

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÇOCUĞA SAHİP OLAN EBEVEYN İLE
ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÇOCUĞA SAHİP OLMAYAN EBEVEYNLERİN
UMUTSUZLUK DÜZEYLERİ VE YAŞAM DOYUMLARININ
İNCELENMESİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Hamza SAY

Tez Danışmanı
Prof. Dr. Ayten ERDOĞAN

İSTANBUL – 2020

TEZ TANITIM FORMU

- YAZAR ADI SOYADI** : Hamza SAY
- TEZİN DİLİ** : Türkçe
- TEZİN ADI** : Özel gereksinimli çocuğa sahip olan ebeveyn ile özel gereksinimli çocuğa sahip olmayan ebeveynlerin umutsuzluk düzeyleri ve yaşam doyumlarının incelenmesi
- ENSTİTÜ** : İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- ANABİLİM DALI** : Psikoloji
- TEZİN TÜRÜ** : Yüksek Lisans
- TEZİN TARİHİ** :
- SAYFA SAYISI** : 84
- TEZ DANIŞMANI** : Prof. Dr. Ayten ERDOĞAN
- DİZİN TERİMLERİ** : Özel Gereksinim, Yaşam Doyumu, Umutsuzluk Düzeyi
- TÜRKÇE ÖZET** : Bu araştırma da özel gereksinimli çocuğa sahip olan ve özel gereksinimli çocuğa sahip olmayan ebeveynlerin umutsuzluk düzeyi ve yaşam doyumu incelenmiştir. Araştırmaya katılanların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla Sosyo Demografik Bilgi Formu, umutsuzluk düzeyini ölçmek amacıyla Beck Umutsuzluk Ölçeği ve yaşam doyumunu ölçmek için Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın sonunda özel gereksinimli çocuğa sahip olan ebeveynlerin özel gereksinimli çocuğa sahip olmayan ebeveyne göre umutsuzluk düzeyi ve yaşam doyumu toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur.
- DAĞITIM LİSTESİ** : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsüne
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÇOCUĞA SAHİP OLAN EBEVEYN İLE
ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÇOCUĞA SAHİP OLMAYAN EBEVEYNLERİN
UMUTSUZLUK DÜZEYLERİ VE YAŞAM DOYUMLARININ
İNCELENMESİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Hamza SAY

Tez Danışmanı
Prof. Dr. Ayten ERDOĞAN

İSTANBUL – 2020

BEYAN

Bu tezin/projenin hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğu, başkalarının ederlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğu, kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, tezin/projenin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez/proje olarak sunulmadığını beyan ederim.

Hamza SAY

TARİH



JÜRİ ÜYELERİNİN KABUL VE ONAY SAYFASI ÖRNEĞİ

İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Hamza SAY'ın Özel gereksinimli çocuğa sahip olan ebeveyn ile özel gereksinimli çocuğa sahip olmayan ebeveynlerin umutsuzluk düzeyleri ve yaşam doyumlarının incelenmesi adlı tez çalışması, jürimiz tarafından PSİKOLOJİ anabilim dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan _____
Prof. Dr. Ayten ERDOĞAN
(Danışman)

Üye _____
Dr. Öğretim Üyesi Hakan
KARAŞ

Üye _____
Dr. Öğretim Üyesi Hasan
SEZEROĞLU

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

.../ .../ 2020

İmzası

Unvanı, Adı SOYADI

Enstitü Müdürü

ÖZET

Bu araştırma da özel gereksinimli çocuğa sahip olan ve özel gereksinimli çocuğa sahip olmayan ebeveynlerin umutsuzluk düzeyi ve yaşam doyumu incelenmiştir. Araştırmaya Van ilinden özel gereksinimli çocuğa sahip 151 ebeveyn, özel gereksinimli çocuğa sahip olmayan 149 ebeveyn katılmıştır. Araştırmaya katılanların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla Sosyo Demografik Bilgi Formu, umutsuzluk düzeyini ölçmek amacıyla Beck Umutsuzluk Ölçeği ve yaşam doyumunu ölçmek için Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır.

Araştırma hipotezleri Sosyal Bilimler için İstatistik Paket Programı (SPSS 25) kullanılarak test edilmiştir. Araştırmanın sonunda özel gereksinimli çocuğa sahip olan ebeveynlerin özel gereksinimli çocuğa sahip olmayan ebeveyne göre umutsuzluk düzeyi ve yaşam doyumu toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu araştırmada özel gereksinimli çocuğa sahip olan ebeveynler ile özel gereksinimli çocuğa sahip olmayan ebeveynler arasında demografik özellikleri açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Anahtar Kelimeler: Özel Gereksinim, Umutsuzluk Düzeyi ve Yaşam Doyumu

SUMMARY

In this study, hopelessness and life satisfaction of parents with special needs children and children without special needs were analyzed. 151 parents with special needs children and 149 parents with special needs children from the province of Van participated in the study. Socio Demographic Information Form was used to determine the demographic characteristics of the participants, Beck Hopelessness Scale was used to measure the level of hopelessness and Life Satisfaction Scale was used to measure life satisfaction.

The research hypotheses were tested using the Statistical Package for Social Sciences (SPSS 25). At the end of the study, a statistically significant difference was found between the hopelessness and life satisfaction scores of the parents who have children with special needs compared to the parents who do not have children with special needs. In this study, there was no significant difference in terms of demographic characteristics between parents with special needs and parents without special needs.

Key Words: Special Needs, Despair Level and Life Satisfaction

İÇİNDEKİLER

İçindekiler	
ÖZET	I
SUMMARY	II
KISALTMALAR LİSTESİ	V
TABLolar LİSTESİ	VI
ŞEKİLLER LİSTESİ	VIII
GRAFİKLER LİSTESİ	IX
EKLER LİSTESİ	X
ÖNSÖZ	XI
BİRİNCİ BÖLÜM ARAŞTIRMANIN ÖZELLİKLERİ	1
1.1. ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ	1
1.1.1. Araştırmanın Alt Problemleri	1
1.2. ARAŞTIRMANIN HİPOTEZLERİ	1
1.3. ARAŞTIRMANIN AMACI	1
1.4. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ	1
1.5. SAYILTILAR.....	2
1.6. SINIRLILIKLAR	2
1.7. TANIMLAR	2
İKİNCİ BÖLÜM KURAMSAL ÇERÇEVE	3
2.1. Özel Gereksinim ve Tanımı.....	3
2.2. Özel Gereksinim Türleri.....	5
2.2.1. Zihinsel Yetersizlik.....	5
2.2.1.1. Sınıflandırma	6
2.2.2. İşitme Yetersizliği	6
2.2.3. Görme Yetersizliği	7
2.2.4. Ortopedik Yetersizlik.....	8
2.2.6. Duygusal ve Davranış Bozukluğu	10
2.2.6.1. Otizm Spektrum Bozukluğu.....	11
2.2.7. Süreğen Hastalık	11
2.2.8. Birden Fazla Yetersizlik.....	12
2.3. Özel Gereksinimin Aile Üzerindeki Etkileri.....	13
2.4. Ebeveynlerin Gösterdikleri Tepkileri Açıklayan Modeller	16
2.4.1. Aşama Modeli	16
2.4.1.1. Şok, İnanmama ve Yadsıma	17
2.4.1.2. Öfke ve İçerleme	17

2.4.1.3. Pazarlık.....	18
2.4.1.4. Depresyon ve Umutsuzluk	18
2.4.1.5. Kabul	19
2.4.2. Bütünleyici Yaklaşım (Sosyal Çevre Modeli)	19
2.4.3. Travma Sonrası Gelişim Modeli	20
2.2. Yaşam Doyumu	21
2.2.1. Yaşam Doyumu Kavramı Tanımı ve Önemi.....	21
2.2.2. Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler	22
2.2.3. Yaşam Doyumu İle İlgili Kuramlar	25
2.2.3.1. Belli Bir Noktaya Erişme (Tellic Or Endpoint) Kuramı	26
2.2.3.2. Haz ve Acı (Plasure and Pain) Kuramı	27
2.2.3.3. Etkinlik (Activity) Kuramı.....	27
2.2.3.4. Yukarıdan Aşağıda- Aşağıdan Yukarıya (Top-Down versus Bottom-Up) Kuramı	27
2.2.3.5. İlişkilendirici (Associatianistic) Kuram.....	28
2.2.3.6. Yargı (Judgement) Kuramı.....	29
2.3. Umutsuzluk Tanımı	30
2.3.2. Umutsuzluğun Nedenleri	31
2.3.3. Umutsuzluğun Belirtileri	32
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM YÖNTEM	33
3.1. Araştırmanın Modeli	33
3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi.....	33
3.3. Araştırmada ki Verilerin Toplanması.....	33
3.3.1. Sosyo Demografik Form	33
3.3.2. Beck Umutsuzluk Ölçeği.....	34
3.3.3 Yaşam Doyumu Ölçeği	34
3.4. Verilerin Analizi	35
3.5. Bulgular	35
SONUÇ.....	53
ÖNERİLER.....	57
KAYNAKÇA.....	59
EKLER.....	65
ÖZGEÇMİŞ.....	69

KISALTMALAR LİSTESİ

OSB: Otizm Spektrum Bozukluğu

DEHB: Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu

BUÖ: Beck Umutsuzluk Ölçeği

YDÖ: Yaşam Doyumu Ölçeği



TABLolar LİSTESİ

Tablo 1: Güvenirlik Analizi	36
Tablo 2: Normallik Analizi	36
Tablo 3: Ebeveynlerin Cinsiyete Göre Dağılımı	37
Tablo 4: Ebeveynlerin Yaşa Göre Dağılımı	38
Tablo 5: Ebeveynlerin Eğitim Durumlarına Göre Dağılımı	39
Tablo 6: Ebeveynlerin Gelir Düzeylerine Göre Dağılımı	40
Tablo 7: Ebeveynlerin Çalışma Durumuna Göre Dağılımı	41
Tablo 8: Özel Gereksinim Türüne Göre Dağılımı	42
Tablo 9: Özel Gereksinime Sahip Olan ve Olmayan Çocukların Yaşa Göre Dağılımı	43
Tablo 10: Özel Gereksinimli Ebeveynlerin Eş kan Bağı Olup Olmamasına Göre Dağılımı	44
Tablo 11: Ebeveynlerde Umutsuzluk Düzeyinin Cinsiyet Değişkenine Göre Bağımsız Örneklem T-Testi ile Değerlendirilmesi	45
Tablo 12: Ebeveynlerde Yaşam Doyumunun Cinsiyet Değişkenine Göre Bağımsız Örneklem T-Testi ile Değerlendirilmesi	45
Tablo 13: Ebeveynlerde Umutsuzluk Düzeyinin Yaş Değişkenine Göre ANOVA Testi İle Değerlendirilmesi	46
Tablo 14: Ebeveynlerde Yaşam Doyumunun Yaş Değişkenine Göre ANOVA Testi İle Değerlendirilmesi	46
Tablo 15: Ebeveynlerde Umutsuzluk Düzeyinin Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Testi İle Değerlendirilmesi	47
Tablo 16: Ebeveynlerde Yaşam Doyumunun Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Testi İle Değerlendirilmesi	47
Tablo 17: Ebeveynlerde Umutsuzluk Düzeyinin Gelir Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Testi İle Değerlendirilmesi	48
Tablo 18: Ebeveynlerde Yaşam Doyumunun Gelir Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Testi İle Değerlendirilmesi	49

Tablo 19: Ebeveynlerde Umutsuzluk Düzeyinin Bir İşte Çalışma Değişkenine Göre T Testi ile Değerlendirilmesi	49
Tablo 20: Ebeveynlerde Yaşam Doyumunun Bir İşte Çalışma Değişkenine Göre T Testi ile Değerlendirilmesi	49
Tablo 21: Ebeveynlerde Umutsuzluk Düzeyinin Çocuk Sayısı Değişkenine Göre ANOVA Testi İle Değerlendirilmesi	49
Tablo 22: Ebeveynlerde Yaşam Doyumunun Çocuk Sayısı Değişkenine Göre ANOVA Testi İle Değerlendirilmesi	50
Tablo 23: Ebeveynlerde Umutsuzluk Düzeyinin Çocuk Bakımı İçin Yardım Alıp Almaması Değişkenine Göre T Testi ile Değerlendirilmesi	50
Tablo 24: Ebeveynlerde Yaşam Doyumunun Çocuk Bakımı İçin Yardım Alıp Almaması Değişkenine Göre T Testi ile Değerlendirilmesi	51
Tablo 25: Ebeveynlerde Umutsuzluk Düzeyinin Özel Gereksinim Türü Değişkenine Göre ANOVA Testi İle Değerlendirilmesi	51
Tablo 26: Ebeveynlerde Yaşam Doyumunun Özel Gereksinim Türü Değişkenine Göre ANOVA Testi İle Değerlendirilmesi	52
Tablo 27: Umutsuzluk Düzeyi ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi İle Değerlendirilmesi	52

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Tanıyı Kabullenmeye Yönelik Duygusal Açıklamalar	16
Şekil 2: Bronfenbrenner'in Sosyal Çevre Modeli	20



GRAFİKLER LİSTESİ

Grafik 1: Ebeveynlerin Cinsiyete Göre Dağılımı	37
Grafik 2: Ebeveynlerin Yaşa Göre Dağılımı	38
Grafik 3: Ebeveynlerin Eğitim Durumlarına Göre Dağılımı	39
Grafik 4: Ebeveynlerin Gelir Düzeylerine Göre Dağılımı	40
Grafik 5: Ebeveynlerin Çalışma Durumuna Göre Dağılımı	41
Grafik 6: Özel Gereksinim Türüne Göre Dağılımı	42
Grafik 7: Özel Gereksinime Sahip Olan ve Olmayan Çocukların Yaşa Göre Dağılımı	43
Grafik 8: Özel Gereksinimli Ebeveynlerin Eş kan Bağı Olup Olmamasına Göre Dağılımı	44
Grafik 9: Umutsuzluk Düzeyi ve Yaşam Doyumunu Düzeyleri Nokta Analizi	53

EKLER LİSTESİ

EK-A: Sosyo Demografik Bilgi Formu

EK-B: Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ)

EK-C: Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ)



ÖNSÖZ

Bu araştırmada,“Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Olan Ebeveyn İle Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Olmayan Ebeveynlerin Umutsuzluk Düzeyleri Ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi ”incelenmeye çalışılmıştır.

Bu süreçte yardım ve desteklerini eksik etmeyen tez danışmanım Prof. Dr. Ayten ERDOğAN ‘a bu süreç içerisinde literatür desteğini esirgemeyerek bu çalışmanın gerekliliği konusunda beni motive eden, özverili katkıları ile çalışmanın yazılmasını ve düzenlenmesini gerçekleştiren meslektaşım Psikolog Berna Baltacı'ya teşekkür ederim.

Engelli birey ve ailelerinin sorunlarını tespit etmek, çözüm önerileri belirlemek, yaşam kalitelerini artırmak ve engellilik ile ilgili mevcut çalışmalara katkı sağlamak amacıyla yaptığım bu araştırmanın hedefine ulaşmasını ve faydalı olmasını dilerim.

Hayatım boyunca attığım her adımda beni destekleyen anneme, babama, kardeşlerime ve araştırmaya gönüllü olarak katılan tüm anne ve babalara ve kurum idaresine, son olarak tüm eğitim öğretim hayatımda buralara kadar gelmeme katkıda bulunan öğretmenlerime teşekkürü bir borç bilirim.



BİRİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN ÖZELLİKLERİ

1.1. ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ

Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveyn ile özel gereksinimli çocuğa sahip olmayan ebeveynlerin umutsuzluk düzeyi ve yaşam doyumlarının arasında anlamlı bir fark var mıdır?

1.1.1. Araştırmanın Alt Problemleri

Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doymu ölçekleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?

Özel gereksinimli çocuğa sahip olmayan ebeveynlerin özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlere göre yaşam doymu ölçekleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?

Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin umutsuzluk düzeyi ölçekleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?

Özel gereksinimli çocuğa sahip olmayan ebeveynlerin özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlere göre umutsuzluk düzeyi ölçekleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?

1.2. ARAŞTIRMANIN HİPOTEZLERİ

H1: Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveyn ile özel gereksinimli çocuğa sahip olmayan ebeveynlerin umutsuzluk düzeyi ve yaşam doyumlarının arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H0: Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveyn ile özel gereksinimli çocuğa sahip olmayan ebeveynlerin umutsuzluk düzeyi ve yaşam doyumlarının arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

1.3. ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırmanın amacı, özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveyn ile özel gereksinimli çocuğa sahip olmayan ebeveynin umutsuzluk düzeylerini ve yaşam doyumlarını incelemektir.

1.4. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Yaşam doyumunu ve umutsuzluk düzeyini etkileyen birçok etken bulunmaktadır. Engelli bireylerin ebeveynleriyle ilgili de literatürde birçok araştırma bulunmaktadır. Fakat hem engelli bireylerin ebeveynleri hem de normal bireylerin ebeveynlerini birden fazla değişken üzerinden inceleyen araştırmalar kısıtlıdır. Bu çalışmada ebeveynlerin birçok değişken üzerinden yaşam doyumları ve umutsuzluk düzeyleri ortaya konacaktır. Çalışma kapsamında elde edilen veriler, analiz yöntemi ile değerlendirilecektir. Çalışma

sonuçları kendi içinde ve literatürde yapılan çalışmalarla karşılaştırmalı olarak yorumlanacaktır. Çalışmanın literatüre önemli katkılarının olacağı düşünülmektedir.

1.5. SAYILTILAR

1. Araştırmanın örneklem grubunun evreni temsil ettiği varsayılmıştır.

2. Araştırmaya katılım gösteren öğrencilerin, Kişisel Bilgi Formu, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Beck Umutsuzluk Ölçeği'nde bulunan sorulara doğru şekilde cevap verdikleri varsayılmıştır.

1.6. SINIRLILIKLAR

Araştırmanın örneklem , yöntem ve veri analizi bakımından sınırlılık oluşturabileceği öngörülen unsurlar aşağıdaki gibidir:

1. Araştırmanın örnekleminin seçildiği kurumun sınırlı sayıda olmasının örneklemin evreni temsil etmesi açısından kısıtlılık oluşturabileceği düşünülmektedir.

2. Araştırmada elde edilen bulgular araştırma için kullanılan değerlendirme araçlarına verdikleri cevaplarla sınırlıdır.

3. Araştırmada elde edilen bulgular, elde edilen verileri için geçerli ve güvenilir olduğu varsayılan veri analiz yöntemleri ile sınırlıdır.

1.7. TANIMLAR

Özel Gereksinimli Çocuk: Farklı nedenlere bağlı olarak kişisel ve gelişim özellikleriyle akademik yeterlilikleri hususunda yaşitlarıyla anlamlı farklılıkları bulunan bireylerdir.

Yaşam Doyumu: Bireylerin yaşamlarını ve yaşamlarının her boyutunu içerir. Yaşam doyumu, bireylerin belirli bir duruma, belirli bir sürece ilişkin doyumlarını değil, genel anlamda tüm yaşantılarının doyumu anlamına gelmektedir.

Umutsuzluk: Umudun karşıtı olan umutsuzluk ise, gelecekle ilgili olumsuz beklentiler olarak değerlendirilmektedir.

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Özel Gereksinim ve Tanımı

Her birey farklı farklı özelliklere sahiptir. Bazıları yaşamlarında ve aldıkları eğitimde destek ve önlem almak durumunda kalmaktadır. Yaşadıkları toplumda rahatça yaşam sürebilmek adına bazı önlemlere ve bazı desteklere ihtiyaç duymaktadırlar. Bu bireylere özel gereksinimli bireyler denmektedir. Diğer bir ifade ile anlatmak istersek özel gereksinimi olan birey normalden farklı olarak gelişim göstermektedir. Özel gereksinimi olan birey normal gelişim seyri altında da olabilir üstünde de olabilir, özel gereksinimi olan bireyi normal gelişim gösteren bireylerin aldığı eğitimden fayda göremeyen bireyler olarak da tanımlamak mümkündür.¹

Başka bir ifade ile özel gereksinim, kendi başına birtakım gereksinimlerini gerçekleştirmekte zorlanan ve genelde bir destekçiye ihtiyaç duyan bireylerdir. Zihinsel ve bedensel olarak normalin altında veyahut üstünde olan akranlarına göre gelişim olarak farklılık gösteren bireylere özel gereksinimli bireyler denmektedir.²

Özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynin görevleri ve sorumlulukları normal gelişim gösteren ebeveyne göre daha fazladır. Normal gelişim gösteren her çocuğun gereksinimleri karşılamak özel gereksinimli çocuğun ihtiyacını karşılamaktan daha az zordur. Özel gereksinimli çocuk her çocuğun istediği ihtiyaçların yanı sıra özel olarak bakım daha fazla beceri kazandırma, gerekli terapiler gibi özel ihtiyaçları karşılanmalıdır.³

Özel gereksinimi olan çocuğun ya bedensel ya gelişimsel ya da her ikisi birden aynı zamanda davranışsal ya da duygusal olarak normal gelişimi olan çocuğa göre gecikmeler yaşamaktadır. Çocuk ruh sağlığı uzmanları özel gereksinimli çocuklarla değerlendirme yaparken bunları göz önünde

¹ Müzeyyen Eldeniz Çetin, Özel Gereksinimli Bireylerin Tercihlerinin Değerlendirilmesi, **Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi**, 2017, Cilt:18(2), s. 309-328

² Kamile Çetin ve Ahmet Kurnaz, Özel Gereksinimli Öğrencilerin Giyinme Güçlüğü ve Tercihlerinin Veli ve Öğretmen Görüşlerine Dayalı İncelenmesi, **Araştırma ve Deneyim Dergisi**, 2017, Cilt:2(2), s. 79-98

³ Ayşe Bengisoy ve İbrahim Yılmaz, Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Okul Rehberlik Servisinden Beklentileri İle İlgili Görüşleri, **Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, 2019, Cilt:32(1), s. 1-23

bulundurarak özel gereksinimi olan çocuğun tıbbi ve gelişimsel özelliklerini aynı zamanda sosyal olarak değerlendirir ve gerekli destekleri sağlar. ⁴

Özel gereksinimi olan çocuklara verilen eğitimde bu bireylerin ihtiyaç duydukları eksikler ve onların gereksinimleri ön planda tutulmaktadır. Eğitim ortamı bireyin normal gelişim gösteren akranlarıyla kaynaştırma öğrencisi şeklinde olabileceği gibi kendisi gibi özel gereksinimi olan diğer çocuklarla da aynı ortamda eğitim görebilir. ⁵

Çoğu toplumda farklılıklar çok hoş karşılanmamakta ve bunun sonucunda, farklılık gösteren birey yani özel gereksinimi olan birey, kendi dünyasına çekilip kendisini diğer, insanlardan soyutlamaktadır. Hal böyle olunca bireyin özel gereksinimin yanında ruhsal problemleri de ortaya çıkmaktadır.

Özel gereksinimi olan birey kendisini dış dünyadan soyutladığında eğitim hayatında da bunun zorluğunu çekmekte ve özel gereksinimli olan bireyin ailesi de bu durumdan etkilenmektedir. Soyutlanmadan ötürü eğitimde yaşanan olumsuzlukların yanı sıra kişinin sosyalleşmesi de bu durumdan etkilenmektedir. Sosyalleşemeyen birey özgüven açısından ve bağımsız olabilmeye açısından zarar görmektedir. Özel gereksinimli bireylere verilen eğitimde amaç bireyin sosyal ortama katılabilmesi ve bağımsız şekilde yaşıyor olabilmesi ile ilgilidir. ⁶

Özel gereksinimli bireylerin, özel olan gereksinimlerinin yanında bir çok yetersizlik türleride eşlik etmektedir. Atman yaptığı araştırmasında özel gereksinimli bireyleri "özel gereksinim türlerini görülme sıklığı fazla ve az olanlar olarak iki grupta ele almıştır." İlk grupta genellikle öğrenme bozukluğu olanlar iletişim ve davranış problemi olanlar ve üstün yetenekli, düşük zeka düzeyleri olanları kapsamaktadır. İkinci grup ise, " işitme, görme, ortopedik yetersizliği, süregen hastalığı, otizm spektrum bozukluğu ve çoklu yetersizliği kapsamaktadır." ⁷

⁴ E. Bahar Bingöler Pekcici vd.Özel Gereksinimi Olan Çocukların Aile Merkezli Yaklaşım İle Değerlendirilmesi, **Türkiye Çocuk Hastalıkları Dergisi**, 2011, Cilt:5(2), s.123-128

⁵ Orhan Çakıroğlu, **Özel Eğitim**, Edt. Veysel Aksoy, Pegem Akademi, Ankara, 2018, s. 8

⁶ Mehtap Kot vd. Özel Gereksinimli Bireylere Sahip Ailelerin Yaşadıkları Zorluklar, **Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi**, 2018, Sayı:37 s. 85-96

⁷ Çetin, a.g.e., s.310

2.2. Özel Gereksinim Türleri

Bu bölümde özel gereksinim kavramını kapsayan özel gereksinim türlerini açıklayacağız.

2.2.1. Zihinsel Yetersizlik

Zihinsel yetersizliğin ne olduğunu tanımlarsak; bireylerin gelişim dönemlerinde açığa çıkan normal bireylere göre davranışlarında uyum problemi olan, "genel zeka fonksiyonlarının normalin altında olması", her birey gibi normal olamama olarak tanımlayabiliriz.⁸

Zihinsel yetersizlik kişinin eğitiminde, sosyal uyumunda negatif olarak hafif, orta ve ağır şeklinde etkilenmesidir. Hafif ve orta düzeyde zihinsel yetersizliği olan kişiler kaynaştırma öğrencisi olarak eğitimine devam etmektedir.⁹

Zihinsel yetersizliğe sahip olan bireyler eğitim öğretim hayatlarında gün geçtikçe sıkıntı çekmektedir. İlköğretim dönemlerinde akranlarına ayak uydursalar da daha sonraki dönemlerde eğitim müfredatlarının soyutlaşması ve karmaşıklaşması nedeniyle akranlarına ayak uydurmakta zorlanırlar.¹⁰

Zihinsel olarak yetersiz olan birey, başkasına bağımlı olmadan ve üretken bir yaşam sürebilmesi aynı zamanda topluma ayak uydurabilmesi için her zaman eğitici bir desteğe ihtiyaç duyarlar. Bu eğitici destekle zihinsel yetersizliği olan bireyi topluma kazandırmak ve bağımsız birer birey olmaları hedeflenmektedir. Bu desteğin içeriğinde bireyin başarılı olması için gerekli eğitim, topluma uyum sağlayabilmesi için gerekli eğitim ve bir meslek için hazırlanması bu mesleğin hakkında gerekli olan bilgileri öğrenmesi için gerekli eğitimler vardır.¹¹

⁸ Didem Gülçin Kemeç vd. Doktor Adaylarının Zihinsel Yetersizliği Olan Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalıkları, **Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi**, 2018, Cilt:3(4), s. 153-168

⁹ Alev Girli, Zihinsel Yetersiz veya Otizm Tanılı Kaynaştırma Öğrencilerin Depresif Özelliklerinin İncelenmesi, **Milli Eğitim Dergisi** 2013, Cilt:43(198), s. 60-72

¹⁰ Hakan Özak ve İbrahim H. Diken, Zihinsel Yetersizliği Olan Öğrencilerin İşlevsel Akademik Becerilerine İlişkin Türkiye'de Yapılan Lisansüstü Tezlerin Gözden Geçirilmesi, **Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi**, 2010, Cilt:11(1), s.43-58

¹¹ Fidan Özbey ve İbrahim H. Diken, Zihinsel Yetersizliği Olan Bireylerin İş-Meslek Eğitim ve İstihdamlarına Yönelik Türkiye'de Yapılan Araştırmaların Gözden Geçirilmesi, **Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi**, 2010, Cilt:11(2), s. 19-42

2.2.1.1. Sınıflandırma

1. Hafif Zihinsel Yetersizlik: Bireyin bir şeyi okurken yazarken ve bazı şeyleri sayması gerektiğinde tam olarak yerine getirememesi

2. Hafif Düzeyde Zihinsel Yetersizlik: Birey de konuşma geriliği olması, sosyal bağlamda bazı sorunlar olması, birtakım davranışsal sorunlar olması, yine hafif zihinsel yetersizlikte olduğu gibi bir şeyi okurken yazarken ve bazı şeyleri sayması gerektiğinde tam olarak yerine getirememesi ve buna eşlik eden gerileme durumunda olanlar bu gruptadır.

3. Ağır Düzeyde Zihinsel Yetersizlik: Yapılan zekâ testlerinde alınan puanın 20-25 ya da 35-40 arasındadır olan genellikle doğum anında fark edilir. Kendi öz bakımlarını yerine getiremezler her zaman birine muhtaçtırlar.

4. İleri Düzeyde Ağır Zihinsel Yetersizlik: Zeka puanı en fazla 20-25 puanları arasında olan, genellikle işitmede, görmede ve ince-kaba motorda eksiklik vardır.¹²

2.2.2. İşitme Yetersizliği

İşitme duyusu yaşamımız için önemli bir duyudur. İşitme sayesinde çevremizden gelen seslerin kime ve neye ait olduklarını ayırt edebilir, durumlar ile ilgili fikir oluşturabiliriz. Bu duyudan yani işitme duyusunun yetersizliği ile birey çevreden gelen uyarılara algılayamaz ve duyularak öğrenilen dil gelişimine katkıda bulunamaz. Bireyin, işitme yetersizliğinden dolayı kelime bilgisi eksiktir ve bunun sonucunda anlamada ve kavramada sıkıntılar yaşamasına neden olur. İşitme yetersizliği olan bireyler, bilişsel olarak, sosyal olarak, eğitim-öğretim olarak ve toplumsa olarak sıkıntılar çekmektedir.¹³

Girgin 2003 yılında yaptığı araştırmasında işitme yetersizliğini şöyle tanımlıyor; Kişinin işitmesinde oluşan problemin sonucunda gün içinde ki konuşulan sözel dili kullanamaması ile açıklanır. 2010 yılında Türkiye Sayım Bilimi Kuruluşu verilerine göre Türkiye’de özel gereksinime sahip nüfusun %5,9’u işitme yetersizliğine sahip bireylerden oluşmaktadır. İşitme yetersizliği

¹² Fatih Bal, Engelli Çocuğa Sahip Anne ve Babaların Kişilik Özellikleri ile Stres, Empati ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2018, s. 15 (**Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi**)

¹³ Hacer Keser ve Oğuzhan Özdemir, İşitme Yetersizliği Olan Öğrencilerin Eğitimlerinde Bilgisayar Destekli Kelime Öğretim Materyali Kullanımının İncelenmesi, **Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi**, 2018, Cilt:19(1), s. 29-53

kendi içinde hafif, orta, ileri ve çok ileri şeklinde olmak üzere ayrılmaktadır. Bu sınıflandırmalara göre yapılan muayeneler sonucunda gerekli cihazlar verilmekte ve eğer ihtiyaç varsa özel eğitime yönlendirme yapılmaktadır.¹⁴

İşitme yetersizliğine sahip bireylerde eğitim olanaklarını arttırabilmek için işaret dili yaklaşımı kullanılmaktadır. Yukarıda belirttiğimiz işitme yetersizliğinin sınıflandırma kısımları çocuklarda erkenden ayrımı yapılabilirse ve teşhisi konulabilirse bireylerin dil gelişimine katkıda bulunulur. Erken teşhisin yanında işitme yetersizliği olan bireylerin dil gelişimi için aile desteği özel eğitim desteği alması da önemlidir.¹⁵

2.2.3. Görme Yetersizliği

Çevremizdeki bilgilerin çoğunu görme duyumuz ile elde ederiz hatta yüzdelik hesaba baktığımızda %80-85 gibi bir oranda bilgileri elde etmemiz göz duyumuz sayesinde gerçekleşir. Görme duyusu ile çevredeki tehditlere karşı kendimizi koruruz. Görme yetersizliği olan birey dış uyaranlardan kendini koruyamaz ve görme yetisine sahip olan bir bireyin avantajlarından faydalanamaz. Görme yetersizliğine sahip olan birey akranlarına göre bilişsel ve sosyal olarak geridedir ve kişisel olarak kendini geliştirme konusunda eksik kalır. Görme yetersizliği birtakım olumsuzlukları da beraberinde getirmektedir, bunlar; kendi bakımını gerçekleştirememeye, bağımsız şekilde hareket edememe gibi olumsuzluklardır. Bu olumsuzlukların sonucunda görme yetersizliğine sahip olan birey kendini dış dünyadan soyutlar, akranlarıyla uyum sorunları yaşar ve kişide kaygı oluşur.¹⁶

Dünya Sağlık Örgütü 2011 yılında yapmış olduğu sınıflamada görme engellileri üç bölüme ayırmıştır; ortalama görme engelli, ağır görme engelli, tam görme engelli şeklindedir. Dünyada tam görme kaybı olan 39 milyon kişi varken 246 milyon kişide az gören görme engelli olarak totalde 285 görme yetersizliğine sahip birey vardır. Resskinof ve arkadaşları yapmış olduğu çalışmada 55 ülkede, 15 yaş altı 1.368.000 görme yetersizliğine sahip birey olduğunu söylemektedir. Türkiye’de ise Türkiye İstatistik Kurumu 2002 yılı verilerine göre, 0-9 yaş aralığındaki bireylerin %0,33 ü görme yetersizliğine sahipken, 10-19 yaş

¹⁴ Mine Kızır ve İlknur Çitçi Tekinarıslan, İşitme Yetersizliği Olan Bireylerde Sosyal Beceri Öğretimi, *Current Research in Education*, 2016, Cilt:2(3), s.149-164

¹⁵ Kızır, a.g.e., s.149-164

¹⁶ Fatih Yazıcı vd. Ailelerin Görme Engelli Çocuklarına Yönelik Gelecek Kaygıları, *Ege Eğitim Dergisi*, 2015, Cilt:16(1) s.142-164

aralığı %0,36 'lık bir oran vardır. 0-19 yaş aralığında toplam 87.050 bireyin görme yetersizliğine sahip olduğu bilinmektedir.¹⁷

Hem Türkiye'de hem de dünyada görme yetersizliğine sahip bireylerin sayısı azımsanamayacak derecededir. Bunun sonucu olarak görme yetersizliğine sahip bireylerin ailelerinde de hem hayattan aldığı doyum hem de umutsuzluk düzeyi tetiklenmektedir.

2.2.4. Ortopedik Yetersizlik

Özel Eğitim Yönetmeliğinin tanımlar kısmının 4. Maddesine göre ortopedik yetersizlik şu şekilde tanımlanmıştır; Kişinin ortopedik olarak yetersiz olmasına bazı kazalar aileden gelen genler birtakım hastalıklar iskelet sisteminde ve eklemlerde işlevsizliklere neden olabilir. Bu işlevsizlik derecesi özel eğitime ihtiyaç duyulacak düzeyde ise kişi ortopedik olarak yetersizdir.¹⁸

Erkan ve Demiröz 2003 yılında yapmış olduğu araştırmada ortopedik yetersizliği olanları tanımlarken şöyle diyor; "bedensel yetersizliği ya da devinim yetersizliği olan" kişilerdir. En çok rastlanan özür tipleri şunlardır; "polio, serebral paralizisi, spina bifida ve amputasyondur"¹⁹

Polio: Bir diğer ismi çocuk felci olan, bazı virüslerin omurilik hücrelere zarar vermesi durumunda oluşan bir rahatsızlıktır. Genellikle ayakların felç olması söz konusudur.

Serebral Paralizi: Doğuştan gelen bozukluklar içinde en sık rastlanan serebral paralizidir. Kendi içinde beş gruba ayrılır bunlar;

- **Spastik:** spastik çocukların motor hareketleri yavaşlamıştır ve hareketlerinde kontrol gücü vardır bunun nedeni ise kasların sert ve gergin olmasından kaynaklanır. Beynin bazı bölgelerinde hasar oluşmuştur ve bu hasar sonucu beyin yanlış emirler vererek çocuktaki hareketler zorlaşmıştır. Spastiklerde genellikle

¹⁷ Hüseyin Nergiz ve Sait Uluç, Çocuğunda Görme Yetersizliği Olan Anne ve Babaların Çeşitli Psikolojik Değişkenler Açısından Karşılaştırılması, **Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi**, Cilt:19(1), s.79-103

¹⁸ MEB, **Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği**, Resmî Gazete, 30471, 7 Temmuz 2018

¹⁹ Gönül Erkan ve Filiz Demiröz, Ortopedik Özürlü Çocukların Benlik Kavramı Üzerine Bir Araştırma, **Ufku Ötesi Bilim Dergisi**, 2003, Cilt:3(1), s. 1-20

görülen tablo kalçadan başlayarak bacakların kasılmış olması ve dizlerin içe dönük olduğu duruştur.

- **Atetoid:** Ateoidi olan çocukların hareketlerini kontrol etmek güçtür. Bu rahatsızlıkta bacaklarda kollarda ve ellerde birbirine dolanırcasına oluşan hareketler görülür. Kas durumu sertlikten gevşekliğe doğru olduğundan ötürü, çocuk tek bir pozisyonda duramaz.
- **Ataksi:** Denge, koorsinasyon, kas kontrolünün zayıf olduğu rahatsızlıktır. Titrek ve değişik hareketler vardır. Bu değişik hareketler genellikle hareket halindeyken ortaya çıkar.
- **Tremor:** “Bazı kaslarda istem dışı ritimli hareketlere” maruz kalınması durumudur.
- **Rijidite:** “Gergin olması nedeniyle kaslar baston gibi gerilmiştir. Bu çocuklar eğilmekte güçlük çekerler.”²⁰

Spina Bifida: Bebeğin anne karnında ki gelişiminin ilk dört haftasında gerçekleşen bir rahatsızlıktır. Anne karnındaki bebeğin omur ve omuriliği normal bir şekilde gelişmez, bu gelişimin olmamasından ötürü belkemeğinde boşluk oluşur. Aynı zamanda bu rahatsızlıkta “ İdrar ve böbrekleri kontrol eden sinirlerin zedelenmesi yüzünden ayaklarda felç olur.” Bu rahatsızlığa sahip olanlar koltuk değnekleri yardımı ile gezebilir, elini kolunu kullanabilir.²¹

Amputasyon: Çeşitli kazalar, rahatsızlıklar, ameliyatlar, şiddet sonucunda bacak, kol vb. uzvunun kesilmesi sonucu görülen bir durumdur. Bebeğin anne karnında bazı nedenlerden ötürü normal olarak gelişemeyen çocukların bacakları, kolları ya da parmaklarının bir kısmı olmadan dünyaya gelen çocuklar vardır. Bunlarda bu gruba girmektedir.²²

2.2.5. Dil ve Konuşma Yetersizliği

Olası bir sebeple konuşamayan, konuşmasında akıcılık ya da ifadede ve fonetikte bozulmaları olan bireylere dil ve konuşma yetersizliği teşhisi koyulmaktadır. Dil ve konuşma yetersizliği olanların bulunduğu grupta kendi içinde nedenlerine göre ayrılmaktadır; “işittiği halde konuşamayan, gırtlakçı

²⁰ Erkan ve Demiröz, a.g.e., 3

²¹ Erkan ve Demiröz, a.g.e., 4

²² Erkan ve Demiröz, a.g.e., 4

alınanlar, konuşmak için alet kullananlar, kekemeler, afazi, dil-dudak-damak-çene yapısında bozukluk olanlar.”²³

Özel Eğitim Yönetmeliğinin tanımlar kısmının 4. Maddesine göre dil ve konuşma yetersizliği kavramı şu şekilde açıklanmıştır; Konuşurken, dili kullanırken insanlarla olan iletişimlerinde zorluk çekip özel eğitimde destek almak durumunda olanlardır.²⁴

Cavkaytar ve Diken dil ve konuşma bozukluğunun yalnızca dil gelişimini değil bireyin akademik ve sosyal hayatını ve günlük yaşamını da etkilediğini söylemektedir. Dil ve konuşma yetersizliği olan bireylerin sosyal çevresindeki arkadaşlarıyla, eğitim hayatlarında olumsuzluklar yaşayabilmektedir. Bağımsız olabilmek ve özgüven konusunda da sıkıntı yaşayabilirler. Toplulukta konuşunca dikkat çekip yargılanıp ayıplanacaklarını düşünerek kalabalık ortamlardan kaçarlar, fikirlerini ifade edemezler ve bu durum sosyal izolasyona neden olur.

25

2.2.6. Duygusal ve Davranış Bozukluğu

Duygusal ve davranış bozuklukları da özel gereksinim türleri içerisinde yer almaktadır fakat herkes tarafından tam anlamıyla onaylanmış tanımı yoktur.

Özel Eğitim Yönetmeliğinin tanımlar kısmının 4. Maddesine göre bir tanım yapılmıştır o tanıma göre ise duygusal ve davranış bozukluğu; Kişi yaşına göre olmayan toplumun getirilerinin aksine farklı tepkiler, davranışlar gösteriyor ve bundan dolayı özel eğitimin desteğine ihtiyaç duyuyorsa duygusal ve davranış bozukluğu şeklinde tanımlanır.²⁶

Duygusal ve Davranış Bozukluğunu Cavkaytar ve Diken “Dışa Yönelim Bozuklukları” ve “İçe Yönelim Bozuklukları” olarak ayırmıştır. Dışa yönelim bozukluklarında, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, davranım bozukluğu varken içe yönelim bozukluklarında ise çocukluk şizofrenisi ve otizm vardır. Bunlardan dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu ve otizm özel gereksinim türleri kapsamına girmektedir.²⁷

²³ Harun Canarlan, Engelli Çocuğa Sahip Ailelerin Yaşam Kalitesinin İncelenmesi, Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Edirne, 2014, s. 22-23 (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi)

²⁴ *Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği*, Resmî Gazete, 30471, 7 Temmuz 2018

²⁵ Canarlan, a.g.e., s.23

²⁶ *Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği*, Resmî Gazete, 30471, 7 Temmuz 2018

²⁷ Canarlan, a.g.e., s. 29

Özel Eğitim Yönetmeliğinin tanımlar kısmının 4. Maddesine göre DEHB(Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu) tanımı: DEHB'li birey yaşının getirdiği gelişim düzeyine göre davranmaya, hiperaktivitesi, dürtüselliliği ve aşırı hareketliliği altı aydır devam eden tüm bunlar yedi yaşından evvel fark edilen bireydir ve özel eğitim desteğine ihtiyacı vardır. Otizm ise, genellikle erken çocuklukta fark edilir, ikili ilişkilerde, kendini ifade etmede sorunlar yaşarlar ve özel eğitimin desteğine ihtiyaç duyan birey olarak tanımlanır.²⁸

2.2.6.1. Otizm Spektrum Bozukluğu

Otizimde zihinsel olarak bir temas yok denecek kadar azdır. Otizmde ebeveynlerin ilk fark ettiği belirtiler göz temasının olmayışı, ismine dönüp bakmayıdır. Empati yeteneği yoktur, karşıdaki kişinin bir birey olması ya da eşya olması onun için farksızdır.²⁹

Otizimli çocukta iletişimde sorunlar, yetersizlikler davranışlarında tekrarlamalar görülmektedir. Otizm spektrum bozukluğu genellikle yaşam boyu süren görülmek sıklığı ise %1'dir. OSB tanısı konulurken genellikle çocukta ki davranış problemleri baz alınarak tanı koyulmaktadır. OSB'nin tam olarak nedeni hala bilinmese de bazı araştırmalar birtakım önermeler ortaya atmıştır. Bunlar; " annenin gebelikte maruz kaldığı toksin maddeler ve ilaçlar, ilerlemiş anne-baba ve büyükanne-büyükbaba yaşı" olarak sayılabilir.³⁰

2.2.7. Süreğen Hastalık

Çocukların akranları gibi sağlıklı bir gelişim göstermesi her anne babanın hayalidir fakat bazı çocuklar her akranı gibi rahatsızlıklar geçirirken bu rahatsızlıklar tedavi edilemediğinde kalıcı izler bırakmaktadır. Bu izler yaşam boyu devam etmektedir. Bu rahatsızlıklara genel olarak süreğen hastalık adı verilmektedir.³¹

Süreğen hastalığı olan birey, her zaman bakım ve tedavi gerektiren bir durumdadır bu durumun verdiği etkiden dolayı sosyal uyum ve eğitim hayatı olumsuz yönde etkilenmektedir. Süreğen hastalık, kalıcı olarak seyr eden normal olmayan bozukluklar ve yetersizliklerdir. Patolojik olarak bir değişim

²⁸ **Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği**, Resmî Gazete, 30471, 7 Temmuz 2018

²⁹ Barış Korkmaz, Otizm: Klinik ve Nörobiyolojik Özellikleri Erken Tanı Tedavi ve Bazı Güncel Gelişmeler, **Türk Pediatri Arşivi**, 2010, Cilt:45(12), s. 1-8

³⁰ Esra Zırvalı Yazar, Otizm Spektrum Bozukluğu ve Bilişsel Teoriler, **Muhakeme Dergisi**, 2018, Cilt:1(1), s. 10-20

³¹ Pinar Çakan ve Özcan Sezer, Süreğen Hastalığı olan Çocuklara Sahip Annelerin Tutumları, Kaygı Düzeyleri ve Diğer Değişkenler Açısından İncelenmesi, **Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, 2010, Cilt:20(2), 161-181

olduğunda meydana gelebilen bireyin özel eğitime gitmesini gerektiren, uzun seyirli denetimler, gözetimler gerektiren bir hastalıktır.³²

Süreğen hastalıklar içerisinde yer alan birtakım hastalıklar şunlardır; Kalıtsal rahatsızlıklar, doğuştan olan kalp hastalıkları, " epilepsi (sara), kronik böbrek yetmezliği, kanserler, hemofili (kan pıhtılaşması yetersizliği), diyabet (şeker hastalığı), kistik fibrozis, astım, akdeniz anemisi (talassemi), kalp-damar hastalıkları, sindirim sistemi hastalıkları, idrar yolları ve üreme organı hastalıkları, cilt ve deri hastalıkları, endokrin ve metabolik hastalıklar, ruhsal davranış bozuklukları, sinir sistemi hastalıkları, AIDS" olarak açıklanır.³³

Özel Eğitim Yönetmeliğinin tanımlar kısmının 4. Maddesine göre süreğen hastalık tanımı şu şekildedir: Uzun zamanlı tedavi ya da uzun zamanlı bakım alması gereken kişilerin özel eğitim desteği alması gerekiyorsa, kişiye süreğen hastalıklı denilir.³⁴

2.2.8. Birden Fazla Yetersizlik

Birden fazla yetersizlik kavramı Özel Eğitim Yönetmeliğinin tanımlar kısmının 4. Maddesine göre şu şekilde tanımlanmaktadır: Birçok alan da yetersizlik yaşayan ve bu yetersizliklerinin sonucunda özel eğitim desteği alması gerekiyorsa kişiye birden fazla yetersizlik teşhisi koyulur.

Birden fazla yetersizliği olan çocukların "farklılıkları benzerliklerinden çok daha fazladır." Bu gruptakilerin genellikle bilişsel olarak önemli sorunları vardır, eğitim-öğretim hayatlarında birden fazla yetersizliğe sahip olanlar gerekli eğitim programlarına ağırlık vermektedir. Bazılarına " ise göz kontağı kurma, gözleri ile nesnelere takip etme" gibi beceriler öğretilmektedir. Birden fazla yetersizliği olanların dikkat eksikliği, dışardan gelen uyarılara karşı tepki göstermeme gibi durumlar gözlemlenmektedir. Birden fazla yetersizliği olup ileri derecede yetersizlik derecesine sahip bireylerin bakımları ve birtakım sosyal becerilerde önemli problemler görülmektedir. Bireyde sosyal geri çekilme görülebilir, etrafındaki kişilere karşı tepkisiz olabilirler. Birden fazla yetersizliği sahip olan bireylerin aynı zamanda motor gelişimlerinde de ciddi sorunlar olabilmektedir. Motor gelişimdeki sorunlar kişinin öz bakımın zorlaştıran bir faktördür.³⁵

³² Emine Yılmaz Bolat, Süreğen Hastalığı Olan Çocuklar ve Hastane Okulları, *Milli Eğitim Dergisi*, 2018, Cilt:47(218), s. 163-186

³³ Bolat, a.g.e., s. 164

³⁴ *Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği*, Resmî Gazete, 30471, 7 Temmuz 2018

³⁵ Canarlan, a.g.e., s.29

2.3. Özel Gereksinimin Aile Üzerindeki Etkileri

Aile kurmak anne baba olmak insan yaşamındaki en önemli olaylardan biridir. Anne baba olacağını öğrenen çift gelecek adına planlar kurmaya başlarlar. Fakat anne gebeyken, doğum anında veya doğumdan sonra dünyaya gelecek olan çocuklarının özel gereksinimli olduğunu öğrendiklerinde ciddi bir hayal kırıklığı yaşarlar.³⁶

Özel gereksinimli bir çocuğa sahip olduğunu öğrenen ebeveynler, bu kabullenme ile ilgili bazı aşamalardan geçmektedir. Bunlar; "şok-inkar-acı-depresyon, çelişki kızgınlık-suçluluk duygusu-utanç, pazarlık etme-kabul ve uyumdur." Ebeveynler bu meşakkatli süreçte, hem kendileri ile bir uğraş içinde olurlar hem de dıştaki insanların meraklı bakışlarına ve yöneltilen sorulara karşı uygun bir dille cevap vermek zorunda kalır. Türkiye'de özel gereksinimli çocuğa sahip olan ailelerin çocuk doğduğundan itibaren gerçekleşecek olan süreç hakkında aileyi bilgilendirici olmadığından ötürü, özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynler bu süreçte hem yasal hem de manevi olarak nasıl bir süreç izlemeleri gerektiği hakkında sorunlar yaşamaktadır.³⁷

Özel gereksinimli olan çocuğun ebeveyni kendini suçlu, üzgün ve aşağılık kompleksi yaşamaya başlar. Özel gereksinimli çocuğa sahip olan ebeveyn aşırı kontrollü olmaya ve yalan söylemeye eğilimli hale gelmiştir. Özel gereksinim ebeveyne birtakım savunma mekanizmaları; inkar etme, şok, keder, öfke suçluluk hissi, ani krizler, düş kırıklığı gibi duyguları ve davranışları içerir. Bu duygu ve düşüncelerin eşlik ettiği olumsuz durumlarda ortaya çıkmaktadır bunlar ise çocuğu kabullenememe çocuğa karşı olumsuz duygular.³⁸

Özel gereksinimli çocuğu olan ailenin normal gelişim gösteren aileye göre görev ve sorumlulukları daha fazladır. Normal gelişim gösteren çocuklara verilen ilgi, koruma gelişimini takip etmenin yanı sıra özel gereksinimli çocuğa sahip olan ailenin ekstra olarak çocuğuna daha fazla beceri öğretimi ve verilen terapi hizmetlerine yardımcı olmak gibi görevleri de vardır. Genel olarak tüm bunlar özel gereksinimi olan çocuğun ailesi için oldukça yıpratıcıdır. Bu süreç

³⁶ Dila Nur Yazıcı ve Mine Canan Durmuşoğlu, Özel Gereksinimli Çocuğu Olan Ailelerin Karşılaştığı Sorunlar ve Beklentilerinin İncelenmesi, *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2017, Cilt:30(2), s. 657-681

³⁷ Mehtap Kot vd. Özel Gereksinimli Bireylere Sahip Ailelerin Yaşadıkları Zorluklar, *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2018, sayı:37, s. 85-96

³⁸ Bal, a.g.e., s. 18

içinde, uzmanlarla birlikte hareket ederler, uzmanlar nasıl davranmaları gerektiğine nelere dikkat etmeleri gerektiğine karşı onları destekler. ³⁹

Özel gereksinimli çocuğu olan aile, bazı durumlardan fedakarlık etmek zorunda kalır; annenin özel gereksinimli çocuğuna bakıp gereken bakımı verebilmesi işten ayrılmak durumunda kalabilir, bunu takiben maddi sorunlar yaşanabilir. Özel gereksinimli çocuklara normalden daha fazla ilgi ve bakım gerektiği için varsa diğer kardeşler bunu kıskanabilir bu da manevi yönden ebeveynleri etkileyen bir durumdur. ⁴⁰

Özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynler normal gelişimli çocuğu olan ebeveynlere göre daha kaygılı ve daha fazla stres altındadırlar. Strese yol açan etkenleri şu şekilde sıralayabiliriz; normal gelişim gösteren bir çocuk beklerken özel gereksinim ile karşılaşp hayal kırıklığına uğrama buna eşlik eden dışardaki insanların tepkilerine ve rahatsız edici sorularına maruz kalma, özel gereksinimden dolayı ortaya çıkan sağlık sorunları bunlar genel olarak strese yol açar. Aileye gelen dışardan tepkilerin yanı sıra çocuğa da dışardan gelen olumsuz tepkiler ve ailenin özel gereksinimli çocuğun geleceğini de düşünüyor olması stresi tetikleyen faktörler arasındadır. ⁴¹

Ailedeki stresi arttıran bazı durumları Hardman, Drew ve Egan şu şekilde sıralıyor; özel gereksinimi olan çocuğun yaşamında anne babaya bağımlı olması, özel gereksinimin getirdiği maddi yük, özel gereksinim ile sürekli olarak ilgilenilmesi gerektiğinden ebeveynlerin birbirine vakit ayıramaması ve vaktin büyük bir çoğunluğunu özel gereksinimli çocuğa harcanıyor olması ailedeki stresi arttırmaktadır. Bu stresli yaşam ile bazı ebeveynler başa çıkabiliyorken bazı ebeveynler ise başa çıkmakta zorlanmaktadır. Elbette özel gereksinimli çocuğu büyütmek ve onunla ilgilenmek zordur fakat özel gereksinimli çocuğu olan aileler bireysel farkındalık kazanırlar, ne kadar güçlü bir birey olduklarını farkına varırlar ve aynı zamanda özel gereksinimli çocuğun kardeşleri de bu olumlu süreçten geçerler. ⁴²

Özel gereksinimli çocuğun ebeveyninin duygu durumlarında olumsuzluklar yaşanabilir, bu olumsuzlukların büyük bir çoğunluğu dışarıdan

³⁹ Bengisoy ve Yılmaz, a.g.e., s. 4

⁴⁰ Yazıcı ve Durmuşoğlu, a.g.e., s.656

⁴¹ Galibiye Çetrez İşcan ve Asude Malkoç, Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Ailelerin Umut Düzeylerinin Başa Çıkma Yeterliği ve Yılmazlık Açısında İncelenmesi, **Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, 2017, Cilt:7(1), s. 120-127

⁴² İşcan ve Malkoç, a.g.e., s.121

gelen tepkiler sonucu oluşmaktadır. Özel gereksinim olan çocuğa sahip olmayı ebeveynin başarısızlığı olarak görülmesi ve bunun beraberinde ebeveynin suçlu gibi görülmesi duygu durumlarda çöküşlere neden olmaktadır. Anne-Baba arasında da babanın anneyi suçlaması da anneyi çaresizliğe itmektir. ⁴³

Özel gereksinimli çocukların ebeveynlerinde anneler daha ön plandadır, gerek günlük bakım gerekse sorumluluk açısından anneler daha fazla emek harcamaktadır. Özel gereksinimli çocuğa sahip olan annede özel gereksinimin bakım zorluğunun artmasıyla paralel olarak depresif tutumlar ve depresyona meyilli olmada artmaktadır bununla birlikte özel gereksinimi olan çocuk hakkında babalar annelere kıyasla daha az endişe duymaktadır. Yapılan diğer araştırmalarda tek başına yaşayıp özel gereksinimli çocuğa sahip olan anneler tek başına yaşamayan ve özel gereksinimi olan çocuğa sahip olan annelere göre daha fazla stres yaşamaktadır. Tüm bu yaşananlar ebeveynin yaşam doyumunu önemli ölçüde etkilemektedir. ⁴⁴

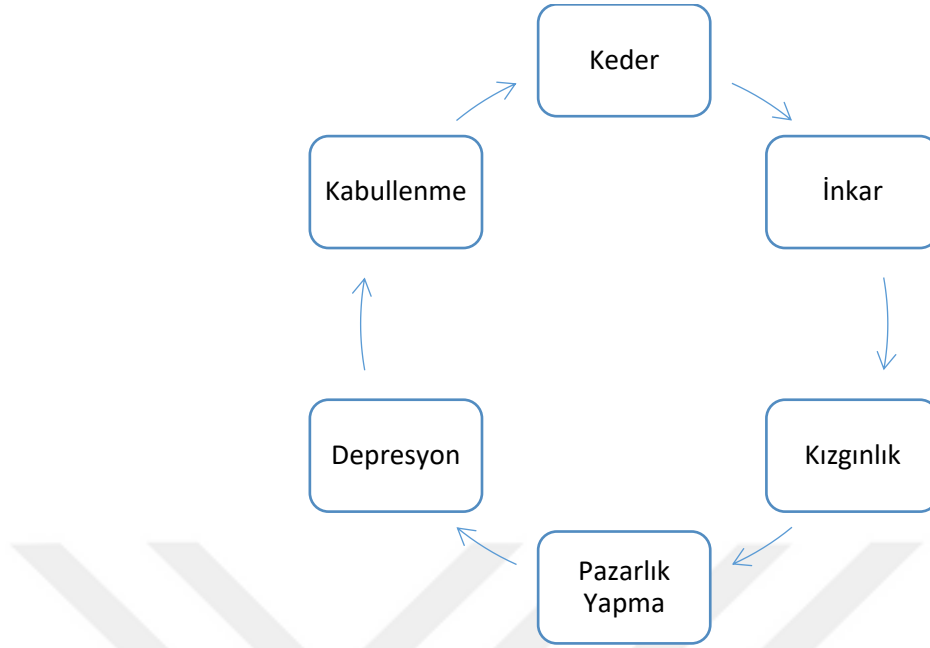
Özel gereksinimli çocuğu olan anneler , normal gelişimli çocuğu olan anneye göre elbette ki daha fazla sosyal destek almaktadır ama araştırmalarda çıkan sonuçlara göre bu sosyal desteğin bile yetmediği çok daha fazla sosyal destek ihtiyaçlarının olduğunu belirtmişlerdir. Sosyal desteğin önemi yadsınamaz fakat anneye çevresinden ve ailesinden gelen desteğin daha etkileyici olduğuda görülmüştür. Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynler akrabaları ve arkadaşlarından yeteri miktarda destek almadığı da araştırmalarda gözlemlenmiştir. Ebeveynlerden bazıları aileleri de dahil kimseden bir destek almadığını ifade etmektedir, destek gören ebeveynlerde en çok desteği sırasıyla; eş, anne-baba ve kardeş olarak açıklamaktadır. Özel gereksinimi olan anne babaya verilen destek ne kadar fazla ve faydalı olursa depresyonun da bir o kadar görülme sıklığı azalmaktadır. ⁴⁵

⁴³ Selahattin Avşaroğlu ve Esen Güleş, Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Anne Babaların Yaşam Doyumlarının Öz-anlayış ve Merhamet Düzeyleri Açısından İncelenmesi, **Kastamonu Eğitim Dergisi**, 2019, Cilt:27(1), s. 365-376

⁴⁴ Avşaroğlu ve Güleş, a.g.e., s.367

⁴⁵ Özlem Ersoy ve Neslihan Çürük, Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Annelerde Sosyal Desteğin Önemi, **Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi**, 2009, Cilt:17(17) s.104-110

Şekil 1: Tanıyı Kabullemeye Yönelik Duygusal Açıklamalar⁴⁶



2.4. Ebeveynlerin Gösterdikleri Tepkileri Açıklayan Modeller

Özel gereksinimli çocukların ebeveynlerinin gösterdikleri tepkileri açıklayan bazı modeller vardır. Bunlar sırasıyla; Aşama Modeli, Bütünleyici Yaklaşım(Sosyal Çevre Modeli), Travma Sonrası Gelişen Model. Bunların içinde en sık karşımıza çıkan ve kullanılan aşama modelidir. Bu modele göre özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynin tepkileri “ üç evre ve sekiz aşamadan meydana gelmektedir. Birinci evre şok, reddetme ve depresyon aşamalarından, ikinci evre karmaşa, suçluluk ve kızgınlık aşamalarından üçüncü evre pazarlık etme ile kabul ve uyum” olarak oluşmaktadır.⁴⁷

2.4.1. Aşama Modeli

Bu model özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çeşitli tepkilerini açıklamak için en sık kullanılan modeldir. Model deneylerden edinilmiş bulgularla değil klinik ortamda yapılmış gözlemlere dayanmaktadır. Ampirik bir yapıya sahip olmaması modelin en çok eleştirilen kısmıdır. Fakat bu model

⁴⁶ Gülçağ Kandaş, Otizmlili Çocuğa Sahip Annelerin Depresyon, Umutsuzluk ve Tükenmişlik Düzeylerinin Çocuğun Otizm Ağırılık Derecesine Göre Karşılaştırılması, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2019, **(yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

⁴⁷ Yazıcı ve Durmuşoğlu a.g.e., s.656

çeşitli klinik bulgulardan ve gözlemlerden oluşturulmuştur bunlarda oldukça kıymetlidir, bu gözlemler; özel gereksinimli çocuğa verilen eğitimin kalitesi ve ebeveynlere verilen desteğin kalitesi gibi. Bu modeli değerli kılan, ampirik verilerin veremediği çoğu cevabı veriyor olması, uygulama olarak bu alandaki hizmetlere yol gösteriyor olmasıyla değerli olmaktadır. Aşama Modeli kendi içinde beş bölümden oluşuyor sırasıyla; şok inanmama ve yadsıma, öfke ve içerleme, pazarlık, depresyon/umutsuzluk, kabul.⁴⁸

2.4.1.1. Şok, İnanmama ve Yadsıma

Modelin birinci aşaması şok inkar ve yadsıma ebeveynin özel gereksinimli çocuğa sahip olduğunu öğrendiği andır. Ebeveyn çocuğun bazı normal dışı davranışlarından şüphelenir ve çocuğu uzmana göstermeye karar verir çocuğu uzmana götürürken aslında olumsuz bir şeyler duyacağına karşı kendini hazırlamıştır fakat uzmanın çocuğa koymuş olduğu tanıyı öğrendiklerinde ebeveyn şoka girmektedir. Özel gereksinim tanısı almak ebeveyn için oldukça kabullenmesi zor ve beklentinin ilerisinde bir durumdur. Gebelikten doğuma kadar hiç beklemedikleri bir durumla karşı karşıya kalmışlardır. Ebeveyn bu tanıdan sonra çaresizliğe ve aşırı derecede üzüntüye kapılmaktadır. Üzüntü ve çaresizliğe eşlik eden diğer duygularda suçluluk ve utançtır. Ebeveyn bu duygulardan kaçarak çocuklarının özel gereksinimli olduğuna inanmaz ve yadsır. Bu süreç ebeveynlerin savunma mekanizmalarına ve kişilik özelliklerine göre ne kadar süreceği değişmektedir. Eğer bu süreç uzarsa özel gereksinimli çocuğun özel olarak alması gereken eğitimden uzak kalması, başlayamaması demektir. Özel gereksinimli çocuk özel eğitime başladığında ebeveyn halen inkar aşamasındaysa çocuğun eğitimden aldığı verim düşük olmaktadır.⁴⁹

2.4.1.2. Öfke ve İçerleme

Bu aşamada ebeveyn ilk aşamada kendince elde ettiği birtakım kanıtları özel gereksinim alanında uzman kişilerle paylaşır ve bu kanıtların onaylatılmasını ister. Ebeveyn uzman tarafından konulmuş tanıları kabul etmez ve gelen yardımları istemez. Çocuğunun özel gereksinimi olmadığına dair getirmiş olduğu kanıtlar kabul görmeyince ve özel gereksinim olduğundan ötürü yardım teklif edenlere aşırı şekilde öfke duygusu yaşarlar. Ebeveyn ikinci aşamada bile halen özel gereksinimi yadsıyarak belli bir otoritesi olan kişiden onaylanmaya ihtiyaç duyar. Ebeveyn kendi çevresinde normal gelişimli

⁴⁸ Avşar Ardıç, **Özel Eğitim**, Edt. Veysel Aksoy, Pegem Akademi, Ankara, 2018, s. 221

⁴⁹ Ardıç, a.g.e., s.222

çocuklara sahip kişilere imrenmeye başlar. Normal gelişim gösteren çocukları gördükçe içerleme daha da fazla hale gelir. Bu aşamanın sonunda ebeveyn duyduğu öfke ve içerleme ile sürekli "neden biz/ben" şeklinde sorgulamalara yönelir. Bunun sonucunda, sorgulamayla birlikte geçmiş gözden geçirmeye kadar ilerler.⁵⁰

2.4.1.3. Pazarlık

Bu aşama ikinci aşamanın sonlarında oluşmaya başlar. Ebeveyn özel gereksinimi mutlaka ortadan kaldıracığını düşünmektedir ve buna inanır. Buna inanmanın nedeni bir önceki aşamada yaptığı sorgulamalardır. Bu duruma neden olan diğer etkenler ise; kültür, din ve toplum. Ebeveynler bu etkenlerle özel gereksinimi olan çocuğuna yardım bulacağını düşünmektedir. Ebeveyn tamamen kendini çocuğundaki özel gereksinimin ortadan kaldırmaya şartlandırır. Doktorlarla, bu alanda uzman kişilerle, alternatif tıpçılarla ve Allah ile bir pazarlık işine girer. Bu aşamada ebeveyn özel gereksinim ile ilgili daha detaylı bilgiler edinmiştir. Pazarlık aşamasında ebeveynler hem maddi hem de manevi olarak bir düşüş yaşarlar. Bu düşüş az da olsa bir önceki aşamada da olur. Bu düşüşün esas nedeni ise özel gereksinimin tamamen düzeleceğine olan inanç ile dışardan gelen fikirlere tamamen uymak ile ilgilidir. Ebeveynin bu süreçte en büyük eksikliği doğru olan bilgilere ulaşamamaktır. Bu özel gereksinim için yapılan eğitim yeterli ve güvenilir ortamlarda olduğundan ötürü ailenin bu tutumunun önüne geçmektedir.⁵¹

2.4.1.4. Depresyon ve Umutsuzluk

Depresyon herkesin deneyimleyebileceği bir duygu durum bozukluğudur. Depresyon kötü bir süreç olarak değerlendirilse de birey gerçeklerle yüzleşip bu durumdan çıkmak için yollar aramaya başlar. Bu nedende asıl önemli olan kişinin bu sorunla başa çıkabilmesi için uğraşp uğraşmadığıdır. Bu aşama diğer üç aşamanın sonucu gibidir. Ebeveyn artık çocuğunun bir özel gereksinimi olduğunun farkındadır. İkinci aşamadaki öfke ve içermenin sonucu olarak da çevresinden aldığı desteği kaybetmiştir. Üçüncü aşamada yapmış olduklarının sonucunda ise hiçbir şey elde edememiştir. Ebeveyn artık özel gereksinim ile yaşaması gerektiğinin ona göre plan program yapması gerektiğinin farkındadır. Genel olarak özetlersek ebeveynler bu aşamada inkar ettikleri her şeyle yüzleşmektedir. Bu aşama düşünüldüğü gibi ebeveynde olumsuz etkiler

⁵⁰ Ardiç, a.g.e., s. 222-223

⁵¹ Ardiç, a.g.e., s. 223

birakmaz. Ebeveyn destek ve kararlılıkla bu aşamadan olumlu sonuçlarla çıkabilir. Çıktığında artık kabul aşamasına geçmiştir. Bazı ebeveynler ise son aşamaya ulaşamayabilirler.⁵²

2.4.1.5. Kabul

Bu aşamada ebeveyn özel gereksinimi olan çocuğunu artık kabullenmiştir ve ne yapması gerektiği konusunda araştırmalar yapar. Ebeveynin kabul aşamasında olmasını anlamak için, çocuğunu özel eğitime götürmesi, onunla birlikte sosyal çevreye çıkması, yeni tedavi yöntemlerini araştırıyor olması yeterli değildir. Kabul aşamasında olan aile, özel gereksinimi olan çocuğunun güçlü olan taraflarına önem verir, ebeveynler çocuğunun gereksinimi hakkında doğru ve etkili bilgileri öğrenmiştir bunun yanı sıra etkin hizmetler hakkında da doğru bilgileri öğrenmiştir. Ebeveynler artık soruna değil çözüme odaklanır. Ebeveyn geleceğe dair planlarında özel gereksinimli çocuğunu da düşünerek tasarlamaya başlamıştır. Ebeveynler psikolojik olarak artık iyi bir ruh hali göstermektedir. Son olarak ebeveynler aile bireylerinin ihtiyaçlarını en doğru ve en uygun şekilde ve hayattan doyum sağlamalarını göz önünde bulundurarak belirlerler.⁵³

2.4.2. Bütünleyici Yaklaşım (Sosyal Çevre Modeli)

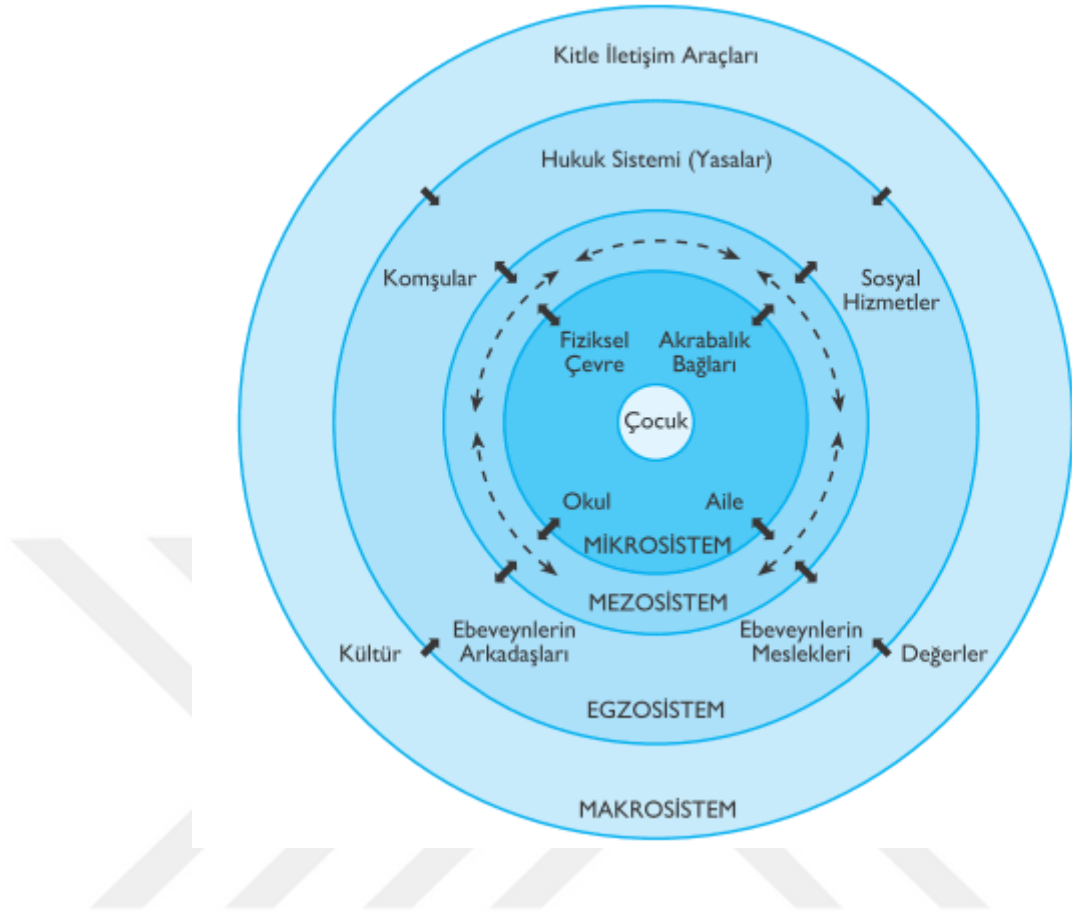
Bu yaklaşımın temelinde "Bronfenbrenner'in Sosyal Çevre Modeli" yer almaktadır. Bronfenbrenner'in modeli şu görüşü savunmaktadır; çocuk gelişirken toplum bu gelişime de doğrudan da dolaylı olarak da etki yapmaktadır. Bu model bütüncül bütüncül olarak hem bireyi hem de aileyi değerlendirmektedir. Sosyal çevre modeli sistemler ile oluşmaktadır. Bu sistemler sırasıyla (yakından uzağa doğru); "Mikrosistem, mezosistem, egzosistem ve makrosistem. Çocuğun merkezde olduğu sistemede ontojenik sistem denir." Özel gereksinimin aileye etkisi sosyal çevre modeli ile açıklamak önemlidir. Bir diğer önceki model yani aşama modeli daha sübjektif değerlendirmeler yapıyorken, bütünleyici yaklaşımda daha genel değerlendirmeler yapılır. Her iki modelde farklı zaman ve şartlarda kullanılmaktadır ve her ikisi de önem arz etmektedir.⁵⁴

⁵² Ardiç, a.g.e., s. 224

⁵³ Ardiç, a.g.e., s. 224-225

⁵⁴ Ardiç, a.g.e., s. 226-227

Şekil 2: Bronfenbrenner'in Sosyal Çevre Modeli⁵⁵



2.4.3. Travma Sonrası Gelişim Modeli

Birinci model olan aşama modelinde ailenin psikolojik olarak verdiği tepkiler daha önemliken, ikinci model olan bütüncü yaklaşımında ebeveynlerin benimsemiş olduğu toplumsal özellikleri dikkate almaktadır. Travma sonrası gelişim modelinde, ağır stres altında olan ve yaşayan ailelerin hayata karşı olumlu bir bakış açısı kazanmaları gerektiği savunulmaktadır. Bu model aynı zamanda ebeveynlerin stresle doğru bir şekilde nasıl başa çıkmaları gerektiği hakkında da ebeveynlere destek olunması gerektiğini savunmaktadır. Travma sonrası stres modeli altı temel bileşenden oluşmaktadır bunlar ise; "(a) travma öncesi özellikler, (b) stresör olayın özellikleri, (c) engellenmeler, (d) sindirme, (e) sosyal bağlam, (f) travma sonrası gelişim. Bu model diğer iki yaklaşımın aşama modeli ve bütüncül yaklaşım, bunların içinden doğarak yeniden oluşturulmuş bir modeldir. Bu model de yapılmış araştırmalar henüz yeterli

⁵⁵ Ardıç, a.g.e., s. 227

seviyede değildir ve daha fazla olması gerekmektedir. Bu modele dikkatli şekilde yaklaşmak gerekir fakat önemli bir etkinliği olduğunu da unutmamak gerekir.⁵⁶

Tüm bu modeller (aşama modeli, bütüncül model ve travma sonrası gelişim modeli) hepsi farklı bir bakış açısidir ve her biri kendi içinde değerlidir.

2.2. Yaşam Doyumu

2.2.1. Yaşam Doyumu Kavramı Tanımı ve Önemi

Neugarten 1961 yılında ilk defa yaşam doyumunu şu şekilde açıklamıştır; Yaşam doyumunu kavramından önce yaşam nedir diye sorup yaşamı tanımlamak gerektiğini öne sürer ve devam eder. Neugarten'e göre yaşam bireyin çalışırken ve çalışmadığı zamanların bütünüdür. Çalışmadığı zaman dilimini ise kendi içinde ikiye ayırırsak: boşa geçirilen zaman ve diğer çalışma dışı geçirilen zaman. Boşa geçirilen zaman da birey istediği ve sevdiği eylemleri gerçekleştirir. Diğer çalışma dışı geçirilen zaman ise kısaca sosyalleşmeye ve çalışma hayatı dışında yerine getirilmesi gereken sorumluluklara ayrılan süre olarak tanımlanabilir.

Yaşam doyumunu kavramı ise bireyin yaşama yani çalışma, boşa geçirdiği zaman ve diğer çalışma dışı geçirilen zaman olarak tanımlananlara gösterdiği davranış ya da duygusal bir tepkidir.⁵⁷

Yaşam doyumunu kişinin mutluluğu için önemli bir kavramdır ve bunun içinde bireyin öznel iyi oluşunun bilişsel yönüne vurgu yapılmaktadır. Öznel iyi oluş kavramını açıklarsak; bireyin hayatını hem duygusal hem de bilişsel olarak değerlendirebilme yeteneğidir. Bu değerlendirmenin içeriği ise kişinin herhangi bir duruma verdiği duygusal tepki ve doyumunu bilişsel olarak değerlendirmesidir.

Öznel iyi oluş hissini yaşamak için, bireylerin yaşadıkları çeşitli duygu durumlarını hissetmeleri, severek yaptıkları ilgi çekici aktiviteler, bir olaya karşı sevinç duyması ve ardından tüm bunlardan sonra hayatlarından memnun olduklarında öznel iyi oluş halini gerçekleştirmiş olurlar. Aynı zaman da öznel iyi oluş bireyin yaşamının bilişsel olarak değerlendirebilmesine vurgu yapar.

⁵⁶ Ardıç, a.g.e., s. 228-231

⁵⁷ Ahmet Alpay Dikmen, İş Doyumu ve Yaşam Doyumu İlişkisi, **Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi Dergisi**, 1995, s. 115-140

Öte yandan Diener ve Lucas yaşam doyumunun içindeki etkenleri şöyle sıralıyor; şu an yaşanan hayattan alınan doyum, geçmişteki yaşamdan alınan doyum, gelecekteki yaşamdan alınan doyum, mevcut olan hayatı değiştirme talebi ve bireyin çevresindeki insanların mevcut yaşamı hakkındaki yorumları. Diener ve Lucas doyum için gerekli olanları da şöyle belirtiyor; " iş, aile, serbest zaman, sağlık, para, benlik ve kişinin yakın çevresi."⁵⁸

Yaşam doyumunu ikiye ayırarak inceleyen araştırmalarda mevcuttur. Yaşam doyumu ikiye ayrıldığında birincisi öznel yaşam doyumu dediğimiz kavramdır diğeri ise anlaşılacağı üzere genel yaşam doyumdur. Öznel yaşam doyumu kavramı yukarıda da belirttiğimiz gibi kişinin hayatını bilişsel olarak değerlendirmeler sonucu ortaya çıkan değerlendirmeleri iken genel yaşam doyumu da toplumsal çeşitli faktörleri içinde barındırır. Bireyler de yaşam doyumu hakkında araştırma yapılırken öznel yaşam doyumu ve genel yaşam doyumu ön planda tutulmalı ve dikkate alınmalıdır.⁵⁹

Son olarak yaşam doyumu düzeyinin artması için bireyde pozitif yaşam olayları etkenken yaşam doyumu düzeyinin azalması içinde negatif yaşam olayları etkindir.⁶⁰

2.2.2. Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler

Yaşam doyumu, kişinin isteklerinin yerine getirebildiği ya da getirildiği takdirde ve hayattan duyduğu memnuniyetle doğru orantılı olduğu ifade edilmişti. Bu bölümde yaşam doyumu etkileyen etkenlerden bahsedeceğiz.

Schmitter yaşam doyumunu etkileyen faktörleri şu şekilde sıralıyor:

- Kişinin hayatını seviyor olması
- Hayatını önemsiyor olması

⁵⁸ Gamze Ülker Tümlü ve Ergün Reçepoğlu, Üniversite Akademik Personelinin Mesleki ve Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 2015, Cilt:3 (4), s. 1851-1868

⁵⁹ Zekeriya Çam ve Müge Artar, Ergenlikte Yaşam Doyumu: Okul Bağlamında Bir Araştırma, *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2014 Cilt 2 (1), s. 23-46

⁶⁰ Bengü Hırlak vd. İyimserlik ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki ve Demografik Özellikler Bağlamında Algı Farklılıkları: Bir Alan Araştırması, *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 2017, Cilt 7 (1), s. 95-116

- Hedeflerine varabilmesi
- Pozitif kişilik örüntüsü
- Kişinin kendini fiziksel anlamda yeterli hissetmesi
- Maddi yeterlilik
- Dışa dönük bir birey olma⁶¹

Öte yandan Flanagan'da yaşam doyumunu etkileyen faktörleri şu şekilde sıralamıştır:

- Sosyal çevre ile ilişki,
- Bireyin özgüveni,
- İyi bir ebeveyn olmak,
- İkili ilişkilerdeki samimiyet,
- Diğer insanlara fayda sağlayabilme,
- İyi bir işe sahip olabilme,
- Eğitim öğretim hayatında başarılı olabilme,
- Bireyin kendinin farkında olması, anlaması,
- Süreğen bir işte çalışıyor olma,
- Sosyalleşmek,
- Eğlenceli etkinliklerde bulunmak şeklindedir.⁶²

Yaşam doyumunu etkileyen faktörlere Neurgarten'de kendi araştırmasında yer vermiş olup yaşlılar üzerinde yaşam doyumunu incelemiştir. Neurgarten yaşam da bir doyumunun oluşabilmesi için 5 madde belirtmiştir. Bunları sıralarsak:

⁶¹ İrem Erdiñç, Evli Çiftlerde, Evlilik Uyumu, Cinsel Yaşam Doyumu ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, s. 42-43 (**Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi**)

⁶² Erdiñç, a.g.e., s. 43

1. Geleneksel olarak geçen bir gün de yapılan aktivitelerden haz alma
2. Hayatın bir anlam ifade etmesi, gelecek ile ilgili amaçların olması, geçmiş hayatta oluşan talihsizliklerin farkında olup kabullenebilmesi
3. Hayatı boyunca koymuş olduğu hedeflerin gerçekleştirmiş olduğu inancında olması
4. Kendisine pozitif yaklaşabilmesi, zayıflıkları olsa bile kendine her zaman değer verebilmesi ve bunu kabul etmesi
5. Hayatına karşı daima pozitif olması gerektiğini savunmuştur.

Ericson'a göre de her yaşlanan kişi eski yaşamışlıklarını düşünür ve bu yılların başarılı geçtiğini düşünürse ve kabul ederse yaşamından aldığı doyum düzeyi artar ve önündeki gelecek olan yaşamına daha olumlu bakar. Eğer bu durumun tam tersi gibi düşünürse yani yıllarının başarısızlıkla geçtiğini düşünürse düş kırıklığına uğrar, pişmanlık duygusuyla ömrünü heba eder. Bunun sonucu olarak yaşamdan aldığı doyum düzeyi miktarı düşer. Düşük olan yaşam doyumunu kişilerde çeşitli etkilere neden olur bunlar; "sosyal ilişkiler, zihinsel ve fiziksel sağlıktaki ciddi problemler" olarak sıralanabilir. ⁶³

Avşaroğlu ve arkadaşları öğretmenlerle yapmış olduğu bir araştırmada cinsiyet değişkeni üzerinden yaşam doyumunu etkileyip etkilediğini araştırmıştır. Araştırma sonucunda yaşam doyumunu düzeyi puanı kadınlarda erkeklere göre daha düşük çıksa da genel olarak yapılan diğer araştırmalar da göz önüne alındığında yaşam doyumunun cinsiyet değişkenine göre çok farklılık göstermediği anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür. ⁶⁴

Yaşam doyumunu etkileyen bir diğer önemli başlık ise anlaşılabilirlik olduğu gözlemlenmiştir. Bireyler dışardan gelen uyarınları anladığını da ve bu uyarınlara anlamlı, açıklanabilir ve ön görülebilir olduğunu algıladıklarında yaşamda karşılaştıkları olumsuz olaylara baş edebilme güçleri artıyor ve bu da yaşamdan alınan doyumunu arttırdığı söyleniyor.

Bireylerin aileleri ile olan iletişimi de yaşam doyumunu üzerinde etkisi bulunmaktadır. Bireyler ailelerinin onlara yansıttığı düşünceleri anlayabiliyorsa, onları özümseyebiliyorsa, ailesiyle yaşadıkları olumsuzlukları iyi bir şekilde

⁶³ Havva Kaçan Softa, vd. Yaşlılarda Yaşam Doyumunu Etkileyen Bazı Faktörlerin İncelenmesi, **Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi**, 2015, Cilt:8(1) s. 13

⁶⁴ Selahattin Avşaroğlu, M.Engin Deniz ve Ali Kahraman, Teknik Öğretmenlerde Yaşam Doyumu İş Doyumu ve Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi, **Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, 2005, sayı:14 s. 124

yönetebiliyorsa ve ailesi ile yaşantısının anlamlı olduğunu düşünüyorsa bu bireylerin yaşam doyumları artmaktadır.

Yaşam doyumunu etkileyen diğer faktörlerden bazıları ise, benlik saygısı yani bireyin kendisine olan saygısı, bireyin yaşadığı olumsuz ya da acı verici olayları ne kadar ve nasıl yönetebildiği son olarak da bireyin yaşamını anlamlı olarak algılamasıdır. Buradaki bütün değişkenler yaşam doyumuna anlamlı olarak katkıda bulunmaktadır.⁶⁵

Çam ve arkadaşı yatılı bölge okulunda okuyan ve ailesi yanında yaşayan öğrencilerin yaşam doyumlarını karşılaştıran bir araştırma yapmış ve bunun sonucunda; yatılı bölge okulunda okuyan öğrencilerin ailesi yanında yaşayan öğrencilere göre yaşam doyumları daha fazla bulunmuştur. Bu araştırma cinsiyet değişkeni ile ölçüldüğünde ise yatılı bölge okulunda yaşayan kız öğrencilerin yatılı bölge okulunda okuyan erkek öğrencilere göre yaşam doyumlarının daha fazla olduğu gözlemlenmiştir.⁶⁶

Tümkaya ve arkadaşları da yapmış oldukları çalışmada yaşam doyumunu etkileyen faktörleri şu şekilde sıralıyor; birey yaşamı ile ve kendisi ile barışık olduğunda yaşam doymu düzeyi de yüksek olmaktadır. Bireyin yaşam doyumunun artması yaşamındaki olumlu olaylara kapı açacaktır. Aynı zamanda kişinin kendi duygularını ve düşüncelerini iyi bir şekilde yönetebilmeleri de yaşamdan aldıkları doymu arttırmaktadır.

Tümkaya ve arkadaşları yaptığı çalışmanın devamında öğretim elemanlarının yaşam doyumları düzeylerini incelemiş ve sonucunda öğretim elemanlarının ders yükünün ve iş yaşamındaki koşulların olumsuzlukları ve maddi anlamdaki yetersizlik yaşam doyumunun düzeyini düşürmektedir. Sonuç olarak da akademik statünün yaşam doymu düzeyini arttırmaktadır.⁶⁷

2.2.3. Yaşam Doyumu İle İlgili Kuramlar

Bu bölümde yaşam doymu ile ilgili olan kuramlara yer verilecektir.

⁶⁵ A. Rezan Çeçen, Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumunu Yordamada Bireysel Bütünlük (Tutarlılık) Duygusu, Aile Bütünlük Duygusu ve Benlik Saygısı, **Eğitimde ve Kuram ve Uygulama Dergisi**, 2008, Cilt:4(1) s. 19-30

⁶⁶ Zekeriya Çam ve Müge Artar, Ergenlikte Yaşam Doyumu: Okul Türleri Bağlamında Bir İnceleme, **Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, 2014, Cilt:2(1), s. 23-46

⁶⁷ Songül Tümkaya vd. Duygusal Zeka Mizah Tarzı ve Yaşam Doyumu: Üniversite Öğretim Elemanları Üzerine Bir Araştırma, **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, 2008, Cilt:3(30) s. 1-18

2.2.3.1. Belli Bir Noktaya Erişme (Tellic Or Endpoint) Kuramı

1960 yılından Wilson tarafından öne atılan bu kurama göre, kişi ihtiyaçlarını karşılırsa hazzı ulaşıyor eğer karşılayamaz ve hazzı ulaşamazsa mutsuz olmaktadır, düşüncesini savunmaktadır. Demek istediğini açıklarsak, kişinin istediklerinin gerçekleşmesi onu doyuma ulaştırırken istediklerinin gerçekleşmediği durumlar ise onu doyumdan uzaklaştırdığını söylemektedir.

Öte yandan Scitovsky şöyle der; birey bu ihtiyaçlara ulaşma yolunda ilerlerken bu yolda ilerlemek ihtiyaçlara ulaşmaktan daha doyurucudur.

Gereksinim kuramlarında iki farklı görüş vardır bunlarda ilki kişinin ihtiyaçlarının farkında olup olmamasını önemsemez sadece bu ihtiyaçlarının doyurulmasının doyumunu arttırdığını öne sürer. İkinci görüş ise, kişi ihtiyaçlarının farkında olduğu sürece bir doyuma ulaşabilir görüşüdür.

Kişi farklı amaçlar doğrultusunda bir uğraş gösterir ve bu açama ulaştığında mutlu olur. Kişinin bu amaçlarının bazıları özelken bazıları da evrenselidir. Örneğin Maslow İhtiyaçların herkes de aynı sıra ile ilerlediğini söylemektedir. Kişiler belli bir seviyede doyuma ulaşabildiklerinde mutluluk oluşur ama daha tepedeki ihtiyaçların karşılanmasıyla bu doyum ve mutluluk daha üst seviyelere çıkacaktır.⁶⁸

Bu kurama üç tane eleştiri gelmiştir ve bunlardan ilki, ihtiyaçlarımızın eğer evrensel olduğunu söylüyorsanız bu ihtiyaçların doyuma ulaştığı anda oluşan mutluluk her kültürde benzer olmalıydı fakat doyum ve mutluluk her kültürde farklılık göstermektedir. İkinci eleştiri, kişilerin hayata dair olan amaçları ve hayata dair olan ihtiyaçları farklı olabilir ve doğal olarak bu da doyuma ulaşabilmek için kişinin farklı yollar izlemesine sebep olur. Üçüncü eleştiri ise, ne istediğini bilmeyen kişinin doyuma ve mutluluğa giden yolda amaca ulaşabilmesi mümkün değildir.

Hayata dair plan ve amaç bu kuramın içeriklerindedir. Plays ve Little bu kuram için yaptıkları bir çalışmada, her kişinin kendi hayatına özgün planları olduğunu ve bu plan sonunda ödüllendirileceklerini düşündüklerini ve aynı zamanda bu bireyler doyumun kısa süreli olmasından hoşlanmadıkları bulunmuştur. Doyumu daha fazla olan kişiler daha önemli planlar yapmaktadır.

⁶⁸ Süreyya Köker, Normal ve Sorunlu Ergenlerin Yaşam Doyumu Düzeyinin Karşılaştırılması, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 1991, Ankara, s.13-19, (Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi)

Kişiler kendileri için önemli olan bir ihtiyacı doyurduklarında mutlu olurlar. Bazı kuramcılar bu mutluluğun oluşmasında başka amaçların diğerleri ile çakıştığını söylenmektedir. Kişilerin doyuma ulaşip mutlu olabilmeleri için bu amaçların çakışmaması ve doyurulması gerekir.

2.2.3.2. Haz ve Acı (Plasure and Pain) Kuramı

Bu kuram Wilson'un öne çıkardığı gereksinim kuramından esinlenmiştir. Bu kurama göre kişinin ihtiyaçları tam olarak doyuma ulaşırsa en üst düzey mutluluğa ulaştığı düşünülür. Houston genetiğimiz ve en çok baskı uyguladığımız ihtiyaçlarımız doyuma ulaştığında en üst düzey mutluluğa ulaşılacağını söyler. Wilson'da ihtiyaçların bir sıra halinde birbiri ardında dizildiğini söyler, bu sıra içinde ihtiyaçları doyurmak en üst düzey mutluluğun oluşmasını sağlamaktadır.

Tatarkiwicz, kişinin "hoşlanımın kaynakları arttıkça acının kaynakları da artacaktır." Kişi haz ve acı durumuna duyarsızlık geliştirdikçe haz ve acıda alınan doyum da düşmektedir. Kişilerin her duyarsızlaştığı durum o durumun doyumunda bir değişiklik göstermez.⁶⁹

2.2.3.3. Etkinlik (Activity) Kuramı

Bu kuram bireyin etkinliği mutluluğun oluşumu için önemli bir kaynak olduğu varsayımına odaklanır. Aristoteles bu kuramın temsilcisidir. Aristoteles'e göre "mutluluk, bireyin erdemli etkinliklerinden kaynağını alır." Etkinlik kuramı kişinin yaşamını anlamlandırması mutluluğu azalttığını savunur. Bu kurama göre kişi mühim ve zor olan planlar yani etkinlikler üzerinde yoğunlaştığından mutluluk en üst düzeye gelir.

Csikszentmihalyi, yapılan etkinliklerin kişinin yapabilitesi düzeyiyle doğru oranda olduğunda doyumun daha fazla olduğunu söyler. Etkinlik kişinin yapamayacağı bir etkimlikse kaygıyı artırır. Etkinlik zorsa ve kişi bunun için yoğun çaba sarf etmesi gerekiyorsa kişi mutluluğu bu etkinliğin sonucunda tadacaktır. Dağ tırmanışları bu duruma örnek verilebilir.⁷⁰

2.2.3.4. Yukarıdan Aşağıda- Aşağıdan Yukarıya (Top-Down versus Bottom-Up) Kuramı

Bu kurama göre, mutlu bir hayata sahip olmak istiyorsanız birden fazla mutlu olduğunuz zamanların toplamı sizi mutluluğa ulaştıracaktır. Campbell ve

⁶⁹ Köker, a.g.e. , s.15

⁷⁰ Köker, a.g.e., s.16

Rodger öznel iyi oluşun oluşması için on tane alan belirtmiştir bu alanları kullanırken (iş, evlilik, aile vb.) bilişsel olarak kullanılan yöntemler öznel iyi oluşta etkili olduğunu vurgular.

Bu kurama göre, kişi zaten mutlu olduğu için doyumun en üst düzeyine ulaşmıştır. Bunun aksi doğru değildir. Durumlara pozitif yaklaşan kişiler dayanma eşikleri daha fazladır.

Adrews ve Withey, yaşam doyumunu araştırırken kişilerin doyuma ulaşmada seçtikleri doyum yöntemlerini neden ve nasıl seçtiği daha önemlidir. Birey mutlu olduğunda burada bireyin kişilik özellikleri ve bilişsel olarak nasıl bir süreçten geçtiği anlaşılmalıdır.

Lewinsohn ve arkadaşları, kişilerin durumlara sübjektif olarak yaklaştığını söyler ve bazen aşağıdan yukarıya olan süreçler etkiliyken bazen de yukarıdan aşağıya olan süreçler etkilidir.⁷¹

2.2.3.5. İlişkilendirici (Associatianistic) Kuram

Kişilerde birçok faktör mutluluğa ve doyuma ulaşmada etkilidir birçok kuram da bu faktörleri ne olduğu yani mutluluk için gerekenleri çalışmaktadır. Bu kuramlar için kişilerin durumlara verdiği anlık tepkiler önem arz etmektedir. Kişi için pozitif durumlar kişi tarafından kendine bağlanıyorsa en iyi mutluluk sebebi olmaktadır.

Brown ise kişilerin şu an yaşadıklarını geçmiş il ilintilendirdiklerini ve bu durumunun da kişiyi duygusal açıdan etkilediğini söylemektedir.

Kişilerde anımsamaya ilişkin çalışmalar yapılmış ve pozitif yaşanmışları daha basit bir şekilde anımsarken, negatif yaşanmışlıkları ise daha seyrek ve sınırlı olarak anımsamışlardır. Geçmişe bakıldığında pozitif olayları daha fazla yaşamış olan kişilerde şu anı daha güzel bir şekilde değerlendirdiği ve daha mutlu olduğu gözlemlenmiştir. Öte yandan Zajonc ise “bireyin olumsuz düşüncelerini atmak için gösterdiği bilinçli girişimlerin mutluluğu arttırdığını belirtmiştir.” Yani kişi ne kadar az olumsuz düşünceye sahip olursa mutluluğa o kadar kolay bir şekilde ulaşabilmektedir.

⁷¹ Köker, a.g.e., s. 17-18

Bu kurama gelen önemli bir eleştiri şöyle söylemektedir; dıştan gelen olaylar kişiyi etkiler ve sadece kişinin olumlu düşünmesi kişinin mutluluk düzeyinin artacağına garantisizdir.⁷²

2.2.3.6. Yargı (Judgement) Kuramı

Yargı Kuramına göre gerçek olaylar belli bir standartlara yaklaşması gerektiğini ve mutluluğun o şekilde açığa çıkabileceğini söyler. Doyumu ulaştığında kişi bunu bilinçli olarak fark eder.

Bu kuramda belli başlı ve kişinin de kullanacağı standartlar önem taşımaktadır. Statü karşılaştırması yapıldığında kişi kendini karşılaştırma yaptığı kişiden daha üstün hissederse belli bir doyum düzeyine ulaşmış olur. Bu tarz statü ya da sosyal karşılaştırma kişinin psikolojik sağlığı için önem taşımaktadır.⁷³

Wils, kişiler için kendilerinde daha düşük statüde ve kendilerinden daha şanssız olan kişilerle bir kıyaslama yaptıklarında doyumlarını ve öznel iyi oluş düzeylerini arttırdıklarını söylemiştir. Kearl ise kötü yaşam şartlarına sahip olan kişilerin varlığından haberdar olmak yaşam doyumlarının düzeylerini arttırdığını söyler ve maddi bir doyum elde etmek için sadece kişi kendinden daha düşük bir maddi gelire sahip biri ile karşılaştırma yaptığında ulaşabileceğini söyler.

Diener ve arkadaşları ise doyumun oluşabilmesi için bilişsel bir süreçten geçmesi gerektiğini asıl önemli olan bireyin durumu nasıl anladığı ve o durumu nasıl değerlendirebildiğidir der. Kişinin sağlığı kişinin refahı ve kişinin maddi geliri doyum için elbette önemlidir ama asıl önemli olan kişinin bunları nasıl algıladığı yani bunları algılamakta bilişsel sürecidir. Diener'a göre: Kişinin hayatında ki koşullar ve kişi bu koşulları nasıl değerlendiriyor bunlar arasındaki farkın önemli olduğunu söylemektedir.

Michalos, kişinin istekleri ve kişinin gerçekleşen isteklerinin oranına göre mutluluğun belirlendiğini söyler.

Bu kurama gelen eleştiri ise, yapılan karşılaştırmaların hangi zaman diliminde ve nasıl yapılacağı ile ilgili gereken bilgilerin yetersiz olduğuna yöneliktir.⁷⁴

⁷² Köker, a.g.e., s.18

⁷³ Köker, a.g.e., s.19

⁷⁴ Köker, a.g.e., s.19

2.3. Umutsuzluk Tanımı

Umutsuzluğun ortaya çıkış nedeni umudun olmayışındandır. Bu nedenle umutsuzluğu tanımlamadan önce umudu tanımlamak gerekir. Umudun, bireyde iyilik duygusunu oluşturur ve birey bu iyilik duygusuyla beraber güdülenir, harekete geçer.

. Yani umut bir nevi motivasyon kaynağıdır ve bizim eylemlerimizi gerçekleştirebilmek adına ihtiyaç duyduğumuz bir güdüdür. Umudun aynı zamanda "ummaktan doğan bir güven duygusu" şeklinde de tanımlanmıştır. Umudu olan bir insana geleceğe olumlu bakar ve iyi şeyler olacağını düşünür. Umudun ruh sağlığını pozitif anlamda etkiler ve kişilerin aynı zamanda gelecek ile ilgili olan olumsuz teorilerle baş edebileceğini düşünür.⁷⁵

Umudun, kişinin geleceğe dair olan amaçlarını gerçekleştirmek için yardımcı bir destektir. Umudun en önemli özelliklerinden biri, olumsuz bir durumla karşılaşıldığında bu durumun bir çıkış yolunun olduğuna inanmasıdır. Umudun ve umutsuzluğun birbirine zıt olan beklentilere benzer.

Umudu olan birey gelecek ile ilgili her daim olumlu düşünürken, umutsuzluğa olan birey gelecek ile ilgili genellikle olumsuz düşüncelerle boğuşur.⁷⁶

Bir başka tanımla umutsuzluk, şu anki olumsuz düşünce ve algıların geleceğe atfedilmesi olarak da tanımlanabilir. Umutsuzluğa sahip olan kişi gelecek ile ilgili olumsuz bir bilişe sahiptir ve bu olumsuz biliş gelecek ile ilgili "hiçbir iyi olasılık içermediğini tekrarlar." Birey gelecek hakkında düşündükçe olumsuz biliş uyarılmaya başlar ve motivasyonel ve duygusal olarak bozukluklar kişide görülmeye başlar.⁷⁷

Umutsuzluk daha öncede belirttiğimiz gibi umudun kavramının tam tersidir ve kişinin şu anki durumunda ve gelecek ile ilgili durumlarında karşılaşılabileceği herhangi bir probleme karşı olumsuz düşüncelere sahip olmasıdır. Fromm umudun ve umutsuzluğun kavramlarını açıklarken şöyle demiştir; Umudun hiçbir şey

⁷⁵ Nurgül Tercanlı ve Vildan Demir, Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Çeşitli Değişkenler Açısından Değerlendirilmesi, *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2012, Cilt:1(1), s. 29-40

⁷⁶ Nesrin Dilbaz ve Gülten Seber, Umutsuzluk Kavramı: Depresyon ve İntiharda Önemi, *Kriz Dergisi*, 1993. Cilt:1(3) s. 134-138

⁷⁷ Gülhan Yiğitalp ve Günay Saka, Çevresel Asbeste Maruz Kalan Erişkin Bireylerde Kaygı ve Umutsuzluk Düzeyleri, *Dicle Tıp Dergisi*, 2017, Cilt:44(4), s.355-364

yapmadan beklemek değildir ve umut olması imkânsız olan durumları gerçekçi olmayacak şekilde olması için zorlamak da değildir. Bilişsel olarak kişi kızgınlık kaygı veya umutsuzluk duygularını yaşıyor olmasının en temelinde olayın kendisi yatmaz kişilerin bu olaylara yükledikleri anlamlar ve beklentiler etki eder. Umutsuzluk duygusunun temelinde Beck'in tanımladığı bilişsel üçlü şu şekildedir; kişinin kendisi, çevresi ve geleceğe negatif şekilde bakıyor olması.⁷⁸

Son olarak Bahar, yaptığı araştırmada umutsuzluğu şöyle tanımlıyor; Umutsuz olan kişi geleceğe dair sürekli olumsuz düşünceler içindedir ve motivasyonunu kaybetmiştir. Kuzey Amerikan Hemşirelik Tanıları Derneği umutsuzluğu; hayatın da oluşan problemleri çözmek için, hedefine ulaşabilmek için ne bir kişisel tercihin ne de belli bir alternatifin olmadığı ve belirlenen amaçlar veya hedefler varsa bu hedefleri gerçekleştirebilmek için bir eylemde bulunmamak ve bireyde "sürekli sübjektif bir duygusal durum" şeklinde tanımlamıştır.⁷⁹

2.3.2. Umutsuzluğun Nedenleri

Umutsuzluğun temel nedeni genellikle geçmişte olan bireyin hayatında olumsuz etki bırakan herhangi bir olaya dayanır. Birey bu olumsuz olayın sonuçlarını sebeplerini düşünerek birtakım düşünceler ortaya atar bu düşünceler genellikle olumsuz düşünceler ve yönlendirmelerdir bu düşünceler ve yönlendirmeler bireyi umutsuzluğa iter.

Amerikan Psikoloji Birliği umutsuzluğun nedenleri şöyle sıralamıştır:

- Çeşitli nedenlere bağlı olarak kişinin yaptığı aktivitelerin sürekli olarak kısıtlanması ve bu durumunun sonucunda kişide oluşan yalnızlık
- Bedenen sağlık durumunun kötüye gitmesi
- Kronik seyirli stres
- Kişinin kendini bırakması
- Dini inancını yitirmesi⁸⁰

⁷⁸ Semanur Kodan, Üniversite Öğrencilerinde Umutsuzluk ve Akılcı Olmayan İnanışlar Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi, **Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, 2013, Cilt:11(2), s. 175-190

⁷⁹ Aynur Bahar, Kronik Hastalarda Umutsuzluk Düzeyinin Belirlenmesi, **Nefroloji Hemşireliği Dergisi**, 2007, s. 38-43

⁸⁰ Engin Üngüren ve Rüya Ehtiyar, Geleceğin Turizmciilerinin Umutsuzluk Tipolojilerinin Belirlenmesi, **Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi**, 2008, Cilt:7(24), s. 201-219

Bayramova ve arkadaşı yaptığı araştırmada umutsuzluğun yaşlılarda giderek artmasına dikkat çekerken nedeni olarak da yalnızlık ve kişinin toplumdan uzak yaşaması olarak açıklıyor. Cinsiyet değişkenine göre ise kadın yaşlılarda umutsuzluk oranının daha fazla olduğunu söylüyor. Kişinin umutsuz olabilmesi için, öz saygısında, algısında, özerkliğinde olan tehditlerin dışında kişinin acı verici bir durumlar karşı karşıya kalması durumunda ona destek verebilecek kişilerin olmaması da etkilidir.⁸¹

2.3.3. Umutsuzluğun Belirtileri

Umutsuz olan kişi, iyi bir ruh halinden yoksundur, aktivitelere karşı isteksiz ve ne yapacağını bilmeyerek amaçsızca hareket ederek, yaşamındaki olayları olumsuz değerlendirir. Umutsuz olan kişide: İsteksizlik ve depresyon görülebilir bunun yanında kişi kendini güçsüz ve karamsar hissedebilir, olaylara dikkatini veremez, hayatında ki düzen bozulmuştur.⁸²

Uzbaş yapmış olduğu araştırmasında umutsuzluğu etkileyen belirtileri şöyle belirtiyor maddi sorunlar, ve psikolojik yapılar. Kişi maddi sorunlarla uğraşarak, statüde sorunlar yaşayarak umutsuzluğa yaklaşmış oluyor.⁸³

Amerikan Psikoloji Birliği umutsuzluğun belirtilerini şöyle sıralıyor:

- Olumsuz içerikli konuşmalar
- Konuşurken dilde sürekli olumsuz terimler
- Gün içinde normalden az diyalog kurma
- Duygusal ifade de küntlük
- Kendisine öncelik tanımama
- Dışardan gelen uyarılara tepkisizlik
- Kendisi ile diyalog kurmak isteyenlere karşı ilgisizlik
- Yemek yememe isteği (iştahsızlık)
- Uykuda bozulmalar, çok uyuma ya da az uyuma
- Öz bakıma önem vermeme⁸⁴

⁸¹ Naile Bayramova ve Ayfer Karadakovan, Kronik Hastalığı Olan Bireylerin Umutsuzluk Durumlarının İncelenmesi, **Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi**, 2004, Cilt:7(2), s. 39-47

⁸² Kamile Şanlı Kula ve Turan Saraç, Üniversite Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi, **Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, 2017, Cilt:18(1), s. 1-16

⁸³ Aslı Uz Baş ve Zekavet Kabasakal, Öğretmen Adaylarında Umutsuzluk ve Algılanan Sosyal Destek, **Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi**, 2013, Cilt:2(1), s. 19-26

⁸⁴ Üngören ve Ehtiyar, a.g.e., s. 201-219

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışma özel gereksinimli çocuğa sahip olan ve özel gereksinimli çocuğa sahip olmayan ebeveynlerin yaşam doyumları ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkinin anlamlı olup olmadığını incelemek için ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bu model iki ya da daha fazla değişken arasındaki değişimin varlığını veya bu değişimin ne derecede gerçekleştiğini belirleme amacıyla kullanılan bir araştırma modelidir.⁸⁵

3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Bu araştırmanın evreni 2019 yılında Türkiye'nin Van ilinde ikamet eden özel gereksinimli çocuğu olan ve olmayan ebeveynler oluşturmaktadır. Uygulama yapılırken örneklem seçme yolu kullanılmıştır. Örneklemi belirlerken araştırmanın konusuna uygun olacak şekilde basit rastgele örnekleme yöntemi seçilmiştir. Bu araştırmanın örneklemini özel gereksinimli çocuğa sahip 151 özel gereksinimli çocuğa sahip olmayan 149 ebeveyn toplamda 300 birey oluşturmaktadır.

3.3. Araştırmada ki Verilerin Toplanması

Veriler toplanırken, Sosyodemografik Bilgi Formu, Beck Umutsuzluk Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Veriler toplanırken ölçekleri ebeveynlere yüz yüze şeklinde doldurtulmuştur. Verilen anket sırasıyla Sosyo Demografik Form, Beck Umutsuzluk Ölçeği ve son olarak da Yaşam Doyumu Ölçeğinden oluşmaktadır.

3.3.1. Sosyo Demografik Form

Araştırmacı tarafından hazırlanmış olup içinde katılımcıların; cinsiyet, yaş, eğitim durumu, çalışıp çalışmadığı, aylık geliri, çocuğun sahip olduğu özel gereksinim türü, çocuğun yaşı gibi konularda katılımcıdan bilgi alabilmek amacıyla hazırlanmış formdur.

⁸⁵ Erdinç, a.g.e., s.54

3.3.2. Beck Umutsuzluk Ölçeği

1974 yılından Aaron Temkin Beck ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş, 20 maddeden oluşan kişinin gelecek hakkındaki olumsuz düşüncelerini belirlemek için kullanılan bir ölçektir. Ölçekteki 20 önermenin 9 tanesi Heimberg tarafından hazırlanmış gelecek ile ilgili tutumları içeren bir ölçekten alınmıştır. Gelecek ile ilgili olan kısımları Beck ve arkadaşları şu anki zamana uyarlamışlardır. Geriye kalan 11 önermeyi ise klinisyenler hazırlamıştır. Bu ölçek hem kısa hem de güvenilir olduğundan çok tercih edilmektedir. Ülkemizde Beck Umutsuzluk ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını Seber ve arkadaşları tarafından yapılmış olup Türkçe çevirisi de onlara aittir.⁸⁶

Ölçek kişi tarafından kendi kendine yanıtlanmaktadır, 11 doğru 9 yanlıştan oluşmaktadır. Uyumlu her yanıt için 1 puan uyumsuz her yanıt içinse 0 puan alınır. Ölçek üç tane alt boyutta oluşmaktadır: 1. Gelecek ile ilgili duygular başlığı altındaki sorular ise; 1., 6., 13., 15., 19., 2. alt başlık Motivasyon kaybı içerdiği sorular ise; 2., 3., 9., 11., 12., 16., 17., 20., 3. alt başlık gelecek ile ilgili beklentilerdir ve içerdiği sorular ise; 4., 7., 8., 14., 18., sorulardır. Seber ve arkadaşları ölçeğin iç tutarlık analizini yaptığında Cronbach Alfa kat sayısını 0.86 bulmuş ve ölçeğin iç tutarlığının tatmin edici boyutta olduğunu söylemişlerdir. Daha sonradan yapmış oldukları Pearson Momentler çarpımı korelasyonu ile hesaplanan güvenilirlik kat sayısında ise 0.737 bulunmuş ve ileri derecede anlamlı olduğu söylenmiştir. Ölçek Seber ve arkadaşları tarafından 4 hafta arayla tekrar uygulanmış ve korelasyon kat sayısı $r = 0.73$ olarak bulunmuştur. Sonuç olarak Seber ve arkadaşları Beck Umutsuzluk Ölçeğinin ülkemiz için geçerlilik ve güvenilirliğinin yeterli düzeyde olduğunu araştırmasında kanıtlamıştır.⁸⁷

3.3.3 Yaşam Doyumu Ölçeği

1985 yılında Diener, Emmons, Larsen ve Griffin tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçek tek boyutludur ve 5 maddeden oluşur. Türkçeye 1991 yılında Köker tarafından çevrilmiştir. Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirliği yüksek olup, test tekrar test sonucunda $r = .85$ çıkmıştır. Madde test korelasyonu ise .71 ile .80 arasındadır.⁸⁸

⁸⁶ Seber a.g.e., 15

⁸⁷ Seber, a.g.e., 15

⁸⁸ Erdinç, a.g.e., s. 57

3.4. Verilerin Analizi

Ölçeklerin iç tutarlılık analizleri tablo 1 de gösterilmiştir.

Tablo 1: Güvenirlik Analizi

	Cronbach's Alpha	n
Beck Umutsuzluk Ölçeği	.792	300
Yaşam Doyumu Ölçeği	.838	300

Araştırmanın iç tutarlılık analizi sonuçlarına bakıldığında iç tutarlılıkları oldukça yüksektir. ($\alpha > 70$)

Tablo 2: Normallik Analizi

	Skewness		Kurtosis	
	İstatistik	Std. Hata	İstatistik	Std. Hata
Beck Umutsuzluk Ölçeği	-.454	.141	.284	.281
Yaşam Doyumu Ölçeği	-.017	.141	-.960	.281

Yapılan normallik analizi sonucuna göre çarpıklık değerleri ve basıklık değerleri her iki ölçekte de -1.5 ve +1.5 arasında olduğu görülmektedir ve buna göre normal dağılım gösterdiği kabul edilmektedir. Bu araştırmada ki veriler IBM SPSS 25 paket programıyla yapılmış olan test ve analizlerle çözümlenmiştir. Bu kısımdan sonraki testlerde parametrik testler olan T Testi ve ANOVA ile değişkenler arası ilişki için de Korelasyon analizi kullanılmıştır.

3.5. Bulgular

Bu bölümde toplanan verilerden elde edilen sonuçların betimsel olarak değerlendirilmesi yapılacaktır.

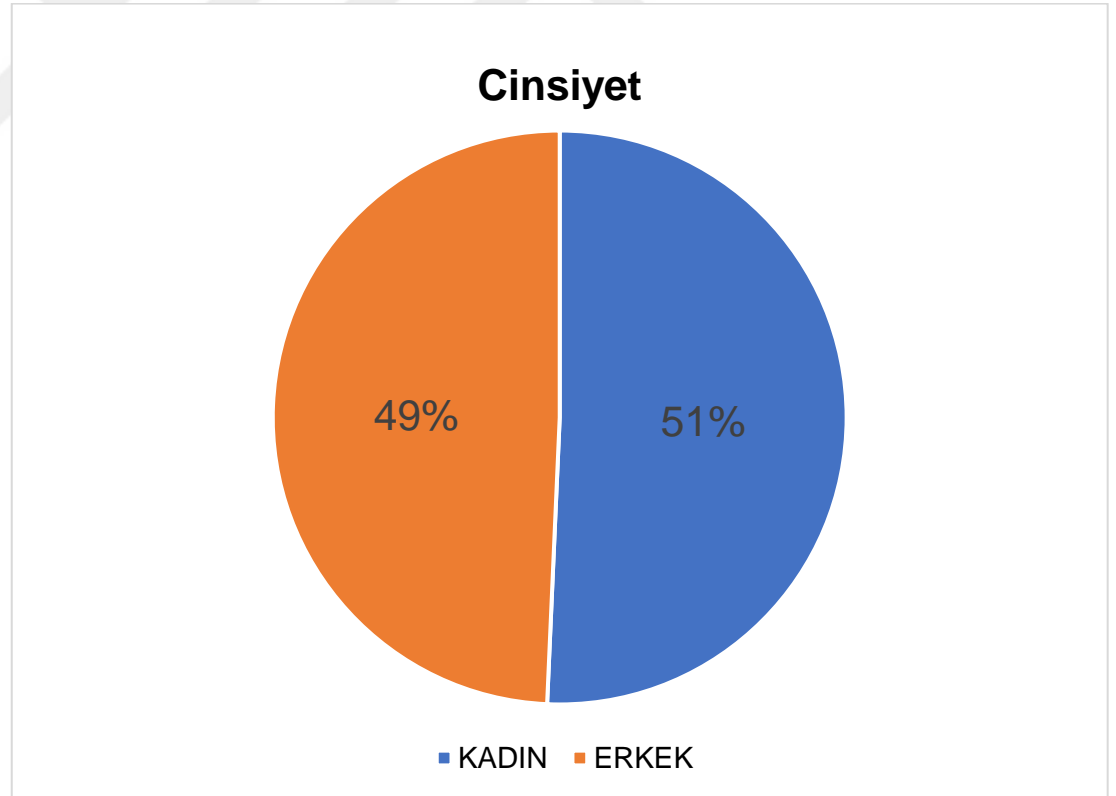
Araştırmaya katılan ebeveynlerin sosyo demografik bilgilerinin dağılım grafiği tablo 3 de ki gibidir.

Tablo 3: Ebeveynlerin Cinsiyete Göre Dağılımı

Cinsiyet	Sayı	Yüzde%
Kadın	152	50,7
Erkek	148	49,3
Toplam	300	100

Katılımcıların cinsiyete göre dağılımı Tablo 3'de gösterilmiştir. Araştırmaya katılanların %50,7'si (n=152) kadın, %49,3'ü (n=148) erkektir.

Grafik 1: Ebeveynlerin Cinsiyete Göre Dağılımı

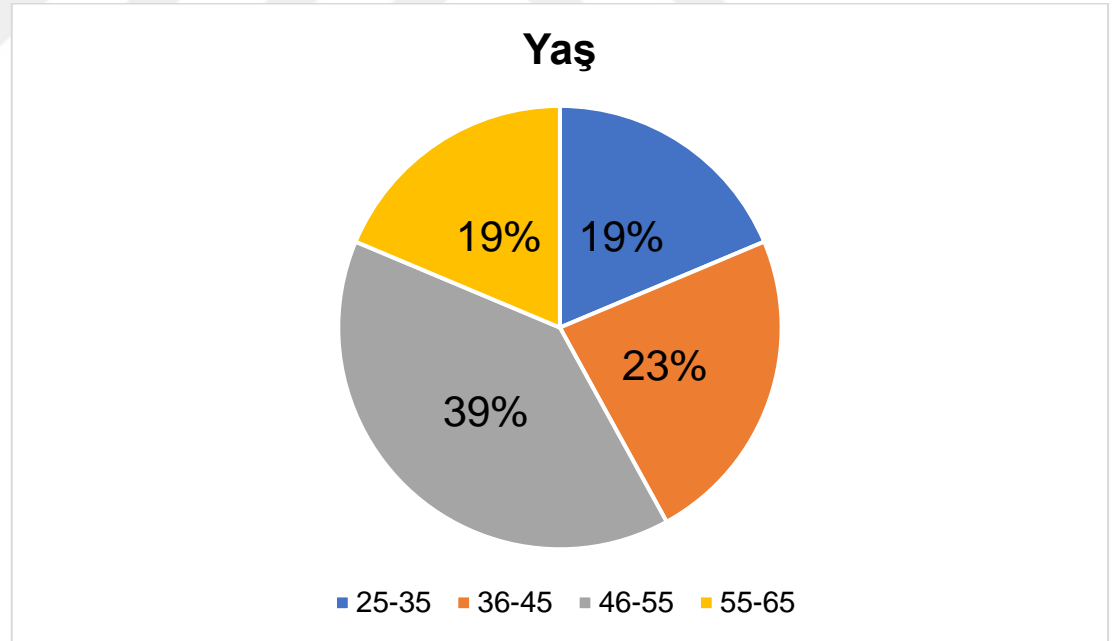


Tablo 4: Ebeveynlerin Yaşa Göre Dağılımı

Yaş	Sayı	Yüzde%
25-35	56	18,7
36-45	70	23,3
46-55	118	39,3
56-65	56	18,7
Toplam	300	100

Katılımcıların yaşa göre dağılımı Tablo 4’de ki gibidir. Araştırmaya Katılanların 18,7’si (n=56) 25-35 yaşları arasında, 23,3’ü (n=70) 36-45 yaşları arasında, 39,3’ü (n=118) 46-55 yaşları arasındayken, 18,7’si (n=56) ise 56-65 yaşları arasındadır.

Grafik 2: Ebeveynlerin Yaşa Göre Dağılımı

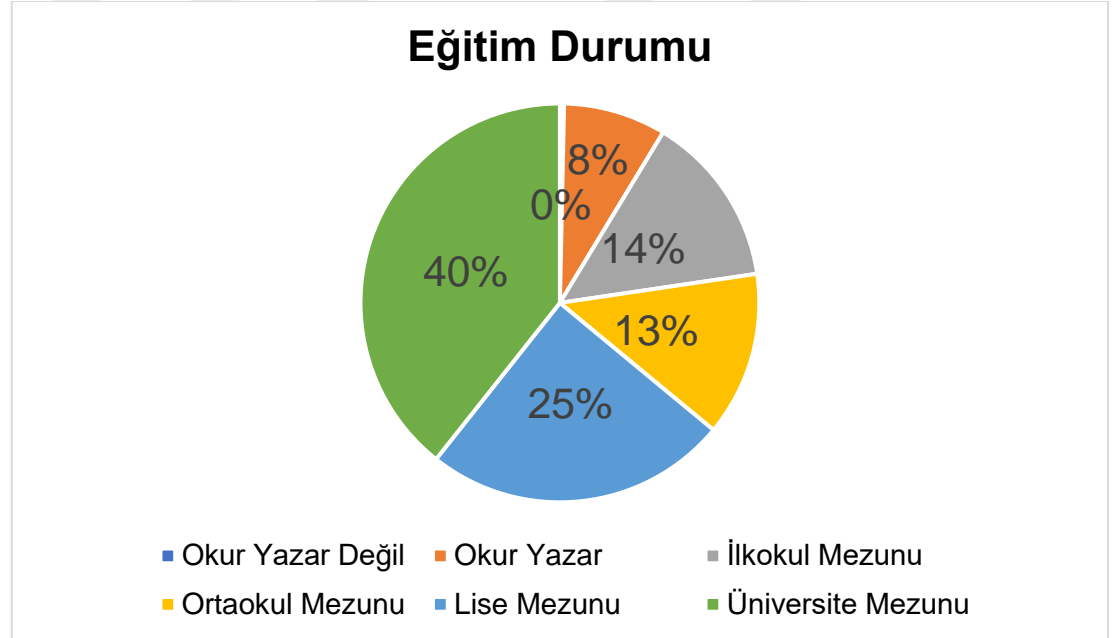


Tablo 5: Ebeveynlerin Eğitim Durumlarına Göre Dağılımı

Eğitim Durumu	Sayı	Yüzde%
Okur Yazar Değil	1	0,4
Okur Yazar	25	8,3
İlkokul	42	14,0
Ortaokul	40	13,3
Lise	74	24,7
Üniversite	118	39,3
Toplam	300	100

Katılımcıların eğitim durumlarına göre dağılımı Tablo 5'de ki gibidir. Araştırmaya katılanların, %0,4'ü (n=1) okur yazar değil, %8,3'ü (n=25) okur yazar, %14,0'ı (n=42) ilkokul mezunu, %13,3'ü (n=40) ortaokul mezunu, %24,7 (n=74) lise mezunu ve %39,3'ü de (n=118) üniversite mezunudur.

Grafik 3: Ebeveynlerin Eğitim Durumlarına Göre Dağılımı

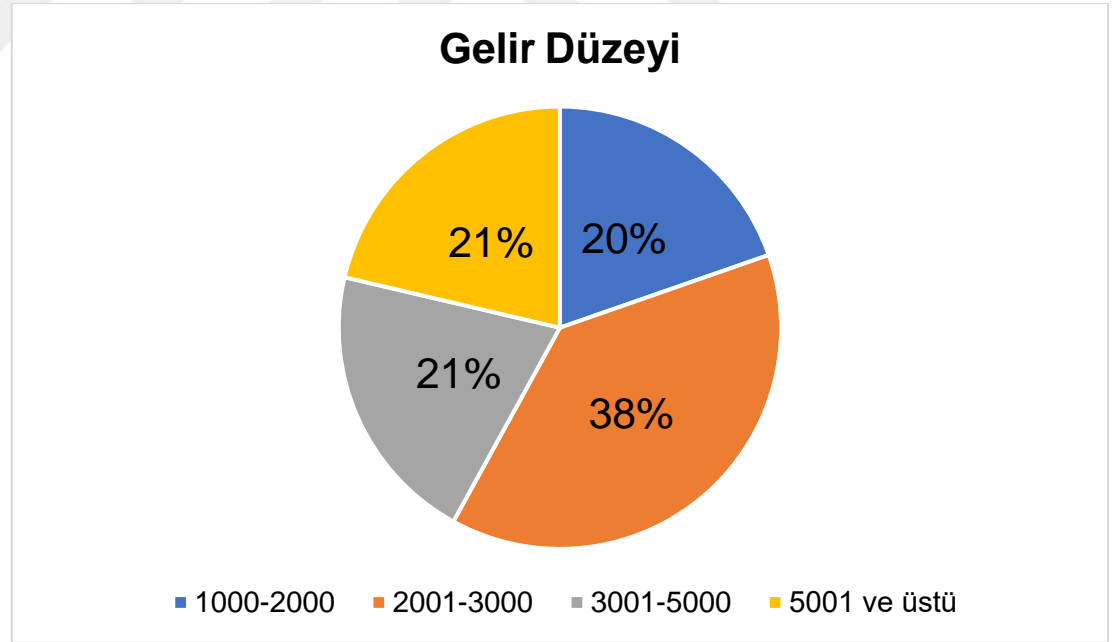


Tablo 6: Ebeveynlerin Gelir Düzeylerine Göre Dağılımı

Gelir Düzeyi	Sayı	Yüzde%
1000-2000	59	19,7
2001-3000	115	38,3
3001-5000	62	20,7
5001 ve üstü	64	21,3
Toplam	300	100

Katılımcıların gelir düzeylerine göre dağılımı Tablo 6'da ki gibidir. Araştırmaya katılanların %19,7'sinin (n=59) gelir düzeyi 1000-2000 arasında, %38,3'ünün (n=115) gelir düzeyi 2001-3000 arasında, %20,7'sinin (n=62) gelir düzeyi 3001-5000 arasında, %21,3'ünün (n=64) ise gelir düzeyi 5001 ve üstündedir.

Grafik 4: Ebeveynlerin Gelir Düzeylerine Göre Dağılımı

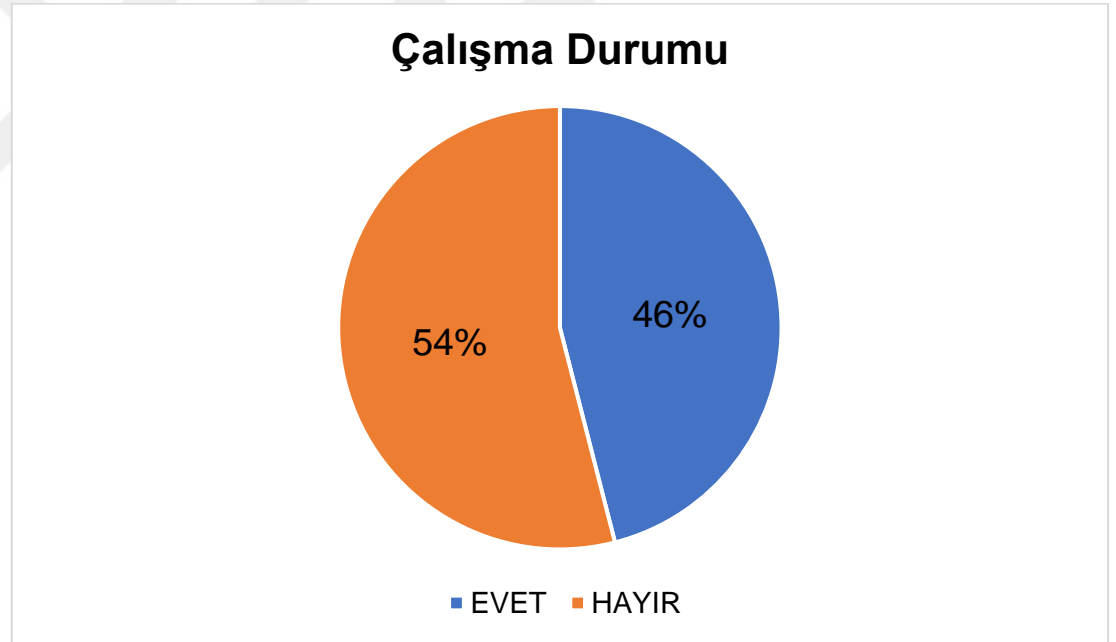


Tablo 7: Ebeveynlerin Çalışma Durumuna Göre Dağılımı

Çalışma Durumu	Sayı	Yüzde%
Evet	138	46,0
Hayır	162	54,0
Toplam	300	100

Katılımcıların çalışma durumuna göre dağılımı Tablo 7'de ki gibidir. Araştırmaya katılanların %46'sı (n=138) bir işe sahipken %54'ü (n=162) bir işe sahip değildir.

Grafik 5: Ebeveynlerin Çalışma Durumuna Göre Dağılımı

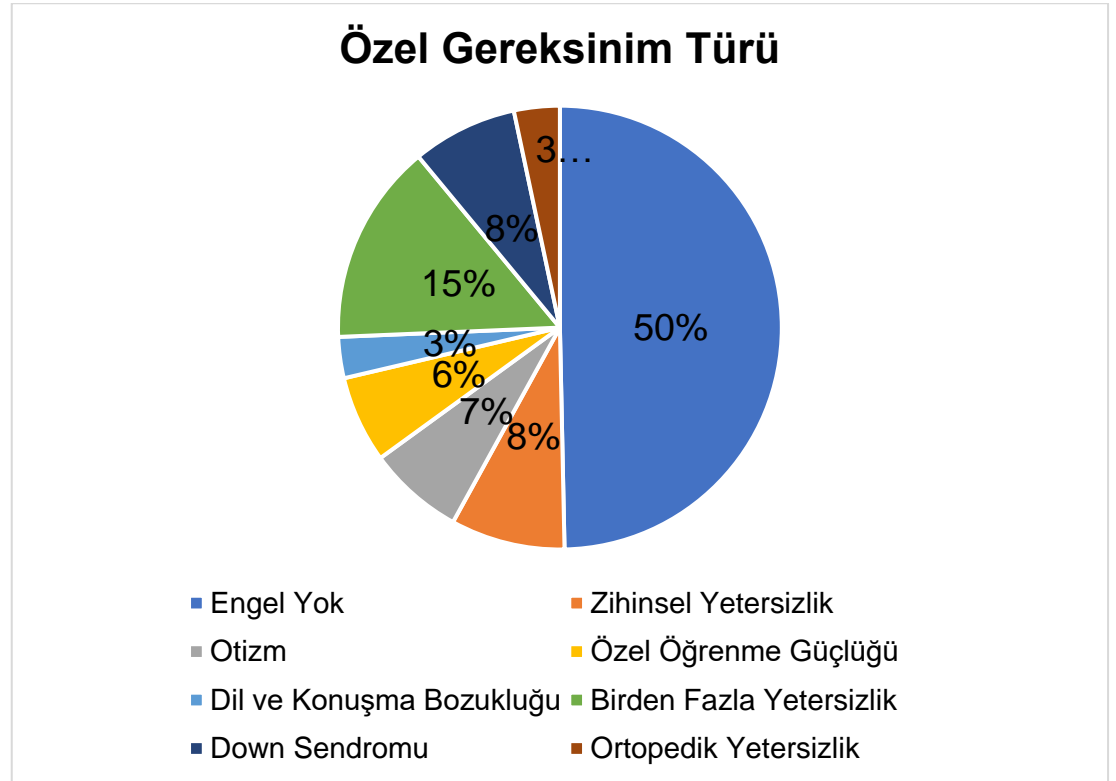


Tablo 8: Özel Gereksinim Türüne Göre Dağılım

Özel Gereksinim Türü	Sayı	Yüzde %
Engel Yok	149	49,7
Zihinsel Yetersizlik	25	8,3
Otizm	21	7,0
Özel Öğrenme Güçlüğü	19	6,3
Dil ve Konuşma Bozukluğu	9	3,0
Birden Fazla Yetersizlik	44	14,7
Down Sendromu	23	7,7
Ortopedik Yetersizlik	10	3,3
Toplam	300	100

Katılımcıların çocuklarının sahip olduğu özel gereksinim türleri Tablo 8'de gösterilmiştir. Araştırmaya katılanların %49,7'sinin (n=149) çocuklarının özel gereksinimi yokken, %8,3'ün de (n=25) zihinsel yetersizlik, %7,0'ında (n=21) otizm, %6,3'ün de (n=19) özel öğrenme güçlüğü, %3,0'ın da (n=9) dil ve konuşma bozukluğu, %14,7'sinde (n=44) birden fazla yetersizlik, %7,7'sin de (n=23) down sendromu, %3,3'ün de (n=10) ortopedik yetersizlik bulunmaktadır.

Grafik 6: Özel Gereksinim Türüne Göre Dağılım

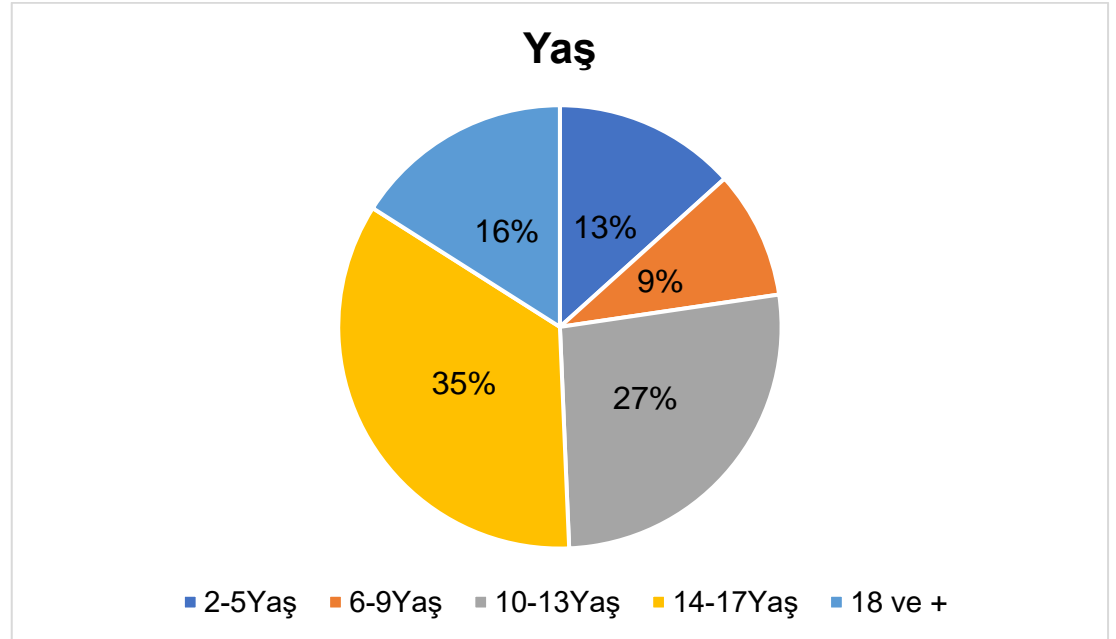


Tablo 9: Özel Gereksinime Sahip Olan ve Olmayan Çocukların Yaşa Göre Dağılımı

Yaş	Sayı	Yüzde%
2-5	40	13,3
6-9	28	9,3
10-13	80	26,7
14-17	104	34,7
18 ve +	48	16,0
Toplam	100	100

Katılımcıların çocuklarının yaşa göre dağılımı Tablo 9'da ki gibidir. Araştırmaya katılan katılımcıların çocuklarının %13,3'ü (n=40) 2-5 yaşları arasında, %9,3'ü (n=28) 6-9 yaşları arasında, %26,7 (n=80) 10-13 yaşları arasında, %34,7'si (n=104) 14-17 yaşları arasında ve %16'sı (n=48) 18 ve üstü yaşları arasındadır.

Grafik 7: Özel Gereksinime Sahip Olan ve Olmayan Çocukların Yaşa Göre Dağılımı



Tablo 10: Özel Gereksinimli Ebeveynlerin Eş kan Bağı Olup Olmamasına Göre Dağılımı

Eş Kan Bağı	Sayı	Yüzde%
Var	94	31,3
Yok	206	68,7
Toplam	300	100

Katılımcıların eşleri ile kan bağıının olup olmamasını göre dağılımı Tablo 10'da ki gibidir. Araştırmaya katılan katılımcıların %31,3'ünün (n=94) eşiyile kan bağı varken %68,7'sinin (n=206) eşiyile kan bağı yoktur.

Grafik 8: Özel Gereksinimli Ebeveynlerin Eş kan Bağı Olup Olmamasına Göre Dağılımı



Tablo 11: Ebeveynlerde Umutsuzluk Düzeyinin Cinsiyet Değişkenine Göre Bağımsız Örneklem T-Testi ile Değerlendirilmesi

	Cinsiyet	n	\bar{x}	ss	sd	t	p
Gelecek İle İlgili duygular	Kadın	152	7,35	1,93	298	1,144	,852
	Erkek	148	7,09	2,00			
Motivasyon Kaybı	Kadın	152	12,2	2,09	298	-1,287	,293
	Erkek	148	12,5	1,99			
Gelecek ile ilgili beklentiler	Kadın	152	8,13	1,08	298	0,182	,555
	Erkek	148	8,10	1,13			

Tablo 11'e bakıldığında, özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerle, özel gereksinimli çocuğu olmayan ebeveynlerin cinsiyet değişkenine göre umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını bağımsız örneklem t testi ile incelenmiştir.

Ebeveynlerin gelecek ile ilgili puanlarının ortalaması cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. (t=1,144; p=0,852 > 0,05)

Ebeveynlerin motivasyon ile ilgili puanlarının ortalaması cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. (t=-1,287; p=0,293 > 0,05)

Ebeveynlerin gelecek ile ilgili beklentilerinin ilgili puanlarının ortalaması cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. (t=0,182; p=0,555 > 0,05)

Tablo 12: Ebeveynlerde Yaşam Doyumunun Cinsiyet Değişkenine Göre Bağımsız Örneklem T-Testi ile Değerlendirilmesi

	Cinsiyet	n	\bar{x}	ss	sd	t	p
Yaşam Doyumu	Kadın	152	2,772	0,776	298	-1,535	,666
	Erkek	148	2,913	0,815			

Ebeveynlerin yaşam doyumu puanlarının ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini görebilmek amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. . ($t=-1,535$; $p=0,666 > 0,05$)

Tablo 13: Ebeveynlerde Umutsuzluk Düzeyinin Yaş Değişkenine Göre ANOVA Testi İle Değerlendirilmesi

	Yaş	n	\bar{x}	ss	F	p
Beck Umutsuzluk	25-35	56	30,57	2,130	1,457	,226
	36-45	70	30,87	1,940		
	46-55	118	30,38	1,778		
	56-65	56	30,92	1,943		

Ebeveynlerin umutsuzluk düzeyi puanlarının ortalamalarının yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini görebilmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonucuna göre fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ($F= 1,457$; ; $p=0,226 > 0,05$)

Tablo 14: Ebeveynlerde Yaşam Doyumunun Yaş Değişkenine Göre ANOVA Testi İle Değerlendirilmesi

	Yaş	n	\bar{x}	ss	F	p
Yaşam Doyumu	25-35	56	13,62	3,665	1,427	,235
	36-45	70	14,18	4,026		
	46-55	118	14,74	4,061		
	56-65	56	14,21	4,049		

Ebeveynlerin yaşam doyumu puanlarının ortalamalarının yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini görebilmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonucuna göre fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ($F= 1,427$; $p=0,235 > 0,05$)

Tablo 15: Ebeveynlerde Umutsuzluk Düzeyinin Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Testi İle Değerlendirilmesi

	Eğitim Düzeyi	n	\bar{x}	ss	F	p
	Beck Umutsuzluk	Okur Yazar Değil	1	34,00		
Okur Yazar		25	30,20	2,179		
İlkokul		42	30,92	2,064		
Ortaokul		40	30,57	2,049		
Lise		74	30,45	1,829		
Üniversite		118	30,72	1,810		

Ebeveynlerin umutsuzluk düzeyi puanlarının ortalamalarının eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini görebilmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonucuna göre fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ($F = 1,259$; $p = 0,282 > 0,05$)

Tablo 16: Ebeveynlerde Yaşam Doyumunun Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Testi İle Değerlendirilmesi

	Eğitim Düzeyi	n	\bar{x}	ss	F	p
	Yaşam Doyumu	Okur Yazar Değil	1	10,00		
Okur Yazar		25	15,76	3,832		
İlkokul		42	13,61	4,648		
Ortaokul		40	12,87	3,581		
Lise		74	13,78	4,004		
Üniversite		118	14,84	3,724		

Ebeveynlerin yaşam doyum puanlarının ortalamalarının eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini görebilmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonucuna göre fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ($F = 2,921$; $p = 0,114 > 0,05$)

Tablo 17: Ebeveynlerde Umutsuzluk Düzeyinin Gelir Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Testi İle Değerlendirilmesi

	Gelir Düzeyi	n	\bar{x}	ss	F	p
Beck Umutsuzluk	1000-2000	59	30,37	1,981	,786	,502
	2001-3000	115	30,82	2,061		
	3001-5000	62	30,54	1,947		
	5001 ve +	64	30,62	1,548		

Ebeveynlerin umutsuzluk düzeyi puanlarının ortalamalarının gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini görebilmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonucuna göre fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ($F= 0,786$; $p=0,502 > 0,05$)

Tablo 18: Ebeveynlerde Yaşam Doyumunun Gelir Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Testi İle Değerlendirilmesi

	Gelir Düzeyi	n	\bar{x}	ss	F	p
Yaşam Doyumu	1000-2000	59	14,57	4,115	1,709	,165
	2001-3000	115	13,62	3,939		
	3001-5000	62	14,19	3,406		
	5001 ve +	64	14,93	4,396		

Ebeveynlerin yaşam doyumu puanlarının ortalamalarının gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini görebilmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonucuna göre fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ($F= 1,709$; $p=0,165 > 0,05$)

Tablo 19: Ebeveynlerde Umutsuzluk Düzeyinin Bir İşte Çalışma Değişkenine Göre T Testi ile Değerlendirilmesi

	Çalışma Durumu	n	\bar{x}	ss	sd	t	p
Beck Umutsuzluk	Evet	138	30,64	1,774			
	Hayır	162	30,62	2,042			

Ebeveynlerin umutsuzluk düzeyi puanlarının ortalamalarının bir işte çalışıyor olma değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini görebilmek amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ($t=0,069$; $p=0,366 > 0,05$)

Tablo 20: Ebeveynlerde Yaşam Doyumunun Bir İşte Çalışma Değişkenine Göre T Testi ile Değerlendirilmesi

	Çalışma Durumu	n	\bar{x}	ss	sd	t	p
Yaşam Doyumu	Evet	138	13,84	3,979			
	Hayır	162	14,51	3,983			

Ebeveynlerin yaşam doyumu puanlarının ortalamalarının bir işte çalışıyor olma değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini görebilmek amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ($t=-1,454$; $p=0,935 > 0,05$)

Tablo 21: Ebeveynlerde Umutsuzluk Düzeyinin Çocuk Sayısı Değişkenine Göre ANOVA Testi İle Değerlendirilmesi

	Çocuk Sayısı	n	\bar{x}	ss	F	p
Beck Umutsuzluk	Bir	33	30,54	2,151		
	İki	58	30,63	1,851		
	Üç	148	30,68	1,722		
	Dört ve Üstü	60	30,55	2,331		

Ebeveynlerin umutsuzluk düzeyi puanlarının ortalamalarının çocuk sayısı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini görebilmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonucuna göre fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ($F = 0,194$; $p = 0,941 > 0,05$)

Tablo 22: Ebeveynlerde Yaşam Doyumunun Çocuk Sayısı Değişkenine Göre ANOVA Testi İle Değerlendirilmesi

	Çocuk Sayısı	n	\bar{x}	ss	F	p
Yaşam Doyumu	Bir	33	13,33	3,628	3,245	,113
	İki	58	14,32	4,105		
	Üç	148	14,89	3,769		
	Dört ve Üstü	60	12,95	4,291		

Ebeveynlerin yaşam doyumu puanlarının ortalamalarının çocuk sayısı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini görebilmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonucuna göre fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ($F = 3,245$; $p = 0,113 > 0,05$)

Tablo 23: Ebeveynlerde Umutsuzluk Düzeyinin Çocuk Bakımı İçin Yardım Alıp Almaması Değişkenine Göre T Testi ile Değerlendirilmesi

	Bakım Yardımı	n	\bar{x}	ss	sd	t	p
Beck Umutsuzluk	Var	86	30,90	1,980	,298	1,549	,698
	Yok	214	30,52	1,890			

Ebeveynlerin umutsuzluk düzeyi puanlarının ortalamalarının çocuk bakımı için yardım alıp almaması değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini görebilmek amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ($t = 1,549$; $p = 0,698 > 0,05$)

Tablo 24: Ebeveynlerde Yaşam Doyumunun Çocuk Bakımı İçin Yardım Alıp Almaması Değişkenine Göre T Testi ile Değerlendirilmesi

	Bakım Yardımı	n	\bar{x}	ss	sd	t	p
Yaşam Doyumu	Var	86	12,16	3,500	,298	-5,950	,348
	Yok	214	15,03	3,882			

Ebeveynlerin yaşam doyumu puanlarının ortalamalarının çocuk bakımı için yardım alıp almaması değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini görebilmek amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ($t=-5,950$ $p=0,348 > 0,05$)

Tablo 25: Ebeveynlerde Umutsuzluk Düzeyinin Özel Gereksinim Türü Değişkenine Göre ANOVA Testi İle Değerlendirilmesi

	Özel Gereksinim Türü	n	\bar{x}	ss	F	p
Beck Umutsuzluk	Özel Gereksinim Yok	149	30,23	1,608	7,875	,000
	Zihinsel Yetersizlik	25	30,80	2,061		
	Otizm	21	30,38	2,108		
	Özel Öğrenme Güçlüğü	19	32,00	1,490		
	Dil ve Konuşma Bozukluğu	9	30,77	2,333		
	Birden Fazla Yetersizlik	44	31,20	1,456		
	Down Sendromu	23	32,47	1,533		
	Ortopedik Yetersizlik	10	31,70	2,110		

Ebeveynlerin umutsuzluk düzeyi puanlarının ortalamalarının özel gereksinim türü değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini görebilmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonucuna göre fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. ($F=7,875$; $p=0,000 < 0,05$) Bu farklılığın kaynağını belirlemek için post-hoc analizi yapılmıştır. Buna göre özel gereksinimli çocuğa sahip olan ebeveynlerin özel gereksinime sahip olmayan ebeveynlere göre umutsuzluk düzeyleri daha yüksektir.

Tablo 26: Ebeveynlerde Yaşam Doyumunun Özel Gereksinim Türü Değişkenine Göre ANOVA Testi İle Değerlendirilmesi

	Özel Gereksinim Türü	N	\bar{x}	ss	F	p
Yaşam Doyumu	Özel Gereksinim Yok	149	16,77	2,929	30,243	,000
	Zihinsel Yetersizlik	25	12,36	2,643		
	Otizm	21	11,85	3,004		
	Özel Öğrenme Güçlüğü	19	11,21	3,065		
	Dil ve Konuşma Bozukluğu	9	11,55	3,643		
	Birden Fazla Yetersizlik	44	10,93	2,912		
	Down Sendromu	23	12,30	3,521		
	Ortopedik Yetersizlik	10	14,21	5,016		

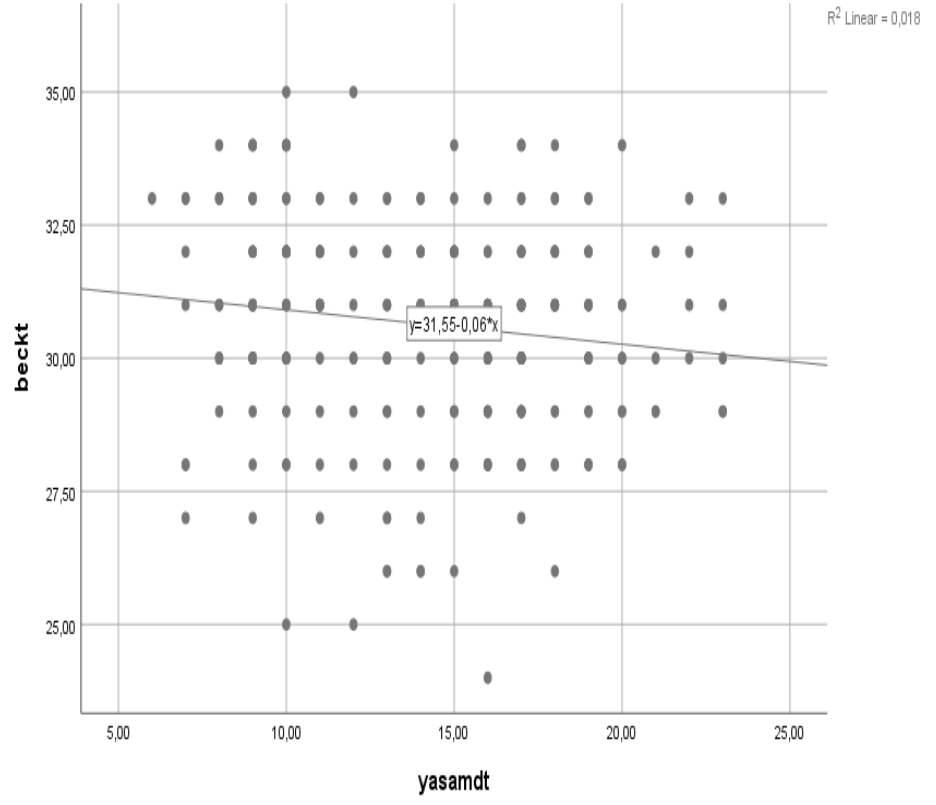
Ebeveynlerin yaşam doyumu puanlarının ortalamalarının özel gereksinim türü değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini görebilmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonucuna göre fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. ($F= 30,243$; $p=0,000 < 0,05$) Bu farklılığın kaynağını belirlemek için post-hoc analizi yapılmıştır. Buna göre özel gereksinimli çocuğa sahip olan ebeveynlerin özel gereksinime sahip olmayan ebeveynlere göre yaşam doyumu daha düşüktür.

Tablo 27: Umutsuzluk Düzeyi ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi İle Değerlendirilmesi

	Umutsuzluk	Yaşam Doyumu
Umutsuzluk	1	-,174 **
Yaşam Doyumu	-,174 **	1

Yapılan korelasyon analizi sonuçlarına göre, umutsuzluk düzeyi ile yaşam doyumu arasında negatif yönde ve orta kuvvetli bir ilişki görülmektedir. ($r=-,174$; $p<.000$) Buna göre umutsuzluk düzeyi arttıkça yaşam doyumu azalmaktadır.

Grafik 9: Umutsuzluk Düzeyi ve Yaşam Doyumu Düzeyleri Nokta Analizi



SONUÇ

Bu araştırmacının amacı özel gereksinimli çocuğu olan ve özel gereksinimli çocuğu olmayan ebeveynlerin yaşam doyumu ve umutsuzluk düzeyleri bakımından ilişkide anlamlılığın olup olmadığını incelemektedir. Bu bölümde de elde olan sonuçların literatürde olan çalışmaların bulguları ile karşılaştırmalar yapılacaktır.

Araştırmaya katılan 195 anne ile özel gereksinimli çocuğa sahip annelerin umutsuzluk düzeyleri ile tanrı algısı ve çocuğunu kabul ret düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelenmesidir. Bu araştırmaya göre genel umutsuzluk düzeyinde anlamlı bir fark bulunmuştur aynı zamanda annelerin eğitim düzeylerine göre de umutsuzluk düzeylerinde bir farklılaşma olduğu gözlemlenmiştir. Okur yazar olan/olmayan grubun üniversite mezunu olan gruba göre umutsuzluk düzeylerinin daha düşük olduğu görülmüştür. Annelerin çalışıp çalışmama durumunun da umutsuzluk düzeyini etkilediği görülmüş çalışan annelerin çalışmayanlara göre daha fazla umutsuzluk düzeyine sahip olduğu görülmüştür.⁸⁹

Araştırmada 40 zihinsel engelli çocuğa sahip ebeveyn ve 53 özel gereksinime sahip olmayan ebeveyn katılmıştır. Araştırmada normal gelişim gösteren çocuğu olan ebeveynler ile zihinsel engelli çocuğu olan ebeveynlerin evlilik uyumu ve yaşam doyumu düzeylerini incelemek hedeflenmiştir. Ebeveynlerin çocukların genel durumuna göre yaşam doyumları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Zihinsel engelli çocuğu olan ebeveynlerin normal gelişimli çocuğu olan ebeveynlere göre yaşam doyumları daha düşük bulunmuştur. Aynı araştırmada normal gelişimli çocuğu olan ve zihinsel engelli çocuğu olan ebeveynlerin eğitim düzeyleri ile yaşam doyumları arasında bir fark olup olmadığına bakıldığında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.⁹⁰

⁸⁹ Hamiyet Ece Erdal, Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Annelerin Umutsuzluk Düzeyi Tanrı Algısı ve Çocuğunu Kabul-Ret Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya, 2019, s. 38-41 (**Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi**)

⁹⁰ Sümeyye Yavuz, Normal Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip Ebeveynler İle Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Evlilik Uyumu ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin İncelenmesi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2016, s. 32-38, (**Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi**)

Araştırmaya 49 otistik çocuk annesi, 52 down sendromlu çocuk annesi toplamda 101 özel gereksinimli çocuk annesi katılmıştır. Araştırma da okul öncesi dönem engelli çocuğu olan annelerin çocuklarını kabullenişleri ile umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması amaçlanmıştır. Araştırmada umutsuzluk ölçeğinin alt boyutlarının otistik çocuğa sahip annelerde etkisine bakıldığında gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler alt boyutu daha yüksek bulunmuştur. Annelerin eğitim düzeyleri değişkenine göre yapılan umutsuzluk düzeyi anlamlılık analizinde ise ilk öğretim ve lise mezunu olan annelerde umutsuzluk düzeyi daha fazla görülmüştür.⁹¹

Araştırmaya 106 otistik çocuk annesi katılmıştır. Araştırmada Otizmlili çocuğa sahip annelerin depresyon, umutsuzluk ve tükenmişlik düzeylerinin çocuğun otizm ağırlık derecesine göre karşılaştırılması amaçlanmıştır. Araştırmada çocuğun engelli sağlık kurulu rapor engel oranına göre umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı farklılık görülmüştür. Engel sağlık kurulu raporunda %70 engel raporuna sahip çocukların anneleri ile %40 engel raporuna sahip çocuklarının annelerinin umutsuzluk düzeylerine bakıldığında engelin yüzdesinin fazla olduğu grupta umutsuzluk düzeyi daha fazla görülmüştür. Otizm davranış kontrol listesi değişkenine göre umutsuzluk düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.⁹²

Araştırmada 105 otistik çocuğa sahip ebeveyn katılmıştır. Araştırmada Otizm Spektrum Bozukluğu Tanılı Çocukların Ebeveynlerinde Algılanan Sosyal Destek ve Problem Çözme Becerilerinin Yaşam Doyumuna Etkisi incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada ebeveynlerin cinsiyet, yaş, eğitim düzeyleri, çocuk sayısı, herhangi bir işte çalışıp/çalışmıyor olma değişkenlerine göre yaşam doyumu puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Araştırmada ebeveynlerin aile desteği, sosyal destek, özel bir insan desteği değişkenlerine göre yaşam doyumu puanlarında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Verilen destek arttıkça yaşam doyumu da artmaktadır. Aynı araştırmada ebeveynlerin depresyon düzeyleri ile yaşam doyumu toplam puanları arasında negatif yönde bir ilişki olduğu da görülmektedir. Depresyon arttıkça yaşam doyumu puanları da düşmektedir.⁹³

⁹¹ Dilber Yıldız, Okul Öncesi Dönem Engelli Çocuğa Sahip Annelerin Çocuklarını Kabullenişleri İle Umutsuzluk Düzeylerinin Karşılaştırılması, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 2009 s. 67-74 (**Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi**)

⁹² Kandaş, a.g.e., s. 35-46

⁹³ Asude Hisoğlu, Otizm Spektrum Bozukluğu Tanılı Çocukların Ebeveynlerinde Algılanan Sosyal Destek ve Problem Çözme Becerilerinin Yaşam Doyumuna Etkisi,

Araştırmaya 185 engelli bireye sahip anne katılmıştır. Araştırma Engelli Birey ve Annelerinin benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada engelli bireye sahip annelerin benlik saygısı puanları ile yaşam doyumu puanları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Annelerin benlik saygısı yükseldikçe yaşam doyumunun da arttığı görülmektedir. Araştırmada yaş değişkenine göre yaşam doyumu puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Aynı araştırmada eğitim düzeyi değişkenine göre yaşam doyumu puanları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir.⁹⁴

Araştırmada engelli çocuğa sahip 135 kişi ve engelli çocuğa sahip olmayan 151 ebeveyn katılmıştır. Araştırmada Engelli Çocuğu Olan ve Olmayan Ebeveynlerin Evlilik Uyumu Yaşam Doyumu ve Etkileyen Faktörler belirlemek amaçlanmıştır. Araştırmada engelli çocuğa sahip olan ve olmayan ebeveynler arasında evlilik uyumu ve yaşam doyumu açısından önemli bir fark olmadığı görülmektedir. Engelli çocuğa sahip ebeveynlerin bir işe sahip olma değişkenine göre yaşam doyumu puanları arasında anlamlı bir farklılık görülmüş, gelir düzeyi yüksek olan engelli çocuğa sahip olan ebeveynin yaşam doyumu daha yüksektir. Yaş değişkenine göre ise daha genç yaşa sahip olan ve engelli çocuğa sahip olan ebeveynin diğerlerine göre yaşam doyumu daha yüksek olduğu görülmüştür. Aynı araştırmada üniversite mezunu olup da engelli çocuğa sahip olan ebeveyn diğerlerine göre yaşam doyumu puanının daha yüksek olduğu görülmüştür. Engelli çocuğa sahip olup okur yazar olamayanların engelli çocuğa sahip olup üniversite mezunu olan ebeveynlere göre yaşam doyumu puanları arasında önemli düzeyde farklılıklar olduğu görülmüştür.⁹⁵

Araştırmaya 107 tane engelli çocuğa sahip ebeveyn katılmıştır. Araştırma Zihinsel ve Ortopedik Engelli Bireylerin Ebeveynlerinde Engellilerin Hakkında Bilgi Sahibi Olmanın Yaşam Doyumu ve Ebeveynlerin Stresle Başa Çıkma Tutumları İle İlişkisi incelenmiştir. Araştırma da cinsiyet değişkenine göre yaşam

Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2018 s. 30-42 (**Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi**)

⁹⁴ İlkay Aytekin, Engelli Birey ve Annelerinin benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya, 2019, s.69-75 (**Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi**)

⁹⁵ Fatma Gülcan, Engelli Çocuğu Olan ve Olmayan Ebeveynlerin Evlilik Uyumu Yaşam Doyumu ve Etkileyen Faktörler, Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum, 2015, s. 23-29, (**Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi**)

doyumunu puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Eğitim düzeyi değişkenine göre yaşam doyumu puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. İlk öğretim ve daha düşük seviyede eğitim düzeyi olanların ön lisans ve daha yüksek seviyede eğitim düzeyi olanlara göre yaşam doyumu puanları daha düşük olduğu görülmüştür. Aylık gelir değişkenine göre yaşam doyumu puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Bu araştırmaya göre 3500TL ve üstü aylık geliri engelli çocuğu olan ebeveynin yaşam doyumu puanları daha yüksekken 3500TL'den daha az aylık geliri engelli çocuğa sahip olan ebeveynin yaşam doyumu daha düşüktür.⁹⁶

Araştırmaya 120 zihinsel engelli çocuğa sahip ebeveyn katılmıştır. Araştırma Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Olan Ebeveynlerin Kaygı ve Umutsuzluk Düzeylerinin Belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada gelir düzeyi değişkenine göre umutsuzluk düzeyleri puanları arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Geliri daha fazla olan ebeveynlerin umutsuzluk düzeyi daha az bulunmuştur. Araştırmada ki diğer değişkenler olan; yaş, cinsiyet, eğitim durumu, çalışma durumu, aile tipi ve çocuk sayısı umutsuzluk düzeyi puanları istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Zihinsel engeli sahip olan çocuğun yaşı, cinsiyeti, doğumdaki sırası ve çocuğun zihinsel engelli olması nedeni ile umutsuzluk düzeyi puanları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Zihinsel engelli olan çocuğunun rehabilitasyon durumu hakkında bilgisi olmayan ebeveynlerin umutsuzluk düzeyi puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Zihinsel engeli olan çocuğunun bakımında bilgisi olmayan ebeveynlerinde umutsuzluk düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür.⁹⁷

⁹⁶ Havva Kahraman, Zihinsel ve Ortopedik Engelli Bireylerin Ebeveynlerinde Engellilerin Hakkında Bilgi Sahibi Olmanın Yaşam Doyumu ve Ebeveynlerin Stresle Başa Çıkma Tutumları ile İlişkisi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, s. 57-60, **(Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

⁹⁷ Rifat Gürkan, Araştırma Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Olan Ebeveynlerin Kaygı ve Umutsuzluk Düzeylerinin Belirlenmesi, On Dokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun, 2019, s. 32-38 **(Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

ÖNERİLER

Bu çalışma Van ilinde yaşayan özel gereksinimli çocuğu olan ve özel gereksinimli çocuğu olmayan 300 ebeveynli örnekleme yapılmıştır, daha fazla örnekleme ve daha kapsamlı bir araştırma yapılması önerilir.

Bu çalışmada özel gereksinimli çocuğa sahip olan ebeveynlerde yaşam doyumu ve umutsuzluk düzeyi arasındaki ilişkinin anlamlılığı ortaya koyulmuştur. Özel gereksinimli çocuğa sahip olan ebeveynlerin yaşamdan aldıkları doyum düşükken umutsuzluk düzeyleri yüksektir.

Çalışma sonucunda özel gereksinime sahip olan ebeveynlerin yaşam doyumu düşük, umutsuzlukları ise yüksek olarak belirlenmiştir. Bu bağlamda özel gereksinime sahip olan ebeveynlerin ailelerinden ve arkadaşlarından alacağı sosyal desteğin artırılması ve bu konuda bir uzmandan destek alınması önerilmektedir.

Özel gereksinimli çocuğa sahip olan ebeveynlerin çocuklarının özel gereksinim hakkında daha fazla bilgiye sahip olması da önerilmektedir bu sayede ebeveynlerin yaşam doyumunun arttığı ve umutsuzluğunun düştüğü görülmektedir.

Özel gereksinimli çocukların faydalandığı devlet desteklerinin artırılması ve özel gereksinime sahip çocukların sadece rehabilitasyonda değil sosyal ortamlarda da aktif olabilmesine teşvik edici çalışmalar yapılması önerilmektedir.

Özel gereksinimli çocuğa sahip olan ebeveynlerin toplum ruh sağlığı merkezleri tarafından özellikle tespit edilip gereken desteği verilmesi önerilmektedir.

Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin gerekirse rehabilitasyon merkezlerinde görev yapan psikologların tarafından terapi hizmeti sunulması önerilmektedir.

Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlere rehabilitasyon merkezlerinde özel gereksinime dair bilgilendirici seminerler verilmesi önerilmektedir.

Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin çocukları üzerinde ki beklentilerini arttırmaya yönelik etkinlikler ve çalışmalar yapılması önerilmektedir.

Özel gereksinime sahip çocukların anneleri için yaşam doyumu arttırmak ve umutsuzluk düzeyini düşürmek adına gerekli kuruluşlar tarafından sosyal aktivitelere yönlendirici çalışmalar yapılması önerilmektedir.

Özel gereksinime sahip olan çocukların yaşam standartlarını kolaylaştırılabilmesi adına hem ev ortamını hem de dışardaki insanları bilinçlendirici çalışmalar yapılması önerilmektedir. Bu çalışmalar ebeveynin psikolojik durumunda doğrudan etkisi olduğu düşünülmektedir.

Özel gereksinimli çocuğa sahip olan ebeveynlerin sadece rehabilitasyon merkezleri ile sınırlı kalmaması adına hem özel gereksinimi olan çocuğun hem de ebeveyninin gerekli sosyal desteği alabilmesi için imkanların sunulması önerilmektedir.



KAYNAKÇA

KİTAPLAR

ARDIÇ Avşar, Özel Eğitim, Edt. Veysel Aksoy, Pegem Akademi, Ankara, 2018.

ÇAKIROĞLU Orhan, Özel Eğitim, Edt. Veysel Aksoy, Pegem Akademi, Ankara, 2018.

MAKALELER

AVŞAROĞLU Selahattin ve GÜLEŞ Esen, Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Anne Babaların Yaşam Doyumlarının Öz-anlayış ve Merhamet Düzeyleri Açısından İncelenmesi, Kastamonu Eğitim Dergisi, Kastamonu, 2019.

AVŞAROĞLU Selahattin, DENİZ M. Engin ve KAHRAMAN Ali, Teknik Öğretmenlerde Yaşam Doyumu İş Doyumu ve Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Konya, 2005.

BAHAR Aynur, Kronik Hastalarda Umutsuzluk Düzeyinin Belirlenmesi, Nefroloji Hemşireliği Dergisi, Gaziantep, 2007.

BAYRAMOVA Naile ve KARADAKOVAN Ayfer, Kronik Hastalığı Olan Bireylerin Umutsuzluk Durumlarının İncelenmesi, Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, Erzurum, 2004.

BENGİSOY Ayşe ve YILMAZ İbrahim, Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Okul Rehberlik Servisinden Beklentileri İle İlgili Görüşleri, Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Bursa, 2019.

BİNGÖLLER PEKÇİCİ E. Bahar, ATAY Gülsüm ve ÖZTÜRK ERTEM İlgı, Özel Gereksinimi Olan Çocukların Aile Merkezli Yaklaşım İle Değerlendirilmesi, Türkiye Çocuk Hastalıkları Dergisi, İstanbul, 2011.

ÇAKAN Pınar ve SEZER Özcan, Süreğen Hastalığı olan Çocuklara Sahip Annelerin Tutumları, Kaygı Düzeyleri ve Diğer Değişkenler Açısından İncelenmesi, Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Elazığ, 2010.

ÇAM Zekeriya ve ARTAR Müge, Ergenlikte Yaşam Doyumu: Okul Bağlamında Bir Araştırma, Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Muş, 2014.

ÇEÇEN A. Rezan, Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumunu Yordamada Bireysel Bütünlük (Tutarlılık) Duygusu, Aile Bütünlük Duygusu ve Benlik Saygısı, Eğitimde ve Kuram ve Uygulama Dergisi, Adana, 2008.

ÇETİN Kamile ve KURNAZ Ahmet, Özel Gereksinimli Öğrencilerin Giyinme Güçlüğü ve Tercihlerinin Veli ve Öğretmen Görüşlerine Dayalı İncelenmesi, Araştırma ve Deneyim Dergisi, Ankara, 2017.

ÇETREZ İŞÇAN Galibiye ve MALKOÇ Asude, Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Ailelerin Umut Düzeylerinin Başa Çıkma Yeterliği ve Yılmazlık Açısında İncelenmesi, Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Edirne, 2017.

DİKMEN Ahmet Alpay, İş Doyumu ve Yaşam Doyumu İlişkisi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi Dergisi, Ankara, 1995.

DİLBAZ Nesrin ve SEBER Gülten, Umutsuzluk Kavramı: Depresyon ve İntiharda Önemi, Kriz Dergisi, Ankara, 1993.

ELDENİZ ÇETİN Müzeyyen, Özel Gereksinimli Bireylerin Tercihlerinin Değerlendirilmesi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi, Ankara, 2017.

ERKAN Gönül, ve DEMİRÖZ Filiz, Ortopedik Özürlü Çocukların Benlik Kavramı Üzerine Bir Araştırma, Ufkun Ötesi Bilim Dergisi, Ankara, 2003.

ERSOY Özlem ve ÇÜRÜK Neslihan, Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Annelerde Sosyal Desteğin Önemi, Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, Ankara, 2009.

HIRLAK Bengü, TAŞLIYAN Mustafa ve SEZER Buket, İyimserlik ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki ve Demografik Özellikler Bağlamında Algı Farklılıkları: Bir Alan Araştırması, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, Kahramanmaraş, 2017.

KAÇAN SOFTA Havva, ULAŞ KARAAHMETOĞLU; ERDOĞAN Orhan ve YAVUZ Semih, Yaşlılarda Yaşam Doyumunu Etkileyen Bazı Faktörlerin İncelenmesi, Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi, Kastamonu, 2015.

KEMEÇ Didem Gülçin, TEKKURŞUN DEMİR Gönül, KOÇ Selahattin, Doktor Adaylarının Zihinsel Yetersizliği Olan Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalıkları, Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, Gaziantep 2018.

KESER Hacer ve ÖZDEMİR Oğuzhan, İşitme Yetersizliği Olan Öğrencilerin Eğitimlerinde Bilgisayar Destekli Kelime Öğretim Materyali Kullanımının İncelenmesi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi, Ankara, 2018.

KİZİR Mine ve ÇİFTÇİ TEKİNARSLAN İlkur, İşitme Yetersizliği Olan Bireylerde Sosyal Beceri Öğretimi, Current Research in Education, 2016.

KODAN Semanur, Üniversite Öğrencilerinde Umutsuzluk ve Akılcı Olmayan İnanışlar Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi, Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Manisa, 2013.

KORKMAZ Barış, Otizm: Klinik ve Nörobiyolojik Özellikleri Erken Tanı Tedavi ve Bazı Güncel Gelişmeler, Türk Pediatri Arşivi, İstanbul, 2010.

KOT Mehtap, SÖNMEZ Serdar ve ERATAY Emine Özel Gereksinimli Bireylere Sahip Ailelerin Yaşadıkları Zorluklar, Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi, Erzurum, 2018.

MEB, Özel Eğitim Yönetmeliği, Resmî Gazete, 2018 .

ÖZAK Hakan ve DİKEN İbrahim H., Zihinsel Yetersizliği Olan Öğrencilerin İşlevsel Akademik Becerilerine İlişkin Türkiye’de Yapılan Lisansüstü Tezlerin Gözden Geçirilmesi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi, Ankara, 2010.

ÖZBEY Fidan ve DİKEN İbrahim H., Zihinsel Yetersizliği Olan Bireylerin İş-Meslek Eğitim ve İstihdamlarına Yönelik Türkiye’de Yapılan Araştırmaların Gözden Geçirilmesi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi, Ankara, 2010.

ŞANLI KULA Kamile ve SARAÇ Turan, Üniversite Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Eskişehir, 2017.

TERCANLI Nurgül ve DEMİR Vildan, Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Çeşitli Değişkenler Açısından Değerlendirilmesi, Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, Gümüşhane, 2012.

TÜMKAYA Songül, HAMARTA Erdal, DENİZ M. Engin, ÇELİK Metehan ve AYBEK Birsal, Duygusal Zeka Mizah Tarzı ve Yaşam Doyumu: Üniversite Öğretim Elemanları Üzerine Bir Araştırma, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, Adana, 2008.

UZ BAŞ Aslı ve KABASAKAL Zekavet, Öğretmen Adaylarında Umutsuzluk ve Algılanan Sosyal Destek, Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, İzmir, 2013.

ÜLKER TÜMLÜ Gamze ve RECEPOĞLU Ergün, Üniversite Akademik Personelinin Mesleki ve Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Kastamonu Eğitim Dergisi, Kastamonu, 2015.

ÜNGÜREN Engin ve EHTİYAR Rüya, Geleceğin Turizmcilerinin Umutsuzluk Tipolojilerinin Belirlenmesi, Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, Antalya, 2008.

YAZICI Dila Nur ve DURMUŞOĞLU Mine Canan, Özel Gereksinimli Çocuğu Olan Ailelerin Karşılaştığı Sorunlar ve Beklentilerinin İncelenmesi, Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Bursa, 2017.

YAZICI Fatih, OKÇU Betül ve SÖZBİLİR Mustafa, Ailelerin Görme Engelli Çocuklarına Yönelik Gelecek Kaygıları, Ege Eğitim Dergisi, İzmir 2015.

YILMAZ BOLAT Emine, Süreğen Hastalığı Olan Çocuklar ve Hastane Okulları, Milli Eğitim Dergisi, Mersin, 2018.

YİĞİTALP Gülhan ve SAKA Günay, Çevresel Asbeste Maruz Kalan Erişkin Bireylerde Kaygı ve Umutsuzluk Düzeyleri, Dicle Tıp Dergisi, Diyarbakır, 2017.

ZIRVALI YARAR Esra, Otizm Spektrum Bozukluğu ve Bilişsel Teoriler, Muhakeme Dergisi, Ankara, 2018.

TEZLER

AYTEKİN İlkay, Engelli Birey ve Annelerinin benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya, 2019, **(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

BAL Fatih, Engelli Çocuğa Sahip Anne ve Babaların Kişilik Özellikleri ile Stres, Empati ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, İstanbul

Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2018, **(Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

CANARSLAN Harun, Engelli Çocuğa Sahip Ailelerin Yaşam Kalitesinin İncelenmesi, Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Edirne, 2014, **(Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

ERDAL Hamiyet Ece, Özel Gereksinimli Çocuğa Sahip Annelerin Umutsuzluk Düzeyi Tanrı Algısı ve Çocuğunu Kabul-Ret Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya, 2019, **(Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

ERDİÇ İrem, Evli Çiftlerde, Evlilik Uyumu, Cinsel Yaşam Doyumu ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2018, **(Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

GÜLCAN Fatma, Engelli Çocuğu Olan ve Olmayan Ebeveynlerin Evlilik Uyumu Yaşam Doyumu ve Etkileyen Faktörler, Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum, 2015, **(Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

GÜRKAN Rifat, Araştırma Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Olan Ebeveynlerin Kaygı ve Umutsuzluk Düzeylerinin Belirlenmesi, On Dokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun, 2019, **(Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

HİSOĞLU Asude, Otizm Spektrum Bozukluğu Tanılı Çocukların Ebeveynlerinde Algılanan Sosyal Destek ve Problem Çözme Becerilerinin Yaşam Doyumuna Etkisi Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2018, **(Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

KAHRAMAN Havva, Zihinsel ve Ortopedik Engelli Bireylerin Ebeveynlerinde Engellilerin Hakkında Bilgi Sahibi Olmanın Yaşam Doyumu ve Ebeveynlerin Stresle Başa Çıkma Tutumları ile İlişkisi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, **(Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

KANDAŞ Gülçağ, Otizmlili Çocuğa Sahip Annelerin Depresyon, Umutsuzluk ve Tükenmişlik Düzeylerinin Çocuğun Otizm Ağrlık Derecesine Göre Karşılaştırılması, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2019, **(Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

KÖKER Süreyya, Normal ve Sorunlu Ergenlerin Yaşam Doyumu Düzeyinin Karşılaştırılması, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 1991, **(Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

YAVUZ Sümeyye, Normal Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip Ebeveynler İle Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Evlilik Uyumu ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin İncelenmesi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2016, **(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

YILDIZ Sümeyye, Okul Öncesi Dönem Engelli Çocuğa Sahip Annelerin Çocuklarını Kabullenişleri İle Umutsuzluk Düzeylerinin Karşılaştırılması, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 2009, **(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)**



EKLER
SOSYO DEMOGRAFİK FORM

- 1,Cinsiyetiniz: Kadın () Erkek ()
- Yaşınız: 25-35 () 36-45 () 46-55 () 56-65 ()
- Eğitim durumunuz: Okur yazar değil () Okur yazar () ilkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite ()
- Çalışıyor musunuz? Evet () Hayır ()
- Aylık ortalama geliriniz nedir? 1000tl -2000tl () 2001tl-3000tl () 3001tl -5000tl () 5001tl ve üzeri ()
- Çocuğunuzun özel gereksinim türü: Zihinsel yetersizlik () İşitme yetersizliği () Görme yetersizliği () Ortopedik yetersizlik () Kas ve sinir sistemi yetersizliklerine bağlı yetersizlikler () Dil ve konuşma güçlüğü () Özel öğrenme güçlüğü () Birden fazla yetersizlik () Duygusal ve davranış bozukluğu () Süreğen hastalık () Otizm () Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu () Üstün yetenek ()
- Kaç çocuğunuz var? 1() 2 () 3 () 4 ve daha fazla ()
- Çocuğunuzun bakımında başka yardımcınız var mı? Var () Yok ()
- Eşinizle kan bağıınız var mı? Var () Yok ()
- Çocuğunuzun yaşı 2-5 () 6-9 () 10-13() 14-17 () 18 ve üstü ()
- Çocuğunuz özel eğitim dışında herhangi bir okula gidiyor mu? Evet () Hayır () Diğer ()

YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ (YDÖ)

Araştırmada 5 ifade vardır. Bu ifadelerin size uygunluk derecesini belirlemek amacıyla 1'den 7'ye kadar seçenekler sunulmuştur. Bu derecelendirilmiş seçeneklerden sizin için uygun olan derecelendirme numarası uygun olanı seçiniz.

	Maddeler	Hiç katılmıyorum (1)	Çok az katılıyorum (2)	Orta düzeyde katılıyorum (3)	Büyük oranda katılıyorum (4)	Tamamen katılıyorum (5)
1	İdeallerime yakın bir yaşantım vardır.					
2	Yaşam koşullarım mükemmeldir.					
3	Yaşamımdan memnunum.					
4	Şimdiye kadar yaşamdan istediğim önemli şeylere sahip oldum.					
5	Tekrar dünyaya gelsem hayatımdaki hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim					

BECK UMUTSUZLUK ÖLÇEĞİ (BUÖ)

Aşağıda geleceğe ait düşünceleri ifade eden bazı cümleler verilmiştir. Lütfen her bir ifadeyi okuyarak, bunların size ne kadar uygun olduğuna karar veriniz. Size

uygun olanlar için "Evet", uygun olmayanlar için ise "Hayır" sütununun altındaki kutuyu işaretleyiniz.

1. Geleceğe umut ve coşku ile bakıyorum. Evet () Hayır ()
2. Kendim ile ilgili şeyleri düzeltemediğime göre çabalamayı bıraksam iyi olur. Evet () Hayır ()
3. İşler kötüye giderken bile her şeyin hep böyle kalmayacağını bilmek beni rahatlatıyor. Evet () Hayır ()
4. Gelecek on yıl içinde hayatımın nasıl olacağını hayal bile edemiyorum. Evet () Hayır ()
5. Yapmayı en çok istediğim şeyleri gerçekleştirmek için yeterli zamanım var. Evet () Hayır ()
6. Benim için çok önemli konularda ileride başarılı olacağımı umuyorum. Evet () Hayır ()
7. Geleceğimi karanlık görüyorum. Evet () Hayır ()
8. Dünya nimetlerinden sıradan bir insandan daha çok yararlanacağımı umuyorum. Evet () Hayır ()
9. İyi fırsatlar yakalayamıyorum. Gelecekte yakalayacağıma inanmam için de hiçbir neden yok. Evet () Hayır ()
10. Geçmiş deneyimlerim beni geleceğe iyi hazırladı. Evet () Hayır ()
11. Gelecek, benim için hoş şeylerden çok tatsızlıklarla dolu görünüyor. Evet () Hayır ()
12. Gerçekten özlediğim şeylere kavuşabileceğimi ummuyorum. Evet () Hayır ()
13. Geleceğe baktığımda şimdikine oranla daha mutlu olacağımı umuyorum. Evet () Hayır ()

14. İşler bir türlü benim istediğim gibi gitmiyor. Evet () Hayır ()
15. Geleceğe büyük inancım var. Evet () Hayır ()
16. Arzu ettiğim şeyleri elde edemediğime göre bir şeyler istemek aptallık olur. Evet () Hayır ()
17. Gelecekte gerçek doyuma ulaşmam olanaksız gibi. Evet () Hayır ()
18. Gelecek bana bulanık ve belirsiz görünüyor. Evet () Hayır ()
19. Kötü günlerden çok, iyi günler bekliyorum. Evet () Hayır ()
20. İstediğim her şeyi elde etmek için çaba göstermenin gerçekten yararı yok, nasıl olsa onu elde edemeyeceğim. Evet () Hayır ()



ÖZGEÇMİŞ

Hamza SAY

25.05.1996'da Van'da doğdu, ilk orta ve lise eğitim öğretim hayatını Van'da tamamladı.2014 Yılında İstanbul Gelişim Üniversitesi Psikoloji bölümünü kazandı. Psikoloji Lisans programını bitirdikten sonra akabinde İstanbul Gelişim Üniversitesi Klinik Psikoloji programına kayıt oldu. 2018 yılının Eylül ayında Mehmet Oyal Rehabilitasyon Merkez'inde Psikolog olarak göreve başladı ve 9 ay burada çalışmalarını sürdürdü.

