunuza yakınlığınız?**

- | | |
|------------|------------|
| (1) Annesi | (2) Babası |
|------------|------------|

7. Yaşınız?**8. Öğrenim durumunuz?**

- | | | | |
|-----------------|--------------|----------|------------|
| (1) İlkokul | (2) Ortaokul | (3) Lise | (4) Lisans |
| (5) Lisans üstü | | | |

9. Çalışma durumunuz?

- | | | |
|--------------------|-----------|------------|
| (1) Ev hanımı | (2) Memur | (3) İşçi |
| (4) Serbest meslek | (5) İşsiz | (6) Emekli |

10. Aylık ortalama aile geliriniz?**11. Kaç çocuğunuz var?**

- | | | | |
|-------------|-------------|-------------|----------------------|
| (1) 1 çocuk | (2) 2 çocuk | (3) 3 çocuk | (4) 4 ve üzeri çocuk |
|-------------|-------------|-------------|----------------------|

12. Özel eğitime ihtiyacı olan kaç çocuğunuz var?

- | | | | |
|-------------|-------------|-------------|----------------------|
| (1) 1 çocuk | (2) 2 çocuk | (3) 3 çocuk | (4) 4 ve üzeri çocuk |
|-------------|-------------|-------------|----------------------|

13. Eşinizin ya da sizin ailenizde özel eğitim tanısı olan aile üyesi var mı?

- | | |
|----------|-----------|
| (1) Evet | (2) Hayır |
|----------|-----------|

14. Eşiniz (Çocuğunuzun annesi/babası) ile akrabalık bağınız var mı?

- | | | |
|---------------------------|-------------|-------------------|
| (1) Akrabalık bağımız yok | (2) Kuzenim | (3) Yakın akrabam |
| (4) Uzak akrabam | | |

15. Sürekliliği olan fiziksel bir rahatsızlığınız veya hastalığınız var mı?

- (1) Evet (2) Hayır

16. Sürekliliği olan ruh sağlığınız ile ilgili bir sorunuz var mı?

- (1) Evet (2) Hayır

17. Herhangi bir nedenle psikolojik destek aldınız mı veya alıyor musunuz?

- (1) Evet (2) Hayır

18. Çocuğunuzun özel durumunu kabullenebildiniz mi?

- (1) Evet (2) Hayır

19. Çocuğunuzun özel durumundan dolayı aile içi sorunlar yaşadınız mı?

- (1) Evet (2) Hayır

20. Çocuğunuzun özel durumundan dolayı günlük işlerinizi organize etmede sorun yaşıyor musunuz?

- (1) Evet (2) Hayır

21. Çocuğunuzun kendi yaşamını sürdüreceğ düzeye geleceğini düşünüyor musunuz?

- (1) Evet (2) Hayır

Ek 3: Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği

AİLE YILMAZLIĞI DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ (AYDÖ)

Lütfen her bir ifadeyi dikkatlice okuyunuz. Kendi bakış açınızdan ailenizi değerlendirdiğinizde aşağıdaki maddelerin her birinin ailenizi ne kadar iyi tanımladığına karar veriniz ve size uygun olan bir ifadeyi işaretleyiniz.

		Kesinlikle Katılıyorum	Katılıyorum	Katılmıyorum	Kesinlikle Katılmıyorum
1	Aile özelliklerimiz beklenmedik durumlarla başa çıkabilecek kadar esnektir.				
2	Arkadaşlarımız bizi olduğumuz gibi kabullenirler.				
3	Ailemizde birbirimiz için yaptıklarımız kendimizi ailemizin bir parçası olarak hissetmemizi sağlar.				
4	Karşılaştığımız stresli olayları hayatın bir parçası olarak kabul ederiz.				

Ek 4: Psikolojik Sıkıntı Ölçeği**PSİKOLOJİK SIKINTI ÖLÇEĞİ (K10-PSÖ)**

Aşağıdaki sorular son 30 gün içinde kendinizi nasıl hissettiğiniz hakkındadır. Lütfen her soruda söz konusu duyguyu hangi sıklıkta hissettiğinizi en iyi açıklayan sayıyı yuvarlak içine alınız.

S1.	Bu ay içerisinde kendiniz ile ilgili olarak aşağıdakileri ne sıklıkla hissettiniz?	Sürekli olarak	Çoğu zaman	Arada sırada	Seyrek olarak	Hiç olmadı
a.	... herhangi bir sebep olmadan aşırı yorgunluk					
b.	... sinirli					
c.	... hiçbir şekilde sakinleşemeyecek kadar sinirli					
d.	... umutsuz					

Ek 5: Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri**PSİKOLOJİK YARDIM ALMA NİYETİ ENVANTERİ (PYANE)**

Aşağıda, insanların bir uzmandan (psikolojik danışman, psikolog, psikiyatrist vb.) psikolojik yardım aldığı başlıca sorunların bir listesi verilmiştir. Bu sorunları siz yaşarsanız, bir uzmandan psikolojik yardım alma olasılığınız ne olur? Bir uzmandan psikolojik yardım alma olasılığınızı, lütfen her sorunun karşısında bulunan numaralardan birini yandaki düzeylere göre işaretleyerek belirtiniz.

		Kesinlikle yardım almam	Yardım almam	Yardım alırım	Kesinlikle yardım alırım
1	Uyum sorunları (yeni bir ortama veya duruma uyum sağlayamama)	1	2	3	4
2	Öz güven eksikliği	1	2	3	4
3	Evlilik/ilişki sorunları (eşle/sevgiliyle anlaşmazlık, geçimsizlik)	1	2	3	4
4	Boşanma/ayrılık	1	2	3	4

Ek 6: Ölçeklerin Telif Hakkı Sahiplerinden Alınmış İzinler

Gmail interface showing an email titled "Aile Yılmazlığı Değerlendirme Ölçeği İzin Talebi" (Family Yılmazlığı Evaluation Scale Permission Request) sent by "ayşe gömbel" to "Hüdayar Cihan".

ayşe gömbel (14 Mart Cmt 18:42 (3 gün önce))
Merhaba Hocam, Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı Öğrencisiyim. Yüksek lisans tezimi, "Özgü..."

Hüdayar Cihan (16 Mart Pzt 21:40 (20 saat önce))
Alıcı: ben
merhaba
istemis olduğunuz ölçeği ve değerlendirmesini ekte gönderiyorum.
iy çalışmalar

Doç. Dr. Hüdayar CİHAN
Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi
İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi Psikoloji Bölümü
Esenboğa Külliyesi Çubuk-ANKARA
Tel: 03129061457
e-mail.hudayarco@ybu.edu.tr

Gmail interface showing an email titled "Psikolojik Sıkıntı Ölçeği İzin Talebi" (Psychological Distress Scale Permission Request) sent by "ayşe gömbel" to "Yasin Altun".

ayşe gömbel (14 Mart Cmt 09:07 (3 gün önce))
Merhaba Hocam, Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı Öğrencisiyim. Yüksek lisans tezimi, "Özgü..."

Yasin Altun (14 Mart Cmt 12:33 (3 gün önce))
Alıcı: ben
Merhaba Ayşe Hanım,
Türkiye uyarladığımız Psikolojik Sıkıntı Ölçeğini (K10-PSÖ) kullanmak istemenizden memnun oldum. Tabii ki ölçeği kullanabilirsiniz.
Ekte ölçeğin uygulamasında kullanabileceğiniz iki sayfalık formunu ve [çalışmamızın yayını](#) olan makaleyi (pdf dosyası olarak) gönderiyorum.
Ölçek uygulanırken genellikle S1 başlığı altında yer alan (a'dan j'ye kadar) ilk 10 soru dikkate alınmaktadır (K10 olarak kısaltılması da bu nedendir). Orijinal ankette bulunan S2'den S6'ya kadar olan sorular klinisyenin daha geniş anamnez alabilmesine katkı sağlamasına karşın ölçeğin değerlendirilmesinde etkisi yoktur. Bu konu ölçeği geliştiren Prof. Kessler'e de tarafımızdan sorulmuş olup "sadece S1'deki 10 maddenin kodlandığını, çoğu kişinin ölçeği uygularken S2-S6 sorularını sormadığını ama sitelerinde Türkiye sürümünü yayınlayabilmeleri için tüm sayfaların çevirisinin yapılması gerektiğini" belirtmiştir. Bu nedenle çeviri bir bütün olarak yapılmış ve [yayınlanmıştır](#).
K10 ölçeğinde değerlendirme ilk sayfada bulunan S1 bölümündeki beşer seçeneği 10 soruya verilen yanıtlara göre yapılmaktadır. Ölçeğin orijinalinde seçenekler "All of the time=1" "None of the time=5" olarak derecelendirildiğinden, buna uygun olarak Türkçe formunda "Sürekli olarak=1"...."Hiç olmadı=5" şeklinde çevirdik. Fakat puanlama yaparken ise tam tersi olmaktadır.

Gmail interface showing an email titled "Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri İzin Talebi" (Psychological Help Seeking Intent Inventory Permission Request) sent by "ayşe gömbel" to "Nursel Topkaya".

ayşe gömbel (14 Mart Cmt 09:08 (3 gün önce))
Merhaba Hocam, Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı Öğrencisiyim. Yüksek lisans tezimi, "Özgü..."

Nursel Topkaya (15 Mart Paz 21:13 (2 gün önce))
Alıcı: ben
tezde, envanter var. lütfen makaleye atıf yapınız.
Kimden: "ayşe gömbel" <aysegombel@gmail.com>
Kime: "nursel topkaya" <nursel.topkaya@omu.edu.tr>
Gönderilenler: 14 Mart Cumartesi 2020 9:08:39
Konu: Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri İzin Talebi
...
This message has been scanned for viruses and dangerous content by [MailScanner](#), and is believed to be clean.

ÖZGEÇMİŞ

Ayşe DEMİREL

1977 yılında Nevşehir’de dünyaya geldi. İlk, orta ve lise öğrenimini Nevşehir’de tamamladı. Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Özel Eğitim Bölümü’nden mezun oldu. Atatürk Üniversitesi AÖF İş Sağlığı ve Güvenliği önlisans bölümünü bitirdi. Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Özel Eğitim yüksek lisans ve Osmangazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Yönetimi Teftişi Planlaması ve Ekonomisi yüksek lisans programlarını tamamladı. İstanbul Üniversitesi AUZEF Çocuk Gelişimi ve Anadolu Üniversitesi AÖF Sosyoloji bölümlerindeki lisans eğitimleri devam etmektedir.

İzcilikte liderlik, eğitimde yaratıcı drama, sivil savunma arama kurtarma, oryantiring antrenörlüğü ve hakemliği, kaynaştırma ve BEP eğitimi, işaret dili, eğitimde teknoloji uygulamaları, kurumsal iletişim, iş sağlığı ve güvenliği, alkol ve madde bağımlılığı danışmanlığı, cinsel terapiler, zekâ oyunları, eğitim koçluğu, robotik okuryazarlık gibi alanlarda süreli eğitimler aldı.

Millî Eğitim Bakanlığı’nın özel eğitimle ilgili çeşitli birimlerinde görevler aldı ve halen özel eğitim öğretmeni olarak çalışma hayatına devam etmektedir.

İNTİHAL RAPORU

AYŞE DEMİREL

ORJİNALLİK RAPORU

% 15	% 14	% 8	% 4
BENZERLİK ENDEKSİ	İNTERNET KAYNAKLARI	YAYINLAR	ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	toad.halileksi.net İnternet Kaynağı	% 2
2	www.turkishstudies.net İnternet Kaynağı	% 2
3	www.turkpsikolojiyazilari.com İnternet Kaynağı	% 1
4	dergipark.org.tr İnternet Kaynağı	% 1
5	openaccess.maltepe.edu.tr İnternet Kaynağı	% 1
6	hdl.handle.net İnternet Kaynağı	% 1
7	www.iecses.org İnternet Kaynağı	% 1
8	www.ejmanager.com İnternet Kaynağı	% 1
9	docs.neu.edu.tr İnternet Kaynağı	% 1

ETİK KURUL RAPORU



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ

BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU

03.07.2020

Sayın Ayşe Demirel

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na yapmış olduğunuz YDÜ/SB/2020/694 proje numaralı ve **“Özel Eğitime İhtiyacı Olan Çocukların Anne ve Babalarında Yılmazlık ile Psikolojik Sıkıntı ve Psikolojik Yardım Alma Niyeti Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”** başlıklı proje önerisi kurulumuzca değerlendirilmiş olup, etik olarak uygun bulunmuştur. Bu yazı ile birlikte, başvuru formunuzda belirttiğiniz bilgilerin dışına çıkmamak suretiyle araştırmaya başlayabilirsiniz.

Doçent Doktor Direnç Kanol

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Raportörü

A handwritten signature in black ink, reading "Direnç Kanol".

Not: Eğer bir kuruma resmi bir kabul yazısı sunmak istiyorsanız, Yakın Doğu Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na bu yazı ile başvurup, kurulun başkanının imzasını taşıyan resmi bir yazı temin edebilirsiniz.