

T.C.

İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**OTİZMLİ ÇOCUĞU OLAN EBEVEYNLERİN AİLE
STRESİ PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK VE DUYGU
DÜZENLEME GÜÇLÜKLERİ İLİŞKİSİNİN
İNCELENMESİ: AVCILAR ÖRNEĞİ**

Yüksek Lisans Tezi

Aylin BEKDAŞ

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Filiz ŞÜKRÜ GÜRBÜZ

İstanbul-2022

TEZ TANITIM FORMU

- Yazar Adı Soyadı** : Aylin BEKDAŞ
- Tezin Dili** : Türkçe
- Tezin Adı** : Otizmlı Çocuğu Olan Ebeveynlerin Aile Stresi Psikolojik Dayanıklılık ve Duygu Düzenleme Güçlükleri İlişkinin İncelenmesi : Avcılar Örneği
- Enstitü** : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
- Anabilim Dalı** : Psikoloji
- Tezin Türü** : Yüksek Lisans
- Tezin Tarihi** :04.02.2022
- Sayfa Sayısı** :86
- Tez Danışmanları** : Dr. Öğr. Üyesi Filiz ŞÜKRÜ GÜRBÜZ
- Dizin Terimleri** : Duygu Düzenleme, Aile Stresi, Otizm
- Türkçe Özet** : Bu araştırmanın amacı, çocuğu otizm spektrum bozukluğu tanısı almış olan ailelerin deneyimlerini aile stresi, duygu düzenleme becerileri ve psikolojik dayanıklılık kavramı içerisinde incelemek ve açıklamaktır.
- Dağıtım Listesi:**
1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsüne
 2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

Aylin BEKDAŞ

T.C.

İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Bilim Dalı

OTİZMLİ ÇOCUĞU OLAN EBEVEYNLERİN AİLE
STRESİ PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK VE DUYGU
DÜZENLEME GÜÇLÜKLERİ İLİŞKİSİNİN
İNCELENMESİ: AVCILAR ÖRNEĞİ

Yüksek Lisans Tezi

Aylin BEKDAŞ

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Filiz ŞÜKRÜ GÜRBÜZ

İstanbul-2022

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.

Aylin BEKDAŞ

.../.../2022



T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Aylin BEKDAŞ' ın “Otizmli Çocuğu Olan Ebeveynlerin Aile Stresi Psikolojik Dayamlıklık ve Duygu Düzenleme Güçlükleri İlişkisinin İncelemesi: Avcılar Örneği ” adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan

Dr. Öğr. Üyesi Filiz ŞÜKRÜ GÜRBÜZ

(Danışman)

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Hakan KARAŞ

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Fatih BAL

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

.... / / 20...

Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ

Enstitü Müdürü

ÖZET

Kavram olarak otizm ilk kez 1943 yılında Amerikalı psikiyatrist Leo Kanner” tarafından tanımlanmıştır. Otizm, davranışsal nitelikleri de içeren nöro-gelişimsel bozukluk olmakla birlikte, sözel iletişimsel bozukluklarda, karşılıklı etkileşim gerektiren sosyal alanlarda ve stereotipik davranımlarının etkisiyle ortaya çıkabilmektedir(Kanner, 1943). Otizm spektrum bozukluğu tanısı almış olan çocuklar genel olarak ailedeki stres kaynağının nedeni olarak görülmektedir. Bununla birlikte, ailenin diğer bireylerinin karşılıklı ilişkileri ve aileyi etkileyebilecek diğer faktörlerinde (örn., evlilik niteliği, aile içi uyum, ebeveyn stresi, kardeşlik ilişkisi) çocuğun davranışlarıyla birlikte ailenin karşılaştığı zorluklarla başa çıkma becerilerini etkileyebildiği görülmüştür. Duygular; davranışsal, ruhsal ve zihinsel ve uyaranlarda ortaya çıkan, çevresel bir uyarana karşı oluşturulan yanıtlardır (Turnbull ve ark., 2006). Bireyler karşılaştıkları herhangi bir olay karşısında duygusal yönden bir tepki ve ya cevap oluşturmadan önce bazı zihinsel unsurlar karşılaştıkları herhangi bir duruma duygusal olarak tepki vermeden önce bilişsel öğeler oluştururlar (Onat ve Otrar, 2010)

Amaç: Bu araştırmanın amacı, çocuğu otizm spektrum bozukluğu tanısı almış olan ailelerin deneyimlerini aile stresi, duygu düzenleme becerileri ve psikolojik dayanıklılık kavramı içerisinde incelemek ve açıklamaktır. Bu amaç doğrultusunda, rehabilitasyon merkezinde yapılan, ebeveynlerin verilerine dayanarak oluşturulan nicel çalışma ile birlikte psikolojik dayanıklılık düzeyi güçlü olan ebeveynlerden seçilen ve bu ebeveynlerin deneyimlerini ayrıntılı şekilde inceleyen nitel bir çalışma yapılmıştır.

Gereç ve Yöntem: Bu araştırmanın evrenini İstanbul ilindeki otistik çocukların ebeveynlerinden oluşmaktadır. Örneklem grubu ise İstanbul iline bağlı Avcılar ilçesindeki otistik çocuklar ile anne-babalarından oluşmaktadır. Bu çalışmada kişisel bilgi formu, aile stresini değerlendirme ölçeği, yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği ve duygu düzenleme güçlükleri ölçeği kullanılmıştır.

Sonuç: Otizmlili çocuğa sahip ebeveynlerin aile stresi, psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme güçlükleri düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik Dayanıklılık, Aile Stresi, Otizm

SUMMARY

Autism as a concept was first defined and explained by the American psychiatrist Leo Kanner in 1943. Although autism is a neurodevelopmental damage, including behavioral characteristics, it can occur in verbal communicative disorders, in social areas that require mutual interaction, and with the effect of stereotypical behaviors. (Kanner, 1943). Children diagnosed with autism spectrum disorder are generally seen as a source of stress in the family. However, it has been observed that other family members' mutual relations and other factors that can affect the family (for example, marital quality, family harmony, parental stress, sibling relationship) can affect the child's behavior and the ability to cope with the difficulties faced by the family. Feelings; behavioral, mental and mental and stimuli are responses to an environmental stimulus. (Turnbull et al. 2006). Before individuals create an emotional reaction or response to any event they encounter, some mental elements form cognitive elements before they react emotionally to any situation they encounter (Onat & Otrar, 2010).

Aim: The aim of this study is to examine the experiences of parents whose children are diagnosed with autism spectrum disorder in terms of family stress, psychological resilience and emotion regulation skills. For this aim, a quantitative study based on the data of the parents and a qualitative study, which examined the experiences on the parents selected from the parents with high psychological resilience, was carried out in the rehabilitation center.

Materials and Methods: The universe of this research consists of the parents of autistic children in Istanbul. The sample group consists of autistic children and their parents in Avcılar district of Istanbul province. Personal information form, family stress assessment scale, resilience scale for adults and emotion regulation difficulties inventory were used in this study.

Result: It was concluded that there is a significant relationship between family stress, psychological resilience and emotional regulation difficulties levels of parents with autistic children.

Keywords: Resilience, Family Stress, Autism

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	i
SUMMARY.....	ii
İÇİNDEKİLER.....	iii
TABLolar LİSTESİ.....	v
EKLER LİSTESİ.....	vii
ÖNSÖZ.....	viii
GİRİŞ.....	1

BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1.1 Otizm.....	1
1.1.1 Otizmin Yaygınlığı.....	1
1.1.2. Otizme Neden Olan Faktörler.....	2
1.1.3. Otistik Çocukların Özellikleri.....	3
1.1.3.1. Sosyal-Duygusal Gelişim Özellikleri.....	3
1.1.3.2. Zihinsel Gelişim Özellikleri.....	3
1.1.3.3. Dil Gelişimi Ve Özellikleri.....	4
1.1.3.4. Bedensel Ve Motor Gelişim Özellikleri.....	4
1.2. Otizm Spektrum Bozukluğu Tanısının Ebeveyne Etkisi: Aile Stresi.....	4
1.2.1. Psikolojik Dayanıklılık ve İlişkili Etkenler.....	7
1.3. Duygu Düzenleme Kavramı.....	10
1.3.1. Ailede Duygu Düzenleme.....	11
1.3.2. Duygu Düzenleme Güçlükleri.....	13
1.3.3. Duygu Düzenleme Süreci.....	13
1.3.4. Duygu Düzenleme Stratejileri.....	14
1.3.5. Duygu Düzenlemenin Temel Özellikleri.....	14

İKİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN GENEL ESASLARI

2.1. Araştırmanın Amacı.....	16
2.2. Araştırmanın Önemi.....	16
2.3. Araştırmanın Problemi.....	16
2.3.1 Alt Problemler.....	16
2.4. Hipotezler.....	17
2.5. Sayıtlar.....	17
2.6. Kapsam ve Sınırlılıklar.....	18

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM
YÖNTEM VE TEKNİKLER

3.1 Araştırmanın Modeli	19
3.2 Araştırmanın Evren ve Örnekleme	19
3.3. Veri Toplama Araçları.....	19
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	19
3.3.2. Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği.....	19
3.3.3. Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği.....	20
3.3.4. Duygu Düzenleme Güçlükleri Ölçeği.....	21
3.4. Verilerin Analizi.....	22

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM
BULGULAR

TARTIŞMA VE YORUM	48
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	51
KAYNAKÇA	53
EKLER.....	60

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcıların demografik özellikleri.....	23
Tablo 2. Katılımcıların yaşlarına ilişkin tanımlayıcı istatistikler	24
Tablo 3. Duygu düzenleme güçlüğü ölçeğinin aile stresini değerlendirme ölçeğini yordaması	24
Tablo 4. Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin aile stresini değerlendirme ölçeğini yordaması.....	25
Tablo 5. Aile stresini değerlendirme ölçeği duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin tanımlayıcı değerleri	26
Tablo 6. Yaş, eğitim durumu, evlilik yılı, çocuk sayısı, eş eğitim durumu değişkenleri ile aile stresini değerlendirme ölçeği, duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği arasındaki ilişki	27
Tablo 7. Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği arasındaki ilişki	30
Tablo 8. Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği arasındaki ilişki	32
Tablo 9. Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği ve aile stresini değerlendirme ölçeği arasındaki ilişki	34
Tablo 10. Cinsiyete göre aile stresini değerlendirme ölçeği duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin karşılaştırılması	36
Tablo 11. Çalışma durumuna göre aile stresini değerlendirme ölçeği duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin karşılaştırılması.....	37
Tablo 12. Maddi durum memnuniyetine göre aile stresini değerlendirme ölçeği duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin karşılaştırılması	38

Tablo 13. Aile içi şiddete maruz kalmaya göre aile stresini değerlendirme ölçeği duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin karşılaştırılması39

Tablo 14. Eğitim durumuna göre aile stresini değerlendirme ölçeği duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin karşılaştırılması..... 41

Tablo 15. Eş eğitim durumuna göre aile stresini değerlendirme ölçeği duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin karşılaştırılması 43

Tablo 16. Evlilik yılına göre aile stresini değerlendirme ölçeği duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin karşılaştırılması..... 44

Tablo 17. Çocuk sayısına göre aile stresini değerlendirme ölçeği duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin karşılaştırılması 46

EKLER LİSTESİ

EK-A Kişisel Bilgi Formu

EK-B Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği

EK-C Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

EK-Ç Duygu Düzenleme Güçlükleri Ölçeği

EK-D Etik Kurul Karar Örneği



ÖNSÖZ

Tezimin hazırlanmasında akademik ve bilimsel katkılarıyla bana yol gösteren değerli hocam Dr. Öğretim üyesi Filiz Şükrü GÜRBÜZ 'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

İstanbul Gelişim Üniversitesi'nde yapmış olduğum yüksek lisans süresi boyunca bilgi ve birikimlerini benimle paylaşan tüm hocalarıma ve akademik yaşamım boyunca hiçbir zaman desteğini esirgemeyen çok değerli aileme teşekkür ederim.



GİRİŞ

Günümüz dünyasında gitgide artmakta olan nüfusunda etkileri ile birlikte normal yönde gelişim seyreden çocuklar dışında yaşanan çevre ve aile faktörlerinin etkisiyle dışa bağımlı şekilde yaşamını idame ettirmeye çalışan farklı engel gruplarını da içerisinde barındırmaktadır. Önceden bilincinde olunmayan bu engel grupları şimdiki zamanlarda sürekli bir ilerleme içerisinde olan teknolojik gelişmelerin de etkisiyle beraber bir farkındalık kazanımı meydana getirmiştir. Bu engel gruplarından karşımıza en sık “otizm” veya “otistik bozukluk”, “otistik spektrum bozuklukları” veya “yaygın gelişimsel bozukluklar” olarak çıkmakta olan gelişim olarak yetersiz ya da geri olarak sınıflandırılan gruplardır. Otizm kavramı yine de tam anlamıyla tanımlanamamaktadır ancak her otizmlili bireyin birbirinden farklı gelişimsel özellik gösteren bir niteliği içerdiği söylenmektedir (Zeteroğlu, 2006) Otizm kavramı algı ve idrak bozukluğuna yol açan organik bir bozukluktur ve Yunanca “Autos” anlamındadır (Güneş, 2005) Sözcük yönünden “kendine dönük” manasını içermektedir (Aydın, 2003). Özellikle hayatın ilk üç senesinde karşımıza çıkarak ve hayat boyu sürerek; yaygın olarak sosyal becerilerde bir takım problemler ve iletişim sorunları ile birlikte giden ayrıca tekrarlayıcı hareket ve bununla ilişkili davranımlarla beraber görülmektedir (Emmons, 2005). Davranıma ilişkin özellikleri de kapsayan nöro-gelişimsel yönden bozukluk olmakla birlikte, sözel iletişimsel bozukluklarda, sosyal etkileşimsel alanlarda ve stereotipik davranımlarının etkisi ile ortaya çıkabilmektedir(Kanner, 1943). Sosyal ve toplumsal ilişkilerin ilerletilmesinde bozulmalara sebep olan, sözel ve sözel olmayan iletişimlerde bozukluklara yol açan, sınırlı bir hayal gücü, zorlayıcı ve takıntı boyutunda tekrarlayıcı davranım, tavır ve tutumlar, kısıtlı ilgi alanlarının bulunması, soyut anlam içeren sembolik oyun ve mecazi konuları anlamakta güçlük çekme gibi ana özellikleri içermektedir. (Korkmaz, 2005)

Otizme sahip olan her çocuk birçok yönden farklılık gösterir, hiçbiri tıpatıp birbirinin aynısı değildir, klinik açıdan incelendiğinde ise heterojen bir bozukluk olduğu gözlemlenmektedir. Zamanla, bu bireylerde görülen kendine özel ve özgül davranımlarda bile bazı değişiklikler ortaya çıkabilir (Lord, McGee, 2001, Otizmlili çocuklarda bakım veren ebeveynler, çocuklarının iletişim yönünde ki yaşadıkları problemler nedeniyle kendi içlerinde yaşadıkları gittikçe artan negatif düşüncelerin

etkisiyle karamsarlığa kapılabildikleri görülmektedir (Sousa, 2010). Otistik bir çocuğa sahip ebeveynlerde özellikle annelerde, çocuğa olan davranım, yaklaşım ve de çocuk büyütme şekilleri ve ile normal çocuk sahibi olan annelerde çocuğa karşı davranım şekli, davranımları ve yaklaşımları arasında farklılık görülmediği söylenmektedir. Otizmlı çocuğu olan annelerde, çocuklarında herhangi bir gelişme görülse dahi sağlıklı çocuğu olan annelere oranla kaygı ve stres seviyelerinin daha yüksek bulunduğu söylenmektedir (Montes, Halterman, 2007)



BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1.1 Otizm

Kavram olarak otizm ilk kez 1943 yılında Amerikalı psikiyatrist Leo Kanner” tarafından tanımlanarak açıklanmıştır. Otistik bozukluk yaygın gelişimsel bozuklukların içerisinde en çok tanınan ve bilinen rahatsızlık olarak bulunmuştur. Belirtileri erken çocuklukta ortaya çıkan, karşılıklı etkileşim gerektiren sosyal ve iletişim becerilerinde yetersizlik, yineleyici (stereotipik) ve basmakalıp davranışlar, sınırlı ilgi ve beceri alanları ve kısıtlı işlevsellikle birlikte, etkileri yaşam boyunca devam eden nörogelişimsel bir bozukluktur (Association, 2013.)

Otizm hayat boyu süren bir engel olgusudur. Sosyal, toplumsal ilişki becerilerinin ve sözel ve sözel olmayan iletişimin gelişmesinde eksikliğe ve yetersizliğe sebep olan, zorlayıcı ve takıntı boyutuna ulaşan istemsiz tekrarlayıcı tavır ve davranımlar, ilgi ve alakalı oldukları alanların dar ve sınırlı bulunması, hayal gücü eksikliği, imgesel oyunları paylaşma veya soyut anlam içeren, mecazi konuları algılamakta zorlanma gibi belirli ana nitelikleri bulunmaktadır (Barış,2014).

1.1.1 Otizmin Yaygınlığı

Günümüzde her on bin kişi içerisinde, yaklaşık, dört-beş kişinin otizm tanısı aldığı tahmin edilirken, on beş-yirmi kişide de otistik davranışlar gözlemlendiği söylenmektedir. Yapılan klinik ve epidemiyolojik araştırmalara bakıldığında erkek bireylerde görülen otizm yüzdesinin kadınlara oranla 3,5 veya 4 kat daha fazla görüldüğü belirtilmektedir. Fakat yapılan zihinsel değerlendirmeler ve ölçümlerde ise otistik kız çocuklarının otistik erkek çocuklarına oranla bilişsel fonksiyon geriliğinin ileri düzeyde olduğu görülmektedir (Volkmar, 2004). Otizmli çocukların kardeşlerinin de otistik olma ihtimalinin yüzde 3 olduğu söylenmekte ve bu riskin normale göre 10-100 kez oranında çok daha fazla risk içerdiği söylenmektedir. İkiz kardeşler incelendiğinde ise tek yumurta ikizlerinde bir tanesi otistik olduğunda diğlerinin de otistik olma riski çalışmalara göre değişkenlik gösterebilmektedir, oran olarak %36-91 aralığında belirtilmektedir(Korkmaz, 2005). Yapılan en son çalışmalar neticesinde; toplum içerisinde görülen “otistik spektrum bozukları” yaygınlığı 10.000’de 60 olarak, yani yaklaşık 156 çocukta 1 şeklinde gösterilmektedir (Baird, Gillian, 2006). Son

zamanlarda görülen bu büyük artışın sebepleri olarak; toplumda otizme bakış açısının değişmesi ve farkındalık kazanımı, kavramsal açıdan yapılan değişiklikler , teşhis ve ayırıcı özellik belirtilerindeki değişiklikler, otizm alanındaki araştırmalar ve bu sistemlerde gelişim ve değişim görülmesi, otizme etken olabileceği öngörülen çevresel risk faktörlerinde görülen artışlar, artan teknolojik gelişmeler ile belli genetik-sosyal değişimlerdeki olması muhtemel bağıntılar ve erken dönemde konulabilen tanı, teşhis ve müdahale söylenebilmektedir (Coleman, 2005).

1.1.2. Otizme Neden Olan Faktörler

Birçok uzman tarafından değişik alanlarda yapılmış çalışmalar sonucunda, otizmin yaşamın ilk evrelerindeki çocukluk çağında başlangıç gösterdiği ve buna bağlı olarak yetişkinlik çağı boyunca da ilerleyerek etkisini gösteren, yalnız bir sebebe dayalı olmayan biyolojik, ruhsal ve heterojen etkenlerin etkisi ile oluşan bir nörogelişimsel rahatsızlık hali şeklinde tanımlanması yapılmıştır (Öztürk, 2004). Anne adaylarının, doğum sürecinin öncesinde ve bu süreç boyunca maruz kaldığı durumların da (ensefalit, rubella, herpes, alınan ilaçlar, kan uyuşmazlığı) otizmin oluşumuna etken olabileceği düşünülmektedir. Hamilelik süresi ve doğuma elverişli şartların azalması gibi etmenlerin de çocuğun otizmi olmasına neden olduğu söylenmektedir (Graziano, , 2002). Bazı nörologlar tarafından, otizmi bireylerde merkezi sinir sistemiyle beyinde normal gelişimin olmayabileceği ihtimali düşünülmektedir. Bu durumun sonucu olarak, beyindeki farklı bölgelerde (sol medialfrontal korteks, limbik sistem cerebellum, amigdala, hippokampus, fronto-limbik bağ.) hücre yoğunluğunda belirli azalış görülmesi veya yoğunlukta artış görülmesi biçiminde anormalliklerin olduğu ve bunun bir sonucu olarak da işlev farklılıklarının ortaya çıkabileceğini belirtmektedirler (Baron-Cohen, 2004)

Otizmin görülmesine neden olan etkenlerin bir diğerinde gen aktarımı olabileceği tahmin edilmektedir. Bağışıklık sisteminin fonksiyon kontrollerinde ve düzenlenmesinde C4B geninin eksik olması nedeniyle otizm, disleksi ve dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğunun görülebileceği belirtilmektedir. (McCandless, 2000). Bunun yanı sıra yapılan ilk araştırmalarda, ailenin ilgisiz tutumu ve çocuğa karşı sergilenen yaklaşım biçimlerinin otizme yatkınlık ortaya çıkarabileceği söylenmektedir. Daha sonraki süreçte ise çocukta otizm görülmesinin ebeveyn tutumları veya ekonomik nedenlerden dolayı ortaya çıkmadığı, her şekilde sınıfsal veya her şekilde maddi imkanlar içerisinde rastlanabileceği savunulmuştur. Yine de

otizmin ortaya çıkmasının sebeplerinin çoğunlukla genetik etmenlerde yoğunlaştığı bilinse de çevresel etmenlerinde etkili olduğu belirtilmektedir (Filipek, 1999).

1.1.3. Otistik Çocukların Özellikleri

1.1.3.1. Sosyal-Duygusal Gelişim Özellikleri

Hobson, bebeklerin ve normal gelişim gösteren çocukların sosyal iletişimsel becerilerinin doğuştan var olduğunu, bu becerileri ise duygusal yönden dokunma aracılığıyla başka kimselerle yakın ilişki kurarak ortaya çıkardıklarına dikkat çekmiştir. Öyleyse otistik çocuk bireylerde sosyal davranış yönünden sınırlılıklarının(anormalliklerinin) görülmesine neden olarak doğuştan bu kabiliyetin olmaması söylenebilmektedir. Otizmlili çocuklarda, diğer kişilerin duygusal, ruhsal durum ve tutumlarını anlamada zorluk ve sıkıntı yaşadıkları söylenmektedir (Volkmar, 1998). Otizmlili kişilerde en öne çıkan nitelik, sosyal ilişki anında maruz kaldıkları zorluklar ve sapmalar olarak kendini göstermektedir. Otizme sahip çocuklarda ebeveyne veya bakım verene karşı bağlanma sorunu yaşandığı görülmektedir ve bunun sonucunda bağlanmanın gerçekleşmediği gözlemlenir. Bununla birlikte diğer kimselerle de sözel-sözel olmayan iletişimi başlatmak ve sürdürmek konusunda kendilerinin buna ihtiyaçları olduğunu hissetmedikleri ve gereklilik görmedikleri düşünülmektedir. Bebeklik dönemlerindeyse diğer bebekler gibi ihtiyaçlarını ağlayarak belirtmek yerine aldırış etmedikleri için güzel huylu, sakin ve sessiz bebekmiş gibi algılanılarak fark edilmeleri güçleşmektedir. Öpme, sarılma, sevilme, kucaklaşma durumlarına maruz kalındığında tepkisiz ve umursamaz tavırlar sergileyebildikleri gibi aşırı tepkide de gösterebilmektedirler. İletişimde göz kontağı kurma becerileri kısıtlı olabileceği gibi, yok denilebilecek kadar az olabilmekte veya hiç olmadığında da gözlemlenmektedir(Özusta, 1999).

1.1.3.2. Zihinsel Gelişim Özellikleri

Otizmlili çocuklarda en enteresan olan birçok alanda kabiliyetlerinin var olmaması ve belli başlı konularda kendine has kabiliyetleri kendinde barındırmalarıdır. Bu durumlarda olan çocuklar konuşma alanında çekinebilir fakat kabiliyet gerektiren konularda ise hiçbir çekinceleri olmayabilir. Bu açıdan durumu değerlendirdiğimizde o çocukları özel kılan olayın bu olduğuna karar verebiliriz.

Bunun yanında hafıza konusunda da güçlü bir durumda olduklarını da söyleyebiliriz (Einstein, A., B. Podolsky, and N. Rosen, 1935).

1.1.3.3. Dil Gelişimi Ve Özellikleri

Otizm spektrum bozukluğu (OSB), insanlarla konuşma, jest ve mimiklerini kullanma, göz teması kurma gibi davranışlarda kısıtlamalar görülen hem yaşam boyunca var olacak bozukluklar hem de belli sınırlar içinde olan büyümenin ilk zamanlarında meydana gelen nörolojik olarak gelişimsel bir bozukluktur. (American Psychiatric Association [APA], 2013). Amerikan Psikiyatri Birliği'nin yayımladığı Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı'nın (Diagnostic and Statistic Manual of Mental Disorders-5 [DSM-5]) sınıflamasına göre, Otizm spektrum bozukluğuna sahip küçük yaştaki bireylerin yaşadıkları dilsel ve sosyal zorluklar bu sendromun teşhisini koyarken başvurulan, kontrol edilen etkenlerin arasındadır. Otizm spektrum bozukluğu (OSB)'nin şiddetli davranışları, kendi yaştlarındaki çocukların çevresel sözel veya duygusal iletişim rahatsızlıklarının ve de belli bir döngü içinde kendini yineleyen eylemlerin oranına bakılarak karar verilmektedir (APA, 2013).

1.1.3.4. Bedensel Ve Motor Gelişim Özellikleri

Yapılan çalışmalarda Kanner, savunduğu görüşlerden bir tanesi de otizm spektrumuna sahip bireylerin diğer bireylerden motor beceriler konusunda yetersiz olduklarını dile getirmektedir. Dışardan bakıldığında fiziksel görünüşünde herhangi bir değişiklik olmadığı yönünde görünseler de kendi yaştlarını göz önüne aldığında motor becerilerin beklenilenin aşağısında olduğu yapılan testler sonucunda ortaya çıkarmıştır. Bu durumla birlikte yerinde kullanılmayan, işlevsel olmayan motor beceri, istenilmeyen beklenmedik durumlarda kendini gösterebiliyor. Normal çocuklara oranla spor konusunda da daha çok ihtiyaç duyduklarını söyleyebiliriz. Sportif faaliyetleri yerine getirirken istenilen hızda eylem gerçekleşmemektedir (Kanner, 1943)

1.2. Otizm Spektrum Bozukluğu Tanısının Ebeveyne Etkisi: Aile Stresi

Stres dediğimiz kavram gün geçtikçe gelişen ve değişen dünyada insanların yaptığı işlerde ve birbirlerine karşı olan uzaklaşmalarıyla birlikte daha da çok duyduğumuz etkileri farklı olan bir kavramdır. (Baltaş, A ve Baltaş, Z., 1997). Bir yandan baktığımızda da var olan günlük rutini, dengeyi bozan bir mekanizma olarak

da değerlendirilir. Yaşanılan olayın yaratmış olduğu etkisi de stres kavramının düzeyini belirlemektedir (Öztürk, 2001). Kaner'e (2009) göre, etrafına devamlı olarak uyum sağlama amacı içinde var olmaya çalışan kişinin bazı sebeplerden ötürü dayanmanın zorlaşması durumunda fiziksel ve ruhsal bağısıklığının çökmesi yavaşlamasıdır. Fiziksel sağlık veya psikolojik sağlığı tehdit edici durumlar karşısında bireyde zorlanma ve stres gerçekleşir. Pek çok aile için sağlıklı bir çocuğun dünyaya gelmesi bile stres verici bir olayken, özel gereksinimi olan çocuğun dünyaya gelmesi aile işleyişinde, yapısında, aile üyelerinin rollerinde önemli değişiklikler ortaya çıkaran ve aile bireylerinin bu değişikliklerle başa çıkma ve bu mevcut duruma uyum sağlamada zorlanmalarına yol açan ek bir stres kaynağı ortaya çıkarabilmektedir (Crnic, Friedrich ve Greenberg, 1983; Küçüker, 2001; Zeitlin, Williamson ve Rosenblatt, 1987).

Ailenin sosyo-ekonomik düzeyi, anne-babaların eğitim düzeyleri, evlilik uyumları, meslekleri, ailenin sosyal güvenceye sahip olup olmaması, çocuklardaki bedensel veya zihinsel yetersizliğin şiddeti, özel gereksinimi olan çocuğun yaşı, yetersizliğin süregelen oluşu, tıbbi yardıma ihtiyacın fazla olması, örneğin; tekrarlayan ameliyatlara gibi birçok etken anne-babanın özel gereksinimi olan çocuğu kabullenme düzeyini, algılama biçimini, özel gereksinimi olan çocuğa uyumunu ve anne-babaların birçok alandaki stres düzeylerini etkilemektedir (Minnes 1988; Timko, Stovel ve Moos, 1992).

Stresle karşılaştığında ise onunla baş etmek, bireyin genetik yapısına, büyüme yapısına, çevreden ve aileden öğrendikleri ve buna benzer diğer şeyler o stresi kaldırıp kaldıramayacağını, onunla nasıl baş etmesi gerektiğini belirleyen özelliklerdendir. Yine baktığımızda her bireyin her stres durumuna verdiği tepki birbirinden farklıdır. (Öztürk, 2001).

Her yaş grubun kendine has durumları olduğu gibi her yaş grubun kendine has stres durumları söz konusudur. Çocuk için stres olan şeyler ile yetişkin için stres olan şeyler birbirinden farklılık göstermektedir. Çocukların okulla ve dersle olan durumları stres faktörüken yetişkin birey için daha çok yaşamı idame ettirme, hayatta kalabilme faktörleri etki göstermektedir (Şahin, 1998).

Herhangi bir yetersizliği mevcut çocukların ebeveyni neredeyse böyle olan tüm ailelerin yaşamış oldukları düşüncesiz hareket eden bireylerin tavır ve tutumlarıyla

karşılaşmalarıdır. Zaten yaşamış oldukları stresin yanında bir de diğer insanların söylemleri bu stres durumunu daha da kötü etkilemektedir. Anne babaların stres durumunu etkileyen bir diğer durumsa maddi durumun ne düzeyde olduğu, eğer yetersizlik hissediliyorsa bu da engelli bireylerin aile yapısındaki stresi tetikleyen unsurlardandır (Kaner, 2009).

Otizm spektrum bozukluğunda iletişim, biliş, sosyal duygusal etkileşim, duygu işleme ve davranış gelişimi gibi birçok alanı etkileyen ve yaşam boyu devam eden nöro-gelişimsel bir bozukluk görülmesi sebebiyle, ailenin ve yakın çevrenin bakımına ve desteğine sürekli bir ihtiyaç duyulmaktadır. Otizmlili çocuğun gündelik hayatta yaşadığı zorlanma ve davranış sorunları ile birlikte ebeveynlerinde birçok alanda zorluk ve stresle karşılaştıkları görülmektedir (Bayat, 2007). Bu durum ailenin kendi içerisinde birçok iş bölümü, bakım planlaması, aile içi ekonomi, öz saygı, spirüüellik ve sosyalleşme gibi alanlarda düzenleme yapmasını gerektirmektedir (Walt, 2010;, Turnbull, Erwin ve Soodak, 2007). Otizmlili çocuğun bakımı, ebeveynler için düzenli bir şekilde izlenilmesi gereken yorucu, zor ve sürekli devamlılık gösteren süreçtir. Bu süreç aile içi düzenin yeniden oluşturulmasını gerektirecek maddi ve fiziki zorlanma ile birlikte ruh sağlığını da korumaya yönelik titiz bir takım çalışmalar gerektirmektedir. Yapılan çalışmalara göre; otizmlili çocuğa bakım veren kişilerin kendi sağlık durumları ve hayat standartlarını ortalamadan daha kötü seviyede belirttikleri gözlenmiş bununla birlikte, birçok çalışmada bakım veren kişilerin daha fazla öfke, depresyon, kaygı ve stres yaşadıklarını bildirdikleri gözlemlenmiştir (Estes, Munson, Dawson, Koehler, Zhou, ve Abbot, 2009). Bu alanda yapılan çalışmaların birçoğu annelerle sürdürülmektedir ve otizm tanısı almış çocuğu olan anneler çocuklarıyla olan ilişkilerini normal gelişime gösteren çocuğa sahip olan annelerin ilişkisine göre, daha mesafeli ve daha fazla depresyon düzeyine sahip ilişki olarak bildirmişlerdir (Abbeduto, Seltzer, Shattuck, Krauss, Orsmond, ve Murphy, 2004). Çocuğu otizm ile tanısı almış ailelerin, çocuğu diğer bozukluklarda tanı alan ailelerden daha çok stres, kaygı ve depresyon ile birlikte daha düşük yaşam kalitesi ve ruhsal iyilik hali bildirdikleri belirtilmiştir. Diğer gruplarda tanı almış çocukların aileleri ile karşılaştırıldığında (Down Sendromu, Faragile X, Rett), otizm tanısı almış çocuğa sahip olmanın ailede düzeni daha çok negatif şekilde etki ettiği de saptanmıştır (Perry, Harris, ve Minnes, 2004). Ayrıca otizmlili çocuğa sahip aileler içerisinde annelerin babalara göre daha çok kaygı duydukları, düşük yaşam standartlarına bağlı

olarak sağlık problemi bildirdikleri ve bu annelerin babalardan daha çok depresif durum yaşadıkları ifade edilmiştir. Bu duruma sebep olarak annelerin babalara göre çocuğun bakım ve sorumluluğunu daha çok alması ile birlikte annelerin hayatının doğrudan etkilendiği babaların hayatının ise dolaylı bir şekilde etkilendiği dūřünölmektedir (Gray, 2006). Çocuđu otizm tanısı almış ailelerle yürütölen çalışmalarda, çocukların otizm özellikleri ile birlikte aile dinamiklerine vurgu yapılmaktadır. Annelerin kaygı düzeyleri ve otizm tanısı almış çocuğun davranış problemleri ilişkili bulunmuştur. Aynı şekilde otizm ile tanılanmış çocukların hiperaktif, uyumsuz, agresif davranışları, kişisel bakım ve iletişim kurmada yaşadıkları zorluklar ile; bakım veren annelerin depresyon ve stres düzeyleri aralarında olumlu yönde anlamlı bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Annelerin stresinin temel kaynağı olarak çocuğa bakım vermek olduğu belirtilmiş fakat diğer taraftan annenin düşük duygulanıma sahip olması, sosyal ilişkilerinin az olması ve yeterli düzeyde sosyal destek görmemesinin de stresini arttırdığı görölmüştür(Hsiao, Higgins, Pierce, Whitby, ve Tandy, 2017). Otizm ile tanılanmış çocuklu ailelerde görölen stres ve zorlukla ilgili olarak, ebeveynlik memnuniyetinin de dūřtüđu söylenmektedir. Otizmlili çocuğa sahip ebeveynin karşılanamayan ihtiyaçları ile stres düzeyi arasında kuvvetli bir ilişkinin bulunduğu belirtilmiştir. Bu tarz ailelerdeki eşlerin evliliklerinden daha az memnuniyet gösterdikleri ve düşük aile bağlılığı ile birlikte düşük uyum düzeyi sergilediklerini aktarmışlardır. Alan yazın çalışmaları otizm tanısı almış çocuğa sahip ailenin birçok alanlarda zorluk yaşadığını göstermektedir(Freedman, Kalb, Zablotzky ve Stuart, 2012; Hastings ve ark., 2005; Higgins, Bailey ve Pearce, 2005; Sanders ve Morgan, 1997).

1.2.1. Psikolojik Dayanıklılık ve İlişkili Etkenler

Otizm spektrum bozukluğu tanısı alan çocuklar genellikle ailenin stres faktörü olarak görölmektedir. Bununla birlikte karşılıklı ilişki ve etkileşimlerin aileye etki edebilecek diğer etkenlerle birlikte (örn.,evlilik uyumu, aile düzeni, anne-baba stresi, ebeveynlerin iletişimi, kardeşlerin etkileşimi) çocuğun sergilediği davranışları ve ailenin zorlayıcı şartlar karşındaki davranışlarını etkileyebileceği görölmektedir. Yapılan bazı araştırmalarda, otizm tanısı almış çocukların ailelerinin büyük bir kısmı stresli olduklarını ve olumsuz deneyimlerle karşı karşıya kaldıklarını bazı aileler ise çocuklarının otizm tanısı aldıktan sonraki süreçte kendilerini daha güçlü hissettiklerini

ifade etmişlerdir. Bakım veren ebeveynlerden bazıları, bu sürecin kendileri için önemli olduğunu, hayata bakış açılarının değiştiğini, yaşamın anlamını sorgulama ve bu durumu doğru bir şekilde yönetebilme becerisi kazanmalarına yönelik bir faydası olduğunu ve pozitif duygularında artış olduğunu belirtmişlerdir (Bayat, 2007; Benderix, Nordstrom ve Sivberg, 2006; Phelps, McCammon, Wuensch ve Golden, 2009; Woodgate, Ateah ve Secco, 2008). Buna eş olarak, ailenin otizmlili çocuğa sahip olmasının evlilik üzerinde olumsuz sonuçlarının ortaya çıkabileceğini belirten çalışmalar olmasıyla birlikte, olumlu etkileri olduğunu gösteren araştırmalar da bulunmaktadır. Bu araştırma sonuçlarında çoğunlukla görülen olumlu etkiler, ebeveynlerin otizme sahip çocuklarının gelişim sürecine katkıda bulunmak için birlikte çaba göstermenin evliliklerini daha sağlam bir birliktelik haline getirdiği yönündedir (Özekes, Girli, Yurdakul ve Sarısoy, 1998). Birçok ebeveynin yaşadığı bu stresli duruma karşı gösterdikleri tutumlarının birbirlerinden farklılık göstermesi, psikolojik dayanıklılık kavramı ile tanımlanmaya çalışılmıştır. Dayanıklılık ise, genelde olumsuz yaşantıların zarar verici sonuçlarıyla birlikte ortaya çıkarttığı stresin üstesinden gelmek için bireyin bununla başa çıkma yeteneği olarak açıklanmaktadır (Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000). Dayanıklılık diğer tanımlarda ise hayal kırıklığına yönelik uysallık sergileyebilmek, karşılaşılan zor durumlarda olumlu ve başarılı bir biçimde uyum sağlayabilme şeklinde açıklanmıştır. Walsh'ın (1998; 2003) tanımlamasında ise dayanıklılık; sıkıntı yaratan duruma katlanmakla birlikte ortaya çıkan bu durumu güçlenerek kabul edebilmektir. Dayanıklılık karşılaşılan zorlu durum ya da olay için riskli ve koruyucu faktörler arasında sağlam bir uyum ve denge oluşturmayı gerektirmektedir. Bu risk faktörleri, bireylerin stres yaratan durumlara karşı tutum ve uyumlarını zorlaştırıcı psikolojik, duygusal, fiziksel, sosyal etmenleri kapsamaktadır. (Alvord ve Grados 2005). Bekhet ve arkadaşları çocuğu otizm tanısı almış olan aileler için risk etkenlerini; semptomların düzeyi, evliliğin kalitesi, bakım veren öfkesi, aile içi iletişim, otizm ile tanılanmış çocuk sayısı, ailenin ekonomik düzeyi ve ruhsal zorluklar olarak sınıflandırmışlardır. Buna göre koruyucu etkenler; risk etkenlerinin etkilerini ve olumsuz tepkilerini azaltarak dayanıklılık seviyesini arttırmaya yönelik olan etkenler olarak tanımlanabilir (Benzies ve Mychasiuk, 2009). Uzun süreler boyunca farklı birçok durum (örn., travma, kronik rahatsızlık, ergenlik) için çocuklar ve gençlerin psikolojik dayanıklılığı üzerine incelemeler yapılmış, bu son dönemlerde ise aile üyeleri ve bakım verenlerin psikolojik dayanıklılıkları üzerine çalışmalar yapılmıştır. Ailede psikolojik dayanıklılık kavramı da koruyucu etkenlerin

ve risk faktörünün etkileşimi şeklinde yorumlanabilir(Rutter, 1987). Fakat çalışmalarda daha çok zorlu durumlar ile başa çıkma ve güçlü yanların sonuçlarına odaklanılmaktadır. Bu doğrultu üzerine yapılan psikolojik dayanıklılık çalışmaları, zorlayıcı bir durumla karşılaşan ailenin eksiklik gösterdiği yanların yerine zorluklar karşısında gösterdiği sağlıklı tutumlara odaklanmaktadır. Bu son dönemlerde, zorlayıcı durumların karşısında aile bireylerinin, ebeveynler ve bakım verenlerin göstermiş olduğu dayanıklılığın birçok etkene bağlı yapısını açıklayabilmek için farklı çalışmalar yürütülmektedir.

McCubbin ve McCubbin'in (1999) aile içerisindeki uyum ile düzenleme becerilerine göre esas alınan bir modele göre dayanıklılık; tecrübe edilen, yaşanan zorlu durum ve şiddeti, aile hassasiyetleri ve işlevsellik kavramını, dayanıklılık kaynakları, ailenin karşılaştığı zorluğu anlamlandırmasını, problem çözebilme ve problemle baş edebilme tekniklerini içermektedir. Bayat'ın (2007) otizm tanısı almış çocuğu olan ailelerle yaptığı çalışmasından ortaya çıkan sonuçlara göre de, ailenin zorlayıcı durumlar karşısında birleşebilmesi ve kaynaklarını bir araya getirebilmesi, zorlu süreci karşılayabilme, adlandırabilme, bu durumla baş edebilme, daha güçlü daha anlayışlı olma, manevi deneyimlerle birlikte inanç değerlerine bağın artması gibi çeşitli etkilerin arasından ailelerin psikolojik dayanıklılığını desteklemede büyük önemi olan etkenler olarak tespit edilmiştir. Yapılan diğer farklı çalışmaların sonuçları ise otizm tanısını kabullenme, durumu olumlu anlamlandırabilme, kaynakları ortaya çıkan ihtiyaçlara yönelik düzenleyebilme, birbiri ile bağlı ve yakın bir aile ilişkisi kurabilme, genellikle yaşama şükretme eğilim ve maneviyatı güç kazanmış olmak gibi bazı özgül özelliklerin aileinin psikolojik dayanıklılık düzeylerini etkileyebildiğini ileri sürmüştür(Greeff ve Walt, 2010).

Öğrenmeye ve yeni deneyimlere açık olmak (Walsh, 2003), içe dönük kontrol odağını yönetebilmek kişinin kendi becerisine olan güveni (selfefficacy) ve yetkinliği, olumlu bilişsel değerlendirme eğiliminde olmak ve iyimser olmak gibi etkenlerin, OSB ile tanılanan çocuğun bakım döneminde ailelerin karşılaştıkları zorluklar ile başa çıkabilme becerileri arasında olumlu yönde ilişki olduğu ortaya konmuştur. Bununla birlikte sosyal destek almak ve duruma uygun çeşitli baş etme yöntemleri geliştirebilmek de; bu zorlu süreçler boyunca ebeveynlerin psikolojik dayanıklılığını etkileyen önemli bir etken olarak görülmektedir. Bu baş etme yöntemlerinin zamanla

değişiklik gösterebildiği, çocuk ve aile bireylerinin ihtiyaçları doğrultusunda çeşitlilik ve değişim gösterdiği gözlenmiştir(Gray, 2006).

Otizm tanısı almış çocuklu aileler ile yapılmış çalışmalara göre; aile bireylerinin güçlü psikolojik dayanıklılığa sahip olmasının çocuğun bakımıyla ilgili zorlukları daha kontrollü yönetebilmesi ile birlikte ebeveynlerin sahip olduğu ruhsal sağlık ile de ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır; dayanıklılık düzeyi yüksek çıkan ebeveynlerde depresyon ve kaygı düzeylerinin daha az ve daha olumlu partner ilişkisi, gündelik yaşam rutinlerine güzel uyum gösterme, daha sağlıklı bir psikolojik iyilik hali içerisinde olma ve yaşam doyumuna daha fazla sahip oldukları ifade edilmektedir(Bekhet ve ark., 2012). Bununla birlikte, anne ve babaların eğitim ve gelir düzeyleri artış gösterdikçe psikolojik dayanıklılıklarının bu oranda artış gösterdiği gözlemlenmiştir. Bu çalışmaların sonuçlarına göre, çocuğu otizm tanısı almış aile bireylerinin psikolojik dayanıklılığının yüksek ve güçlü olmasının, bakım veren ve bakım alan bireyler açısından pozitif yönde etkilere sahip olduğu gözlenmiştir.

1.3. Duygu Düzenleme Kavramı

Yaşamımız boyunca herhangi bir durum karşısında hissettiklerimizle baş edebilmemiz duygularımızı anlamlandırabilmemiz ve onları fark edebilmemizden kaynaklanır. Korku, mutluluk, üzüntü, nefret, kırgınlık gibi duygularla birlikte çaresizlik ,kaygı gibi duygulara karşılık vermeden önce, içerisinde olduğumuz duruma göre kendimizi ‘düzenleyebilme’ biçimimiz mevcuttur ve bu duygularımızı temsil etmektedir (Loeber, and Hay,1997) Duygular, bireylerin doğrudan neyi, nasıl ve ne şekilde algılayabileceğini ve bilgiyi ne kadar kısa süre içerisinde işlemleyebileceğini, karşılaştığı olay ya da durum sırasında ne düşünüp, nasıl anlamlandırabileceğini ve bu durum karşısında nasıl bir yanıt verileceğine de etki etmektedir (Crick, and Dodge, 1994).

Duygu düzenleme kavramı, bireylerin hedeflerine ulaşabilmelerine, sosyal hayatlarını düzenleyebilmelerine yönelik uyarılmanın başlamasını, duygularını kontrol altına alarak yönetebilmesi ve denetim kurabilmesini açıklamaktadır. Bu süreç içsel ve dışsal olarak form değiştirebilen bilinçli veya bilinçsiz biçimde ortaya çıkan beceri biçimidir. Bu beceri aracılığı ile gelişen duygusal yanıtlar kişide kendisini değerlendirme, gözleme ve yönetme becerilerinde düzenleme ortaya

çıkartmaktadır. Düzenleyebilme becerileri yalnızca negatif ve olumsuz duygular ve bu duygu durumlarının düzene konulabilmesi ile kullanılmamakta, pozitif ve olumlu düzenlemeler de bu süreçte kullanılmaktadır (Gross, 2013). Duygusal düzenleme becerilerinin birçok farklı çeşidi bulunmaktadır. Gross (1998) 'a göre sebep ve sonuç odaklı olarak iki şekilde duygusal düzenleme becerisi ele alınmaktadır. Duygusal yanıtlar oluşturulmadan önce sebep odaklı, duygusal yanıt oluşturulduktan sonraki bölümde ise sonuç odaklı olarak ele alınmaktadır. Duygu düzenlemenin, fikir, düşünce, davranış ve tutumla ilgili birçok boyutu kapsadığı düşünülmektedir. Davranış stratejilerinde kişi etkili bir şekilde duygu değişikliği yapmak için çaba harcarken düşünce stratejilerindeyse zihinsel bir boyutu öne çıkarmaktadır (Holodynski, 2013).

1.3.1. Ailede Duygu Düzenleme

Kişisel hedefleri gerçekleştirmek için duygulanımın başlatılması, sürdürülmesi veya yönetilmesi duygu düzenleme olarak adlandırılmaktadır. Duygu düzenleme becerisi (örn., duygulanımın değişkenliğini, yoğunluğunu, zamanını kontrol edebilmek) buna yönelik sosyal, duygusal ve bilişsel gereksinimlerin bilincinde olmayı gerektirmektedir ve bu süreç, hem olumlu hem olumsuz duyguları kapsar. Çocuklar yaşamları boyunca karşılaşılabilecekleri birçok zorluk ile başa çıkabilmeleri için gerekli olan öz düzenleme strateji ve becerilerini kazanmalarını sağlayan gelişimi bebeklik ve erken çocukluk döneminde deneyimlerler(Calkins, 1994; Kopp, 1982, 1989). Bu gelişmeler içsel ve dışsal süreçler tarafından yönetilmektedir(Kopp, 1982). Duygu düzenlemede içsel süreçlerin ana öğeleri; hedef belirleyebilme, planlama, dikkat, dürtüsel davranışlarda yavaşlatma ve kontrol sağlama, kendini izleme, organizasyon ve prefrontal lobun işlevlerine yönelik temel unsurları barındırır. (Fox ve Calkins, 2003). Dışsal süreçlerde, ebeveynlerin sosyalleşme etkileri, duyguları ifade etme ve model olmaları ile birlikte çocuğun duygu aktarımı içerisinde bulunduğu deneyimlerde ve duruma yönelik müdahalelerde bulunmalarını gerektirmektedir. Bu içsel ve dışsal süreçlerin düzenlenmesinin sonucu olarak, çocuk ebeveynlerinin yönlendirmelerini zaman içerisinde içselleştirerek sahip olduğu duyguyu sosyal olarak uygun şekilde anlatabilme becerilerini kazanır (Eisenber. ve Spinrad, 2004). Duygu düzenleme becerisinde erken çocukluk döneminde kazanılan yetkinliğin çocuğun yaşamın ileriki dönemlerinde daha doğru duygulanım kontrolü sağladığı ve kişilik gelişimi gösterdiği daha az dışa dönük

sorunlu davranış sergilediği ve daha iyi davranışsal kontrol sağladığı birçok araştırma tarafından ortaya konmuştur. Yapılan deneysel çalışmaların sonuçlarına göre, korku, kızgınlık, hüzn gibi negatif duygularını düzenleyebilmekte güçlük yaşayan çocukların yaşamlarının ileriki dönemlerinde, özellikle aile ortamında destekleyici tutumlar yoksa, sorunlu davranışları sergileme eğilimi artış göstermektedir(Calkins ve Dedmon 2000) .Bu nedenle, duygu düzenlemenin işleyişinde bireysel farklılıkların oluşmasına zemin hazırlayan bebeklik ve erken çocukluk dönemlerinde ebeveynleri tarafından sergilenen ilgi davranışları ve bakım ile beraber, çocuğun duygusunu düzenleyebilmesi için ebeveynlerin kullandıkları stratejileri bilmek çok önemlidir. Ebeveynlerin çocuğun duygularına karşı verdikleri tepkiler çocuğun kendi duygularını düzenlemeyi öğrenebilmesi açısından önemli bir etkidir. Çocuğun zorlu durumlar karşısında duygularını düzenlemesi ebeveynlerin verdikleri tepkiler (örn., duyguları tanıtmaya, teşvik etme ve uzaklaştırma) ile ilişkili bulunmuştur. Yetişkinlik döneminde de duyguların düzenlenmesinin yaşam boyunca önemli bir yeri olduğu bilinmektedir; olumlu olduğu varsayılan (örn., problem çözümüne odaklanma, kabul etme) duygu düzenleme yöntemlerinin psikopatoloji ile çok az ilişkili olduğu, olumsuz olduğu düşünülen (örn., kendini eleştirme, endişe ve tekrarlama, kaçınma) duygu düzenleme yöntemlerinin ise psikopatoloji ile çok fazla etkileşimde bulunduğu görülmüştür(Aldao ve Nolen-Hoeksema, 2012). Dolayısıyla bireyin zorlu durumlar karşısında gösterdiği psikolojik dayanıklılık ile duygu düzenleme becerilerinin de ilişkili olduğu söylenilebilir. Olumsuz değerlendirme sürecinin kaygı ve depresyon düzeylerini arttırdığı, yeniden anlamlandırmanın ise zorlu bir durumla karşılaşıldığında olumlu düşünce ve duygularla yapıldığında kaygı ve stresi azalttığı olumsuz değerlendirme sürecininse kaygı ve depresyon düzeyini arttırdığı gözlemlenmektedir (Beck, 1976). Bununla birlikte problem çözme becerilerinin zayıf olması, kaçınma ve bastırma tepkilerinde kaygı ve depresyonla ilgili olduğu gözlemlenmiştir (Chang, Downey ve Salata, 2004). Duygu düzenleyebilme becerileri iyi olan yetişkinlerin sosyal iletişim, akademik performans, problem çözme, kaygı ve depresyonla baş edebilme alanlarında işlevsellik ve becerilerinin daha olumlu yönde olduğu ve bunlarla birlikte stresli durumlar ile daha iyi bir uyum içerisinde baş edebildikleri gözlemlenmiştir (Buckner ve ark., 2009). Yapılan çalışmaların sonuçları incelendiğinde, duygu düzenleme becerilerinin etkin ebeveyn kontrolünde gelişip gerçekleştiği ve bireyin psikolojik dayanıklılığını da belirleyen birçok becerisi ile ilişki içerisinde olduğu söylenebilir.

1.3.2. Duygu Düzenleme Güçlükleri

Bireyler duygusal cevaplarının ortaya çıkış aşamasında ve artarak devam etmesinde, duygu yoğunluklarının düzenlenmesinde ve duygu değişikliklerinde belirgin farklılık ve çeşitlilik yaşamaktadırlar. Bu şekilde gelişen duygusal dinamiklerin duygu düzenleme evresinde etken olan önemli cevap ve değişkenlerini kapsadığı söylenmektedir. Çeşitli duygular bireyin, duygusal cevaplarının uyumunu karşılasa da duygu düzenleme evresinde gelişmiş olan duygu yoğunluğu, duygunun kalitesi ve zamanlamasıyla dinamik özellikleri büyük  l de etkilemektedir. Duygu düzenlemenin amacı bir hedefe ulaşabilmek ve bireyin hayatındaki sosyal düzen ve uyumu hem kolaylaştırabilmek hem de duygusal yansıtılmalarını g zetleyebilmek, takip edebilmek, denetleyebilmek ve değiştirebilmek becerileridir. Diğer biçimde ise bireyin duygularını ifade edebilme, tanımlama yapma ve uygun bulunduğunda bu durumu kullanıp kendisini sakinleştirmesidir (Thompson, 1994).

1.3.3. Duygu Düzenleme Süreci

Yaşadığımız bu hayat içerisinde duygularımızı bazen kontrol edebilsek de bazen kontrol edemediğimiz zamanlar olur. Biz insanoğlu nasıl ki değişim ve dönüşüm içindeyse duygularımızda tıpkı bu döngünün içinde değişip d n ş rlere. Değer verdiğimiz bir eşyamızı kaybettiğimizde üzülüp  fkelenabiliyoruz ve sonrasında onu bulduğumuzda olumsuz duygularımız yatışıp olumlu duygular devreye girerek rahatlarız. Bireyler ise kendilerini olumlu ve olumsuz etki eden duygusal süreçleri bazı amaçlarla kontrol altına alma isteğine girebilirler. Duygu düzenlemesi dediğimiz süreç ; duygusal tecrübeler, bilişsel süreçler, olaylara verilen tepkisel süreçler, hormonal ve fizyolojik süreçleri uyarmak gibi durumları içine alır. (Gross, 1999; Gross ve Thompson, 2007). Bu kelime üzerine uzun yıllar önce, Sigmund Freud'un araştırmış olduğu ego üzerine çalışmalar yapan araştırmacılar, Bowlby (1969) yapmış olduğu bağlanma konusu üzerine araştırmaları ve Lazarus ile Folkman (1984) yaşanılan durumların üstesinden gelme kuramcıları gibi araştırmacılar konuya değinmiştir. (Gross, 2015) yaşadığımız bu çağda biyolojik, gelişim, klinik ve kişilik psikolojisi dallarda önem arz eden bir konu olarak düşünülmektedir.

İnternetteki verilere bakılarak duygusal düzenleme konusunda akademik arama motoru verilerine göre, bu kavram ile ilgili 2018 yılından beri 25 binden fazla makale yayımlanmıştır. Duygu düzenleme terimi adından da anlaşılacağı üzere tam olarak var

olan olumlu olumsuz tüm duyguların düzenlenmesi için kullanılan stratejilerden bahseder. Model üzerinde gelişmeler yapılırken ayrıca bir çok kuram da bu konu hakkında ilişkilendirmiştir. İşlevsel olan stratejiler ve işlevsel olmayan stratejiler olarak da ayrıma gidilmiştir. (örn, Carver ve ark., 1989).

1.3.4. Duygu Düzenleme Stratejileri

Duygu düzenleme stratejileri Gross (1998) tarafından ortaya atılan “ süreç modeline (process-oriented model) “ göre duygular her zaman var, hal böyle olunca da duyguları düzenleyebilmek için kısa süreli de olsa stratejiler yer almaktadır. Ve duygular içten çıkıp dışarıda kendine bir ruhaniyet bulmasının yanında dışarıdan gelip içte ruhaniyet bulmasıyla da meydana gelebiliyor. Dışarıdan duygusal olarak uyaran geldiğinde uyarıcı fark edilir, içeriden çıktığındaysa hissiyat olarak cevap bulunur. Duygular dışarıdan gelip tekrardan dışarı çıkma sürecini koordine eder.

Süreç modeline göre (Gross, 1998) , duyguların koordinasyonunda iki farkı niteleme ile adlandırılır. 1)Geçmiş odaklı stratejiler (antecedent-focused), 2) Tepki odaklı stratejiler (response-focussed). Geçmiş odaklı stratejiler, hislerinin hepsi meydana gelmeden önce devre girer (Gross ve Thompson, 2007). Yapılan herhangi bir duruma karşı hissel reaksiyon göstermeden önce eylemin değişikliğe gitmesinden bahseder (Gross, 2001). Tepki odaklı stratejiler hisleri koordine etme yöntemlerinin en bilinen modellerinden bir tanesidir (Koole, 2009). Bu yöntemde birey, olduğu gibi hislerini daha az yoğunlukta yaşamaya veyahut hislerini evirtme yoluna başvurur (Dan-Glauser ve Gross, 2013).

1.3.5. Duygu Düzenlemenin Temel Özellikleri

Bebeklik sürecinde bebeğe ilk bakım veren birey, bebeğin hislerini planlamada ilk belirteç olur (Thompson, 1994). Bebekler bu süreçte tam olarak bazı alanlarda sınıra sahip oldukları için, bakım verenin yapacağı katkılara muhtaçtırlar (akt. Spangler ve Zimmermann, 2014). Oluşmayan veya az oluşmuş duygularını tam bir sisteme oturturamadıkları için, kendilerini huzurlu hissedemedikleri zamanda etrafındakilere ağlama davranışıyla mesaj verirler ve sevindikleri iyi hissettikleri durumlarda ise huzurlu sakin bir imajla bu durumu onlara gösterirler (Cole ve diğ., 1994).

Bebekler artık gelişim sağlarken bir yılını doldurmaya yakın artık kendi hislerini kontrol etmeye önceki zamanlara nazaran daha da katılırlar (Sameroff, 2010) ayrıca

pozitif olan olaylarda devamlılığı isterken negatif , huzursuz durumlarda ise hemen kurtulmak ve bu süreci azaltmak için bedeniyle temasa başvururlar (Cole ve diğ., 1994). Bakım verenin dahil olmasıyla birlikte bebekler de nede sorun yaşadıklarını çözmeye, idrak etmeye başlar ve yaşamış oldukları istenmeyen olayları elinden geldiğince dönüştürerek yerine daha fayda verecek eylemler harekete geçirerek, bakım veren bireye destek olmayı idrak etmeye başlar (Kopp, 1989).



İKİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN GENEL ESASLARI

2.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, çocuğu otizm spektrum bozukluğu tanısı almış olan ailelerin deneyimlerini aile stresi, duygu düzenleme becerileri ve psikolojik dayanıklılık kavramı içerisinde incelemek ve açıklamaktır. Bu amaç doğrultusunda, rehabilitasyon merkezinde yapılan, ebeveynlerin verilerine dayanarak oluşturulan nicel çalışma ile birlikte psikolojik dayanıklılık düzeyi güçlü olan ebeveynlerden seçilen ve bu ebeveynlerin deneyimlerini ayrıntılı şekilde inceleyen nitel bir çalışma yapılmıştır.

2.2. Araştırmanın Önemi

Çocuğu otizm tanısı almış ebeveynlerin bu düzenleme becerileri yeteri kadar geliştiğinde; bu çocukların iletişim kurmada ve sosyal hayatlarında daha az zorluk yaşadıkları gözlemlenmiştir. Bu araştırma otizm, aile stresi, psikolojik dayanıklılık, duyguların düzenlenebilmesini açıklaması ve araştırmaları derlemesi bakımından önem taşımaktadır ve birçok ailenin konuya ilişkin bilgi düzeyini arttırmaya yönelik hedefler doğrultusunda hazırlanmıştır. Ayrıca sonrasında konuya dair yapılacak benzeri araştırmalara ışık tutması açısından da son derece önem arz etmektedir.

2.3. Araştırmanın Problemi

Biz bu araştırmada otizmlı çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme güçlükleri düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı sorusuna cevap arıyoruz.

2.3.1 Alt Problemler

1. Otizmlı çocuğu olan ebeveynlerin gelir düzeyleri ile psikolojik dayanıklılıkları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Otizmlı çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Otizmlı çocuğa sahip ebeveynlerin eğitim düzeyleri ile psikolojik dayanıklılıkları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2.4. Hipotezler

H1) Çocuğun otizm tanısı alması ile ebeveynlerin stres düzeylerinin artması arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H0)Çocuğun otizm tanısı alması ile ebeveynlerin stres düzeylerinin artması arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

H2) Otizmli çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme güçlükleri düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H0) Otizmli çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme güçlükleri düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

H3) Otizmli çocuğa sahip ebeveynlerin eğitim düzeyleri ile psikolojik dayanıklılıkları arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H0) Otizmli çocuğa sahip ebeveynlerin eğitim düzeyleri ile psikolojik dayanıklılıkları arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

H4) Otizmli çocuğu olan ebeveynlerin gelir düzeyleri ile psikolojik dayanıklılıkları arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H0) Otizmli çocuğu olan ebeveynlerin gelir düzeyleri ile psikolojik dayanıklılıkları arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

2.5. Sayıtlar

Araştırmanın sayıtları aşağıdaki gibidir:

1. Araştırmaya katılanların sorulan soruları dürüstçe cevapladıkları varsayılmaktadır.
2. Üstünde çalışılan, İstanbul İli Avcılar ilçesindeki otizmli çocuğu olan ebeveynler ve otizmli çocukları evreni oluşturmaktadır.
3. Araştırmada kullanılan kişisel bilgi formu, aile stresini değerlendirme ölçeği, yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği ve duygu düzenleme güçlükleri ölçeği ilgili değişkenleri geçerli ve güvenilir olarak ölçmektedir.

2.6. Kapsam ve Sınırlılıklar

Bu araştırma;

1. İstanbul ilinin Avcılar ilçesindeki otistik çocuklar ve anne-babaları ile sınırlıdır.
2. Elde edilen veriler kişisel bilgi formu, aile stresini değerlendirme ölçeği, yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği ve duygu düzenleme güçlükleri ölçeği ile sınırlıdır.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM VE TEKNİKLER

3.1 Araştırmanın Modeli

Bu çalışma, ilişkisel tarama modeline uygun olarak düzenlenmiştir. İki veya daha çok değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma desenlerinin tümü “ilişkisel tarama modelleri” olarak tanımlanır.

3.2 Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Bu araştırmanın evrenini İstanbul ilindeki otizmlili çocuklar ile anne-babalarından oluşmaktadır. Örneklem grubu ise İstanbul iline bağlı Avcılar ilçesinde bulunan rehabilitasyon merkezindeki otizmlili çocukların ebeveynlerinden oluşmaktadır.

3.3. Veri Toplama Araçları

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formunda katılımcılara, yaş, cinsiyet gibi sosyo-demografik bilgiler içeren toplam 18 soru yöneltilmiştir.

3.3.2. Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği

Orijinal formu Friedrich, Greenberg ve Crnic (1983) tarafından geliştirilmiş elli iki maddeden oluşan bu ölçüm aracının Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmaları ilk olarak Küçükler (1999) tarafından yapılmış, daha sonra, ölçeğin psikometrik özellikleri, Kaner (2002) tarafından geniş bir yaş aralığında ve çeşitli yetersizlik gruplarında çocuğu olan 7*anne babalardan elde edilen verilerle yeniden sınıamıştır. Bu çalışmada Kaner’in uyarladığı ölçek kullanılmıştır ASDÖ’de İşlev Yetersizliği (16 madde), Karamsarlık (16 madde) ve Aile sorunları (7 madde) olmak üzere üç alt ölçek yer almaktadır. Ölçeğin iç tutarlılığını belirlemek için hesaplanan KR-20, Cronbach Alfa katsayıları ve Spearman Brown iki yarım güvenirlik katsayıları ölçeğin tamamı için sırasıyla 0,92, 0,91 ve 0,89 olarak elde edilmiştir. Bu değerler aynı sırayla İşlev Yetersizliği alt ölçeği için 0,87, 0,89 ve 0,89, Karamsarlık alt ölçeği için 0,86, 0,86 ve 0,86, Ana-baba ve Aile Sorunları alt ölçeği için 0,66, 0,55 ve 0,27’’dir (Kaner, 2001). Ölçek maddelerine doğru ya da yanlış yanıt seçeneklerinden biri seçilerek tepki verilmektedir. Yüksek puan, aile stresinin yüksek olduğunu ifade etmektedir.

3.3.3. Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

Katılım sağlayan anne ve babaların psikolojik dayanıklılık düzeyleri, kişisel verilere dayanan ‘Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği’ ile ölçülmüştür. Friborg ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilen ölçekte toplamda 37 madde ve 5’li likert bulunmaktadır. Ölçek ‘Aile Uyum’ ‘Sosyal Yeterlilik’, ‘Kişisel Güç’, ‘Sosyal Kaynaklar’ ve ‘Yapısal Stil’, boyutlarını kapsamaktadır. Sonrasında Friborg ve arkadaşları (2005) yaptıkları bu çalışmada ‘Kişisel Güç’ boyutunun ‘Gelecek Algısı’ ve ‘Kendilik Algısı’ olarak iki aşamada ele alınmasının psikolojik dayanıklılık psikolojik dayanıklılık modelini daha doğru bir biçimde ortaya koyduğunu gözlemlemişlerdir. Bu şekilde toplamda 33 maddeden oluşturulmuş ve altı alt boyut modeli ortaya konulmuştur. Ölçekte Sosyal Kaynaklar alt boyutları (6, 12, 18, 24, 27, 30, 33) ise 7 madde Aile Uyum (5, 11, 17, 23, 26, 32), Kendilik Algısı (1, 7, 13, 19, 28, 31) ve Yapısal Stil (3, 9, 15, 21) ve Gelecek Algısı alt boyutları (2, 8, 14, 20) 4’er madde ve Sosyal Yeterlilik alt boyutları (4, 10, 16, 22, 25, 29) 6’şar madde ile ölçülmektedir. Ölçeğin güvenirlik değer aralığı; Sosyal Kaynaklar için 0.84, Yapısal Stil için 0.76 , Gelecek Algısı için 0.75, Kendilik Algısı için 0.80, Sosyal Yeterlilik için 0.82, Aile Uyum için 0.86, şeklinde belirtilmiştir. İç tutarlığı sağlamak için Cronbach Alfa değerleri de her bir alt ölçek için 0.70, 0.66, 0.76, 0.78, 0.69, ve 0.69’ şeklindedir. Ayırt edici ve örtüşme geçerliliğinin sağlanabilmesi için Kişilik Ölçeği ile Sosyal Zeka Ölçeği ile beraber değerlendirilmektedir. Bulgular YPDÖ’nün ikna edici düzeyde geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğunu ortaya çıkarmıştır. Ölçeğin Türkçe güvenirlik ve geçerlilik çalışması Basım ve Çetin tarafından hem çalışan hem de öğrenci örneklemi kullanılarak elde edilmiştir. Ölçeğin orijinal şeklinde 33 madde ve 5’li Likert tipinde oluşturulan altı alt boyutlu faktör uygulaması ölçeğin Türkçe uyarlamasında da tekrar edilmiştir. Ölçeğin maddeleri genellikle 1-2-3-4-5 olarak puanlanmakta, yalnızca 1, 3, 4, 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 23, 24, 25, 27, 31, 33 ters maddeler olduğu için ve 5-4-3-2-1 olarak puanlanmaktadır. Bu ölçekten toplanan puanlar artış gösterdikçe psikolojik dayanıklılığında artış gösterdiği görülmektedir. Katılım saylayan bireylerin elde edebilecekleri en yüksek puan 165 olarak ortaya çıkmaktadır. Ölçeğin toplam Cronbach Alfa katsayısı hem çalışan hem de öğrenci örneklemi için 0.86 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin alt boyutlarının iç tutarlılık kat sayıları öğrenci örneğinde 0.66 ile 0.81 arasında, çalışan örneğinde 0.68 ile 0.79 arasındadır. Ölçeğin test-tekrar test güvenirliği öğrenci örnekleme ile

değerlendirilmiştir ve alt ölçeklerin Pearson korelasyon katsayıları; Kendilik Algısı için 0.72, Gelecek Algısı için 0.75, Yapısal Stil için 0.68, Sosyal Yeterlilik için 0.78, Aile Uyumu için 0.81 ve Sosyal Kaynaklar için 0.77 olarak bulunmuştur. Ölçeğin yapı geçerliliğini sağlamak için doğrulayıcı faktör analizi yapılmış, ölçüt bağımlı geçerliliği için ise Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ile Kontrol Odağı Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre ölçeğin Türkçe uyarlamasının da kabul edilebilir bir düzeyde geçerli ve güvenilir olduğu görülmektedir.

3.3.4. Duygu Düzenleme Güçlükleri Ölçeği

Duygu düzenlemedeki güçlükleri ölçmek için Gratz ve Roemer (2004) tarafından geliştirilmiş ve 36 madde içeren ölçektir. Duygusal tepkilerin anlaşılması (açıklık), duygusal tepkilere ilişkin farkındalığın olmaması (farkındalık), etkili olarak algılanan duygu düzenleme stratejilerine sınırlı erişim (stratejiler), duygusal tepkilerin kabul edilmemesi (kabul etmeme), olumsuz duygular deneyimlendiğinde dürtülerin kontrolünde zorluk yaşama (dürtü), olumsuz duygular deneyimlendiğinde amaç esaslı eylemlerde bulunmada zorluk yaşama (amaçlar) olacak şekilde 6 alt boyuta sahiptir. (Rugancı, 2008). 36 madde içeren ölçeğin her maddesi 5'li Likert tipi ölçek kullanılıp (1=hemen hemen hiç...5=hemen hemen her zaman) saptanmaktadır. Ölçeğin özgün formuna dair geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Gratz ve Roemer (2004) tarafından yürütülmüş, iç tutarlık katsayısı ise 93 olarak bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutlarının iç tutarlılık katsayılarının 88-89 arasında değişiklik gösterdiği ve test- tekrar test güvenilirliğinde 88 olduğu bilinmektedir. Ölçeğin , geçerlik ve güvenilirlik çalışması, Türkçeye uyarlanması Rugancı (2008) tarafından yapılmış ve Rugancı ve Gençöz (2010) tarafından gözden geçirilerek güncel şekline ulaşmıştır. Ölçeğin Türkçe formundaki iç tutarlılık katsayısı 94 olarak hesaplanmış ve alt boyutlarının iç tutarlılık kat sayılarının ise 90 - .75 arasında değişkenlik gösterdiği belirtilmiştir. Ölçeğin Türkçe formunun test- tekrar test güvenilirliği 83, iki yarım test güvenilirliği ise. 95 şeklinde ortaya çıkmaktadır(Pektaş, Esra, 2015).

3.4. Verilerin Analizi

Analizler yapılmadan önce, internet aracılığı ile toplanan veriler SPSS 25 programında girilmiş, sonra analizler yapılmıştır. Analizin birincil aşamalarından olan normal dağılım varsayımları kontrol edilmiştir. Bu süreç içerisinde ölçekler ve alt ölçeklerin basıklık ve çarpıklık değerleri kontrol edilmiştir. George ve Mallery (2010) çalışması referans alınarak, bu değerler $-2 +2$ referans aralığında olduğunda normal dağılım sağlanmaktadır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Tablo 1 . Katılımcıların demografik özellikleri

		n	%
Cinsiyet	Kadın	83	55.3
	Erkek	67	44.7
	Toplam	150	100.0
Medeni durum	Evli	150	100.0
Eğitim durumu	İlkokul mezunu	21	14.0
	Ortaokul mezunu	23	15.3
	Lise mezunu	39	26.0
	Üniversite mezunu	67	44.7
	Toplam	150	100.0
Çalışma durumu	Çalışıyorum	102	68.0
	Çalışmıyorum	48	32.0
	Toplam	150	100.0
Maddi kazancınız sizin için yeterli mi?	Evet	32	21.3
	Hayır	118	78.7
	Toplam	150	100.0
Kaç yıldır evlisiniz?	1-3 yıl	61	40.7
	3-5 yıl	20	13.3
	5 yıl ve üzeri	69	46.0
	Toplam	150	100.0
Aile içi şiddete maruz kaldınız mı?	Evet	19	12.7
	Hayır	131	87.3
	Toplam	150	100.0
Kaç tane çocuğunuz var?	1 tane	54	36.0
	2 tane	60	40.0
	3 ve üzeri	36	24.0
	Toplam	150	100.0
Çocuğunuzun konulmuş bir tanısı var mı?	Evet	150	100.0
Tam	Otizm	150	100.0
Eşinizin eğitim durumu	İlkokul mezunu	16	10.7
	Ortaokul mezunu	25	16.7
	Lise mezunu	59	39.3
	Üniversite mezunu	50	33.3
	Toplam	150	100.0

Katılımcıların, %55.3'ü kadın, %44.7'si erkek, %100'ü evli, %14'ü ilkokul mezunu, %15.3'ü ortaokul mezunu, %26'sı lise mezunu, %44.7'si üniversite mezunu, %68'i çalışıyor, %32'si çalışmıyor, %21.3'ünün maddi kazancı yeterli, %78.7'sinin maddi kazancı yetersiz, %40.7'si 1-3 yıl süresi evli, %13.3'ü 3-5 yıl süresi evli, %46'sı 5 yıl ve üzeri zamandır evli, %12.7'si aile içi şiddete maruz kalmış, %87.3'ü kalmamış, %36'sının 1 tane çocuğu, %40'ının 2 tane çocuğu, %24'ünün 3 ve üzeri sayıda çocuğu var, %100'ünün çocuğuna tanı konulmuş, %100'ünün çocuğu otizmlili, %10.7'sinin eşi ilkokul mezunu, %16.7'sinin eşi ortaokul mezunu, %39.3'ünün eşi lise mezunu, %33.3'ünün eşi üniversite mezunudur.

Tablo 2. Katılımcıların yaşlarına ilişkin tanımlayıcı istatistikler

	N	Min	Maks	\bar{X}	Ss.
Yaş	150	24	56	34	7

Katılımcıların yaş ortalaması ($\bar{X}=34$, $SS=7$), en küçük yaş 24 en büyük 56'dır.

Tablo 3. Duygu düzenleme gücünün aile stresini değerlendirme ölçeğini yordaması

	<i>B</i>	<i>SH</i>	β	<i>T</i>	<i>P</i>
(Sabit)	2.17	2.05		1.06	0.292
Amaçlar	0.64	0.12	0.38	5.55	0.000*
Farkındalık	0.70	0.13	0.37	5.41	0.000*

$R=.61$ $R^2=.36$

$F=43.46$ $p=0.000$

* $p<0.05$ Kullanılan test: Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi; Stepwise Yöntemi

Amaçlar, farkındalık değişkenlerinin aile stresini değerlendirme ölçeğini yordadığı görülmektedir ($R=61$, $R^2=.36$, $p<0.05$). Kurulan regresyon modelinde olan bağımsız değişkenlerinin aile stresini değerlendirme ölçeğindeki değişimin %36'sını açıkladığı tespit edilmiştir. Beta değerine göre sıralaması ise; amaçlar ($\beta=.38$), farkındalık ($\beta=.37$) şeklindedir. Amaçlar, farkındalık değişkenlerinin pozitif etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir. Aile stresini değerlendirme ölçeğini en çok açıklayan değişkenin amaçlar olduğu bulgulara göre tespit edilmiştir.

Tablo 4. Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin aile stresini değerlendirme ölçeğini yordaması

	<i>B</i>	<i>SH</i>	β	<i>T</i>	<i>P</i>
(Sabit)	32.82	1.62		20.23	0.000
Kendililik Algısı	-0.63	0.08	-0.55	-8.02	0.000
$R=.55$ $R^2=.30$					
$F=64.32$ $p=0.000^*$					

* $p<0.05$ Kullanılan test: Basit Doğrusal Regresyon Analizi; Stepwise Yöntemi

Kendililik algısı değişkeninin aile stresini değerlendirme ölçeğini yordadığı sonucu ortaya çıkmıştır ($R=.55$, $R^2=.30$, $p<0.05$). Kurulan regresyon modelinde olan bağımsız değişkeninin aile stresini değerlendirme ölçeğindeki değişimin %30'unu açıkladığı tespit edilmiştir. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde, kendililik algısının aile stresi değerlendirme ölçeğine negatif etkisi olduğu görülmektedir. ($\beta=-.55$, $p<0.05$).

Tablo 5. Aile stresini değerlendirme ölçeği duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin tanımlayıcı değerleri

	N	Min	Maks	\bar{X}	Ss.
Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği	150	1	38	20.62	8.27
İşlevsellik	150	0	16	8.52	3.73
Karamsarlık	150	0	15	8.95	3.65
Aile Sorunları	150	0	7	3.15	1.92
Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	150	35	145	87.31	25.15
Farkındalık	150	5	25	13.07	4.38
Açıklık	150	5	25	11.89	4.32
Kabul Etmeme	150	6	28	13.26	5.69
Stratejiler	150	8	40	20.77	7.30
Dürtü	150	6	29	13.87	5.26
Amaçlar	150	5	25	14.45	4.92
Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği	150	33	164	106.31	34.25
Kendililik Algısı	150	6	30	19.40	7.24
Gelecek Algısı	150	4	20	12.83	5.00
Yapısal Stil	150	4	20	12.74	4.54
Sosyal Yeterlilik	150	6	30	18.36	6.81
Aile Uyumu	150	6	30	19.09	6.67
Sosyal Kaynaklar	150	7	35	23.89	8.04

Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ortalaması ($\bar{X}=20.62$, $SS=8.27$), İşlevsellik alt boyut ortalaması ($\bar{X}=8.52$, $SS=3.73$), Karamsarlık alt boyut ortalaması ($\bar{X}=8.95$, $SS=3.65$), Aile Sorunları alt boyut ortalaması ($\bar{X}=3.15$, $SS=1.92$), Duygu

Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ortalaması ($\bar{X}=87.31$, $SS=25.15$), Farkındalık alt boyut ortalaması ($\bar{X}=13.07$, $SS=4.38$), Açıklık alt boyut ortalaması ($\bar{X}=11.89$, $SS=4.32$), Kabul Etmeme alt boyut ortalaması ($\bar{X}=13.26$, $SS=5.69$), Stratejiler alt boyut ortalaması ($\bar{X}=20.77$, $SS=7.30$), Dürtü alt boyut ortalaması ($\bar{X}=13.87$, $SS=5.26$), Amaçlar alt boyut ortalaması ($\bar{X}=14.45$, $SS=4.92$), Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği ortalaması ($\bar{X}=106.31$, $SS=34.25$), Kendililik Algısı alt boyut ortalama sınırı ($\bar{X}=19.40$, $SS=7.24$), Gelecek Algısının alt boyut ortalama sınırı ($\bar{X}=12.83$, $SS=5.00$), Yapısal Stilin alt boyut ortalama sınırı ($\bar{X}=12.74$, $SS=4.54$), Sosyal Yeterliliğin alt boyut ortalama sınırı ($\bar{X}=18.36$, $SS=6.81$), Aile Uyumunun alt boyut ortalama sınırı ($\bar{X}=19.09$, $SS=6.67$), Sosyal Kaynakların alt boyut ortalama sınırı ($\bar{X}=23.89$, $SS=8.04$) olduğu görülmektedir.

Tablo 6. Yaş, eğitim durumu, evlilik yılı, çocuk sayısı, eş eğitim durumu değişkenleri ile aile stresini değerlendirme ölçeği, duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği arasındaki ilişki

	Yaş	Eğitim Durumu	Evlilik Yılı	Çocuk Sayısı	Eş Durumu	Eğitim
Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği	.302**	-.223**	.260**	.313**	-.317**	
Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği	-.132	.310**	-.199*	-.171*	.221**	
Kendililik Algısı	-.186*	.364**	-.146	-.198*	.216**	
Gelecek Algısı	-.125	.287**	-.218**	-.146	.241**	
Yapısal Stil	.029	.213**	-.155	-.058	.157	
Sosyal Yeterlilik	-.145	.270**	-.196*	-.129	.280**	
Aile Uyum	-.064	.233**	-.223**	-.109	.139	
Sosyal Kaynaklar	-.156	.263**	-.172*	-.270**	.203*	

** $p<0.01$ * $p<0.05$ Kullanılan test: Pearson ve Spearman Korelasyon Testi

Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ve Yaş ($r=.302$, $p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ve Eğitim Durumu ($r=-.223$, $p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkili, Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ve

Evlilik Yılı ($r=.260, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkili, Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ve Çocuk Sayısı ($r=.313, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ve Eş Eğitim Durumu ($r=-.317, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkilidir.

İşlevsellik ve Yaş ($r=.311, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, İşlevsellik ve Evlilik Yılı ($r=.245, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkili, İşlevsellik ve Çocuk Sayısı ($r=.257, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkili, İşlevsellik ve Eş Eğitim Durumu ($r=-.247, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkilidir.

Aile Sorunları ve Yaş ($r=.245, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkili, Aile Sorunları ve Eğitim Durumu ($r=-.173, p<0.05$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkili, Aile Sorunları ve Evlilik Yılı ($r=.203, p<0.05$) ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkili, Aile Sorunları ve Çocuk Sayısı ($r=.212, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkili, Aile Sorunları ve Eş Eğitim Durumu ($r=-.219, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkilidir.

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve Yaş ($r=.223, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkili, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve Eğitim Durumu ($r=-.294, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkili, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve Eş Eğitim Durumu ($r=-.190, p<0.05$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkilidir.

Farkındalık ve Yaş ($r=.183, p<0.05$) ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkili, Farkındalık ve Eğitim Durumu ($r=-.271, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkili, Farkındalık ve Eş Eğitim Durumu ($r=-.284, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkilidir.

Açıklık ve Eğitim Durumu ($r=-.197, p<0.05$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkilidir.

Kendilik Algısı ve Yaş ($r=-.186, p<0.05$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkili, Kendilik Algısı ve Eğitim Durumu ($r=.364, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Kendilik Algısı ve Çocuk Sayısı ($r=-.198, p<0.05$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkili, Kendilik Algısı ve Eş Eğitim Durumu ($r=.216, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkilidir.

Gelecek Algısı ve Eğitim Durumu ($r=.287, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkili, Gelecek Algısı ve Evlilik Yılı ($r=-.218, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-

negatif ilişkili, Gelecek Algısı ve Eş Eğitim Durumu ($r=.241, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkilidir.

Yapısal Stil ve Eğitim Durumu ($r=.213, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkilidir.

Sosyal Yeterlilik ve Eğitim Durumu ($r=.270, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkili, Sosyal Yeterlilik ve Evlilik Yılı ($r=-.196, p<0.05$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkili, Sosyal Yeterlilik ve Eş Eğitim Durumu ($r=.280, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkilidir.

Aile Uyumu ve Eğitim Durumu ($r=.233, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkili, Aile Uyumu ve Evlilik Yılı ($r=-.223, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkilidir.

Sosyal Kaynaklar ve Eğitim Durumu ($r=.263, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkili, Sosyal Kaynaklar ve Evlilik Yılı ($r=-.172, p<0.05$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkili, Sosyal Kaynaklar ve Çocuk Sayısı ($r=-.270, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkili, Sosyal Kaynaklar ve Eş Eğitim Durumu ($r=.203, p<0.05$) ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkilidir.

Tablo 7. Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği arasındaki ilişki

	Yetişkinler Dayanıklılık Ölçeği	İçin Kendililik Algısı	Gelecek Algısı	Yapısal Stil	Sosyal Yeterlilik	Aile Uyumu	Sosyal Kaynaklar
Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	-.458**	-.426**	-.389**	-.306**	-.440**	-.452**	-.405**
Farkındalık	-.389**	-.410**	-.402**	-.272**	-.338**	-.293**	-.355**
Açıklık	-.372**	-.328**	-.311**	-.303**	-.354**	-.352**	-.332**
Kabul Etmeme	-.373**	-.364**	-.269**	-.196*	-.348**	-.408**	-.352**
Stratejiler	-.366**	-.322**	-.290**	-.229**	-.371**	-.394**	-.321**
Dürtü	-.307**	-.262**	-.239**	-.187*	-.325**	-.337**	-.263**
Amaçlar	-.366**	-.346**	-.361**	-.292**	-.340**	-.326**	-.298**

** $p < 0.01$ * $p < 0.05$ Kullanılan test: Pearson Korelasyon Testi

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği ($r = -.458$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve Kendililik Algısı ($r = -.426$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve Gelecek Algısı ($r = -.389$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve Yapısal Stil ($r = -.306$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve Sosyal Yeterlilik ($r = -.440$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve Aile Uyumu ($r = -.452$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve Sosyal Kaynaklar ($r = -.405$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkilidir.

Farkındalık ve Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği ($r = -.389$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Farkındalık ve Kendililik Algısı ($r = -.410$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzeyde-negatif ilişkili, Farkındalık ve Gelecek Algısı ($r = -.402$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzeyde-negatif ilişkili, Farkındalık ve Yapısal Stil ($r = -.272$, $p < 0.01$) ilişkisi zayıf düzeyde-negatif ilişkili, Farkındalık ve Sosyal Yeterlilik ($r = -.338$,

$p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Farkındalık ve Aile Uyumunu ($r = -.293$, $p < 0.01$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişki, Farkındalık ve Sosyal Kaynaklar ($r = -.355$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkilidir.

Açıklık ve Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği ($r = -.372$, $p < 0.01$) ilişkisi orta seviye-negatif ilişkili, Açıklık ve Kendililik Algısı ($r = -.328$, $p < 0.01$) ilişkisi orta seviye-negatif ilişkili, Açıklık ve Gelecek Algısı ($r = -.311$, $p < 0.01$) ilişkisi orta seviye-negatif ilişkili, Açıklık ve Yapısal Stil ($r = -.303$, $p < 0.01$) ilişkisi orta seviye-negatif ilişkili, Açıklık ve Sosyal Yeterlilik ($r = -.354$, $p < 0.01$) ilişkisi orta seviye-negatif ilişkili, Açıklık ve Aile Uyumunu ($r = -.352$, $p < 0.01$) arasında zayıf düzey-negatif ilişkili, Açıklık ve Sosyal Kaynaklar ($r = -.332$, $p < 0.01$) arasında orta düzey-negatif ilişkilidir.

Kabul Etmeme ve Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği ($r = -.373$, $p < 0.01$) ilişkisi orta seviye-negatif ilişkili, Kabul Etmeme ve Kendililik Algısı ($r = -.364$, $p < 0.01$) ilişkisi orta seviye-negatif ilişkili, Kabul Etmeme ve Gelecek Algısı ($r = -.269$, $p < 0.01$) ilişkisi zayıf seviye-negatif ilişkili, Kabul Etmeme ve Yapısal Stil ($r = -.196$, $p < 0.05$) ilişkisi zayıf seviye-negatif ilişkili, Kabul Etmeme ve Sosyal Yeterlilik ($r = -.348$, $p < 0.01$) ilişkisi orta seviye-negatif ilişkili, Kabul Etmeme ve Aile Uyumunu ($r = -.408$, $p < 0.01$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkili, Kabul Etmeme ve Sosyal Kaynaklar ($r = -.352$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkilidir.

Stratejiler ve Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği ($r = -.366$, $p < 0.01$) ilişkisi orta seviye-negatif ilişkili, Stratejiler ve Kendililik Algısı ($r = -.322$, $p < 0.01$) ilişkisi orta seviye-negatif ilişkili, Stratejiler ve Gelecek Algısı ($r = -.290$, $p < 0.01$) ilişkisi zayıf seviye-negatif ilişkili, Stratejiler ve Yapısal Stil ($r = -.229$, $p < 0.01$) ilişkisi zayıf seviye-negatif ilişkili, Stratejiler ve Sosyal Yeterlilik ($r = -.371$, $p < 0.01$) ilişkisi orta seviye-negatif ilişkili, Stratejiler ve Aile Uyumunu ($r = -.394$, $p < 0.01$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkili, Stratejiler ve Sosyal Kaynaklar ($r = -.321$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkilidir.

Dürtü ve Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği ($r = -.307$, $p < 0.01$) ilişkisi orta seviye-negatif ilişkili, Dürtü ve Kendililik Algısı ($r = -.262$, $p < 0.01$) ilişkisi zayıf seviye-negatif ilişkili, Dürtü ve Gelecek Algısı ($r = -.239$, $p < 0.01$) ilişkisi zayıf seviye-negatif ilişkili, Dürtü ve Yapısal Stil ($r = -.187$, $p < 0.05$) ilişkisi zayıf seviye-negatif ilişkili, Dürtü ve Sosyal Yeterlilik ($r = -.325$, $p < 0.01$) ilişkisi orta seviye-negatif ilişkili,

Dürtü ve Aile Uyumunu ($r=-.337, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkili, Dürtü ve Sosyal Kaynaklar ($r=-.263, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkilidir.

Amaçlar ve Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği ($r=-.366, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Amaçlar ve Kendilik Algısı ($r=-.346, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Amaçlar ve Gelecek Algısı ($r=-.361, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Amaçlar ve Yapısal Stil ($r=-.292, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkili, Amaçlar ve Sosyal Yeterlilik ($r=-.340, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Amaçlar ve Aile Uyumunu ($r=-.326, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Amaçlar ve Sosyal Kaynaklar ($r=-.298, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkilidir.

Tablo 8. Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve aile stresini değerlendirme ölçeği arasındaki ilişki

	Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği	İşlevsellik	Karamsarlık	Aile Sorunları
Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	.520**	.418**	.516**	.445**
Farkındalık	.490**	.390**	.507**	.389**
Açıklık	.364**	.304**	.318**	.373**
Kabul Etmeme	.363**	.306**	.364**	.278**
Stratejiler	.415**	.321**	.418**	.369**
Dürtü	.345**	.234**	.372**	.325**
Amaçlar	.496**	.441**	.470**	.387**

** $p<0.01$ * $p<0.05$ Kullanılan test: Pearson Korelasyon Testi

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ($r=.520, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve İşlevsellik ($r=.418, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve Karamsarlık ($r=.516, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve Aile Sorunları ($r=.445, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkilidir.

Farkındalık ve Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ($r=.490, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Farkındalık ve İşlevsellik ($r=.390, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Farkındalık ve Karamsarlık ($r=.507, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Farkındalık ve Aile Sorunları ($r=.389, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkilidir.

Açıklık ve Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ($r=.364, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Açıklık ve İşlevsellik ($r=.304, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Açıklık ve Karamsarlık ($r=.318, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Açıklık ve Aile Sorunları ($r=.373, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkilidir.

Kabul Etmeme ve Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ($r=.363, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Kabul Etmeme ve İşlevsellik ($r=.306, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Kabul Etmeme ve Karamsarlık ($r=.364, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Kabul Etmeme ve Aile Sorunları ($r=.278, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkilidir.

Stratejiler ve Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ($r=.415, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Stratejiler ve İşlevsellik ($r=.321, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Stratejiler ve Karamsarlık ($r=.418, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Stratejiler ve Aile Sorunları ($r=.369, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkilidir.

Dürtü ve Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ($r=.345, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Dürtü ve İşlevsellik ($r=.234, p<0.01$) ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkili, Dürtü ve Karamsarlık ($r=.372, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Dürtü ve Aile Sorunları ($r=.325, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkilidir.

Amaçlar ve Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ($r=.496, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Amaçlar ve İşlevsellik ($r=.441, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Amaçlar ve Karamsarlık ($r=.470, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, Amaçlar ve Aile Sorunları ($r=.387, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkilidir.

Tablo 9. Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği ve aile stresini değerlendirme ölçeği arasındaki ilişki

	Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği	İşlevsellik	Karamsarlık	Aile Sorunları
Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği	-.535**	-.417**	-.529**	-.488**
Kendililik Algısı	-.550**	-.429**	-.551**	-.490**
Gelecek Algısı	-.508**	-.400**	-.493**	-.474**
Yapısal Stil	-.346**	-.243**	-.347**	-.356**
Sosyal Yeterlilik	-.505**	-.398**	-.506**	-.443**
Aile Uyumu	-.413**	-.327**	-.403**	-.380**
Sosyal Kaynaklar	-.501**	-.396**	-.492**	-.450**

** $p < 0.01$ * $p < 0.05$ Kullanılan test: Pearson Korelasyon Testi

Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği ve Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ($r = -.535$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği ve İşlevsellik ($r = -.417$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği ve Karamsarlık ($r = -.529$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği ve Aile Sorunları ($r = -.488$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkilidir.

Kendililik Algısı ve Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ($r = -.550$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Kendililik Algısı ve İşlevsellik ($r = -.429$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Kendililik Algısı ve Karamsarlık ($r = -.551$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Kendililik Algısı ve Aile Sorunları ($r = -.490$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkilidir.

Gelecek Algısı ve Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ($r = -.508$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Gelecek Algısı ve İşlevsellik ($r = -.400$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Gelecek Algısı ve Karamsarlık ($r = -.493$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Gelecek Algısı ve Aile Sorunları ($r = -.474$, $p < 0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkilidir.

Yapısal Stil ve Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ($r=-.346, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Yapısal Stil ve İşlevsellik ($r=-.243, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Yapısal Stil ve Karamsarlık ($r=-.347, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Yapısal Stil ve Aile Sorunları ($r=-.356, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişki vardır.

Sosyal Yeterlilik ve Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ($r=-.505, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Aile Uyumu ve İşlevsellik ($r=-.398, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Aile Uyumu ve Karamsarlık ($r=-.506, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Aile Uyumu ve Aile Sorunları ($r=-.443, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkilidir.

Aile Uyumu ve Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ($r=-.413, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Aile Uyumu ve İşlevsellik ($r=-.327, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Aile Uyumu ve Karamsarlık ($r=-.403, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Aile Uyumu ve Aile Sorunları ($r=-.380, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkilidir.

Sosyal Kaynaklar ve Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ($r=-.501, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Sosyal Kaynaklar ve İşlevsellik ($r=-.396, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Sosyal Kaynaklar ve Karamsarlık ($r=-.492, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, Sosyal Kaynaklar ile Aile Sorunları ($r=-.450, p<0.01$) ilişkisi orta düzey-negatif ilişkilidir.

Tablo 10. Cinsiyete göre aile stresini değerlendirme ölçeği duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin karşılaştırılması

		n	\bar{X}	Ss.	T	Sd.	p
Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği	Kadın	83	20.08	7.96	-0.88	148	0.379
	Erkek	67	21.28	8.66			
Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	Kadın	83	88.81	25.69	0.81	148	0.420
	Erkek	67	85.46	24.53			
Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği	Kadın	83	110.75	33.91	1.78	148	0.077
	Erkek	67	100.81	34.11			

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği, İşlevsellik, Karamsarlık, Aile Sorunları, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Açıklık, Kabul Etmeme, Stratejiler, Dürtü, Amaçlar, Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği, Gelecek Algısı, Yapısal Stil, Sosyal Yeterlilik, Aile Uyumu, Sosyal Kaynaklar alt ölçeğinden elde ettiğimiz puanları cinsiyet durumuna bağlı olarak karşılaştırdığımızda ortalamalar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemektedir ($p > 0.05$).

Tablo 11. Çalışma durumuna göre aile stresini değerlendirme ölçeği duygu düzenleme güclüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin karşılaştırılması

			N	\bar{X}	Ss.	T	Sd.	p
Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği	Çalışıyorum	102	19.63	8.28	-2.17	148	0.032*	
	Çalışmıyorum	48	22.73	7.93				
Duygu Düzenleme Güclüğü Ölçeği	Çalışıyorum	102	83.97	22.96	-2.24	77.33	0.028*	
	Çalışmıyorum	48	94.42	28.23				
Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği	Çalışıyorum	102	110.41	33.62	2.17	148	0.032*	
	Çalışmıyorum	48	97.58	34.29				

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Tablo 12. Maddi durum memnuniyetine göre aile stresini değerlendirme ölçeği duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin karşılaştırılması

			N	\bar{X}	Ss.	T	Sd.	p
Aile	Stresini	Evet	32	16.63	7.72	-3.17	148	0.002*
		Hayır	118	21.70	8.11			
Duygu	Düzenleme	Evet	32	76.38	24.74	-2.84	148	0.005*
		Hayır	118	90.28	24.53			
Yetişkinler	İçin	Evet	32	124.50	26.94	3.51	148	0.001*
		Hayır	118	101.37	34.44			

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Tablo 13. Aile içi şiddete maruz kalmaya göre aile stresini değerlendirme ölçeği duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin karşılaştırılması

		N	\bar{X}	Ss.	T	Sd.	p
Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği	Evet	19	28.58	6.99	4.81	148	0.000*
	Hayır	131	19.47	7.81			
Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	Evet	19	101.37	23.58	2.66	148	0.009*
	Hayır	131	85.27	24.80			
Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği	Evet	19	89.68	38.61	-2.30	148	0.023*
	Hayır	131	108.72	33.04			

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Kabul Etmeme, Stratejiler, Dürtü, Gelecek Algısı, Yapısal Stil, Sosyal Yeterlilik alt ölçeğinden elde edilen puanları aile içi şiddete maruz kalma durumu ile karşılaştırıldığında ortalamaların aralarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. ($p > 0.05$).

Aile Stresini Değerlendirme Ölçeğinden ($t(148)=4.81, p < 0.05$), İşlevsellik alt ölçeğinden ($t(148)=4.80, p < 0.05$), Karamsarlık alt ölçeğinden ($t(148)=3.63, p < 0.05$), Aile Sorunları alt ölçeğinde ($t(148)=4.20, p < 0.05$), Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeğinde ($t(148)=2.66, p < 0.05$), Farkındalık alt ölçeğinden ($t(148)=2.37, p < 0.05$), Açıklık alt ölçeğinden ($t(148)=2.73, p < 0.05$), Amaçlar alt ölçeğinden ($t(148)=2.51, p < 0.05$) aldıkları puanlar durumu elde edilen puanları aile içi şiddete maruz kalma durumu ile karşılaştırıldığında ortalamalar arasında anlamlı bir farklılığın tespit edildiği görülmüştür. Sonuçlar değerlendirildiğinde, evet diyenlerin, hayır diyenlere oranla daha yüksek puanlar aldığı görülmektedir.

Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeğinden ($t(148)=-2.30, p < 0.05$), Kendilik Algısı alt ölçeğinden ($t(148)=-2.90, p < 0.05$), Aile Uyumu alt ölçeğinden ($t(148)=-2.53, p < 0.05$), Sosyal Kaynaklar alt ölçeğinden ($t(148)=-2.78, p < 0.05$)

aldıkları puanlar durumu elde edilen puanları aile içi şiddete maruz kalma durumu ile karşılaştırıldığında ortalamaların arasında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde, hayır diyenlerin, evet diyenlere oranla daha yüksek puanlar aldıkları görülmektedir.



Tablo 14. Eğitim durumuna göre aile stresini değerlendirme ölçeği duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin karşılaştırılması

			n	\bar{X}	Ss.	Var. K.	K.T	Sd.	K.O	F	p
Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği	İlkokul mezunu	21	21.43	9.69	G.Arası	683.57	3	227.86	3.50	0.017*	
	Ortaokul mezunu	23	23.65	7.90	G.İçi	9509.77	146	65.14			
	Lise mezunu	39	22.31	8.71	Toplam	10193.34	149				
	Üniversite mezunu	67	18.34	7.16							
	Toplam	150	20.62	8.27							
Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	İlkokul mezunu	21	97.67	28.62	G.Arası	8592.85	3	2864.28	4.88	0.003*	
	Ortaokul mezunu	23	99.04	29.42	G.İçi	85643.42	146	586.60			
	Lise mezunu	39	86.62	24.18	Toplam	94236.27	149				
	Üniversite mezunu	67	80.45	20.60							
	Toplam	150	87.31	25.15							
Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği	İlkokul mezunu	21	85.67	34.32	G.Arası	19202.81	3	6400.94	6.01	0.001*	
	Ortaokul mezunu	23	101.13	39.41	G.İçi	155563.08	146	1065.50			
	Lise mezunu	39	101.05	33.00	Toplam	174765.89	149				
	Üniversite mezunu	67	117.61	29.25							
	Toplam	150	101.61	34.00							

** $p < 0.05$ Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)*

İşlevsellik, Açıklık, Dürtü alt ölçeğinden elde edilen puanlar eğitim durumu ile karşılaştırıldığında ortalamalar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir ($p > 0.05$).

Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ($F(3.146)=3.50, p < 0.05$) elde edilen puanlar eğitim durumu ile karşılaştırıldığında ortalamalar arasında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlar grup varyanslarının homojen dağılım gösterdiği Levene's testi kullanılarak saptanmıştır ($p > 0.05$). Tukey sonuçlarına bakıldığında, ortaokul mezunu olan grubun üniversite mezunu olan gruptan daha yüksek bir ortalamaya sahip olduğu belirtilmiştir.

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ($F(3.146)=4.88, p < 0.05$) elde edilen puanlar eğitim durumuna göre ortalamalar arasında anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar grup varyanslarının homojen dağılım gösterdiği Levene's testi kullanılarak saptanmıştır ($p < 0.05$). Games-Howell bulguları incelendiğinde, ilkokul mezunu grubun üniversite mezunu gruptan daha yüksek, ortaokul mezunu olan grubun üniversite mezunu gruptan daha yüksek bir ortalamaya sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği ($F(3.146)=6.01, p < 0.05$) elde edilen puanlar eğitim durumu ile karşılaştırıldığında ortalamalar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar grup varyanslarının homojen dağılım gösterdiği Levene's testi kullanılarak saptanmıştır ($p > 0.05$). Tukey sonuçlarına bakıldığında, üniversite mezunu olan grubun ilkokul mezunu olan gruptan daha yüksek bir ortalamaya sahip olduğu bulunmuştur.

Tablo 15. Eş eğitim durumuna göre aile stresini değerlendirme ölçeği duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin karşılaştırılması

		n	\bar{X}	Ss.	Var. K.	K.T	Sd.	K.O	F	p
Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği	İlkokul mezunu	16	25.00	5.94	G.Arası	1141.04	3	380.35	6.13	0.001*
	Ortaokul mezunu	25	22.24	7.77	G.İçi	9052.30	146	62.00		
	Lise mezunu	59	21.86	8.90	Toplam	10193.34	149			
	Üniversite mezunu	50	16.94	7.11						
	Toplam	150	20.62	8.27						
Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	İlkokul mezunu	16	89.94	18.43	G.Arası	4752.27	3	1584.09	2.58	0.056
	Ortaokul mezunu	25	94.00	22.55	G.İçi	89484.00	146	612.90		
	Lise mezunu	59	90.32	25.33	Toplam	94236.27	149			
	Üniversite mezunu	50	79.58	26.71						
	Toplam	150	87.31	25.15						
Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği	İlkokul mezunu	16	89.75	35.29	G.Arası	10446.77	3	3482.26	3.09	0.029*
	Ortaokul mezunu	25	100.52	33.98	G.İçi	164319.12	146	1125.47		
	Lise mezunu	59	104.71	34.82	Toplam	174765.89	149			
	Üniversite mezunu	50	116.38	31.17						
	Toplam	150	106.31	34.25						

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Açıklık, Kabul Etmeme, Stratejiler, Dürtü, Amaçlar, Yapısal Stil, Aile Uyumu, Sosyal Kaynaklar alt ölçeğinden elde edilen puanlar eş eğitim durumuna ile karşılaştırıldığında ortalamalar arasında anlamlı farklılık olduğu görülmemektedir ($p > 0.05$).

Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ($F(3.146)=6.13$, $p < 0.05$) elde edilen puanlar eş eğitim durumu ile karşılaştırıldığında ortalamalar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu sonuçlar grup varyanslarının homojen dağılım gösterdiği Levene's testi kullanılarak saptanmıştır ($p > 0.05$). Tukey sonuçlarına bakıldığında

ilkokul mezunu grup ortaokul, lise, üniversite mezunu gruptan daha yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir.

Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği ($F(3.146)=3.09, p<0.05$) elde edilen puanlar eş eğitim durumu ile karşılaştırıldığında ortalamalar arasında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır. Bu sonuçlar grup varyanslarının homojen dağılım gösterdiği Levene's testi kullanılarak saptanmıştır ($p>0.05$). Tukey sonuçlarına bakıldığında, üniversite olan mezunu grubun ilkökul mezunu olan gruptan daha yüksek bir ortalamaya sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 16. Evlilik yılına göre aile stresini değerlendirme ölçeği duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin karşılaştırılması

			n	\bar{X}	Ss.	Var. K.	K.T	Sd.	K.O	F	p
Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği	1-3 yıl	61	17.87	8.64	G.Arası	853.19	2	426.59	6.71	0.002*	
	3-5 yıl	20	20.80	9.22	G.İçi	9340.15	147	63.54			
	5 yıl ve üzeri	69	23.00	6.91	Toplam	10193.34	149				
	Toplam	150	20.62	8.27							
Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	1-3 yıl	61	85.28	25.38	G.Arası	454.48	2	227.24	0.36	0.701	
	3-5 yıl	20	87.65	26.16	G.İçi	93781.80	147	637.97			
	5 yıl ve üzeri	69	89.01	24.89	Toplam	94236.27	149				
	Toplam	150	87.31	25.15							
Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği	1-3 yıl	61	113.48	34.65	G.Arası	6756.57	2	3378.29	2.96	0.055	
	3-5 yıl	20	108.95	38.40	G.İçi	168009.32	147	1142.92			
	5 yıl ve üzeri	69	99.20	31.61	Toplam	174765.89	149				
	Toplam	150	106.31	34.25							

* $p<0.05$ Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Farkındalık, Açıklık, Kabul Etmeme, Stratejiler, Dürtü, Amaçlar, Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği, Kendilik Algısı,

Yapısal Stil, Sosyal Yeterlilik, Sosyal Kaynaklar alt ölçeğinden elde edilen puanlar evlilik yılı ile karşılaştırıldığında ortalamalar arasında anlamlı bir farklılık ortaya çıkmamıştır($p>0.05$).

Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ($F(2.147)=6.71, p<0.05$) elde edilen puanlar evlilik yılı ile karşılaştırıldığında ortalamalar arasında anlamlı bir farklılık ortaya çıkmıştır. Bu sonuçlar grup varyanslarının homojen dağılım gösterdiği Levene's testi kullanılarak saptanmıştır ($p>0.05$). Tukey sonuçlarına bakıldığında 5 yıl ve üzeri evli olan grubun 1-3 yıl arası evli olan gruptan daha yüksek bir ortalamaya sahip olduğu görülmektedir.



Tablo 17. Çocuk sayısına göre aile stresini değerlendirme ölçeği duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin karşılaştırılması

			n	\bar{X}	Ss.	Var. K.	K.T	Sd.	K.O	F	p
Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği	1 tane	54	17.20	7.25	G.Arası	1050.63	2	525.31	8.45	0.000*	
	2 tane	60	21.90	7.47	G.İçi	9142.71	147	62.20			
	3 ve üzeri	36	23.61	9.35	Toplam	10193.34	149				
	Toplam	150	20.62	8.27							
Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	1 tane	54	81.83	22.17	G.Arası	2533.95	2	1266.98	2.03	0.135	
	2 tane	60	90.37	24.40	G.İçi	91702.32	147	623.83			
	3 ve üzeri	36	90.44	29.53	Toplam	94236.27	149				
	Toplam	150	87.31	25.15							
Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği	1 tane	54	116.59	34.16	G.Arası	9537.90	2	4768.95	4.24	0.016*	
	2 tane	60	98.57	32.32	G.İçi	165227.99	147	1124.00			
	3 ve üzeri	36	103.78	34.54	Toplam	174765.89	149				
	Toplam	150	106.31	34.25							

* $p < 0.05$ Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Açıklık, Kabul Etmeme, Stratejiler, Dürtü, Amaçlar, Gelecek Algısı, Yapısal Stil, Aile Uyumunu, alt ölçeğinden elde edilen puanlar çocuk sayısı ile karşılaştırıldığında ortalamalar arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($p > 0.05$).

Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ($F(2,147)=8.45$, $p < 0.05$) elde edilen puanlar çocuk sayısı ile karşılaştırıldığında ortalamalar arasında anlamlı farklılıklar olduğu ortaya çıkmıştır. Bu sonuçlar grup varyanslarının homojen dağılım gösterdiği Levene's testi kullanılarak saptanmıştır ($p > 0.05$). Tukey sonuçlarına bakıldığında , 3 ve üzeri çocuğu olan grubun 1 çocuğu olan gruptan daha yüksek, 2 çocuğu olan grubun

1 çocuğu olan gruba göre daha yüksek bir ortalamaya sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği ($F(2.147)=4.24, p<0.05$) elde edilen puanlar ocuk sayısı ile karşılaştırıldığında ortalamalar arasında anlamlı bir farklılık ortaya çıkmıştır. Bu sonuçlar grup varyanslarının homojen dağılım gösterdiği Levene's testi kullanılarak saptanmıştır. ($p>0.05$). Tukey sonuçlarına bakıldığında 1 çocuğu olan grubun 2 çocuğu olan gruptan daha yüksek bir ortalamaya sahip sonucuna ulaşılmıştır.



TARTIŞMA VE YORUM

Analizler yapılmadan önce, internet aracılığı ile toplanan veriler SPSS 25 programında girilmiş, sonra analizler yapılmıştır. Analizin birincil aşamalarından olan normal dağılım varsayımları kontrol edilmiştir. Bu süreç içerisinde ölçekler ve alt ölçeklerin basıklık ve çarpıklık değerleri kontrol edilmiştir. George ve Mallery (2010) çalışması referans alınarak, bu değerler -2 +2 referans aralığında olduğunda normal dağılım sağlanmaktadır.

Pearson Korelasyon analizi kullanılarak Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği ve Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeklerinin aralarındaki ilişkiye, Bağımsız Örneklem T-Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile, Aile Stresini Değerlendirme Ölçeği, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin demografik değişkenler ile anlamlı farklılıklar gösterip, göstermediğine ve Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi kullanılıp yordayıcılığa bakılmıştır. Referans alınması gereken p değeri 0.05 olup güven aralık değeri ise %95 olarak belirlenmiştir.

Aile stresini değerlendirme ölçeği, duygu düzenleme güçlüğü ölçeği yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin tanımlayıcı değerleri ; aile stresini değerlendirme ölçeği ortalaması işlevsellik alt boyut ortalaması, karamsarlık alt boyut ortalaması, aile sorunları alt boyut ortalaması, duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ortalaması, farkındalık alt boyut ortalaması açıklık alt boyut ortalaması kabul etmeme alt boyut ortalaması, stratejiler alt boyut ortalaması dürtü alt boyut ortalaması amaçlar alt boyut ortalaması yetişkinler için dayanıklılık ölçeği ortalaması kendilik algısı alt boyut ortalaması gelecek algısı alt boyut ortalaması yapısal stil alt boyut ortalaması sosyal yeterlilik alt boyut ortalaması aile uyumu alt boyut ortalaması, sosyal kaynaklar alt boyut ortalaması olduğu görülmektedir.

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ile Yaş ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkili, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve Eğitim Durumu ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkili, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve Eş Eğitim Durumu ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkilidir. Ebeveynlerin yaş aralığı arttıkça duygu düzenleme konusunda kendilerine söz geçirebildiklerine dair çalışmalar mevcut olduğu gibi

(Neff, 2003; Neff ve Faso, 2014; Nazik ve Arslan, 2011) yaş değişkeni ile duygu düzenleme ile ilişkili anlamlı bir ilişki olmadığını gösteren bir çalışma da bulunmaktadır (Kamu, 2013).

Farkındalık ile Yaş arasında orta düzey ve pozitif ilişki, Farkındalık ile Eğitim Durumu arasında orta düzey ve pozitif ilişki, Farkındalık ile Eş Eğitim Durumu arasında zayıf düzey ve negatif ilişki vardır. Neff ve Faso (2014) da çalışmalarında bu bulguya yakın sonuçlar elde etmiştir. Ailelerin farkındalık düzeylerinin yaş ve eğitim durumlarına bakılarak daha da güçlü bir konumdadır. Ve bu durumda yaşamış oldukları stresli süreçten daha da başa çıkabilecek durumdadırlar. (Leary ve ark., 2007, Başak, 2012; Wong ve ark., 2016). Farkındalığın var olmasındaki önemli etkenlerden bir tanesi de hayatın getirdiği hüznü, depresif süreçlerin evrensel olabileceğini, sadece kendi başına gelmediğini, en önemlisi bu hayatta yalnız olmadığını farkındadır. Bu yaklaşımda olan insanlar yaşadıkları stresi veyahut başarısız durumu sürekli kendini eleştirerek değil de etrafına bakıp diğer insanların da bu başarısızlığı yaşayabildiklerini, temelde tüm insanların ortak özelliklerinden bir tanesi olduğunu bilincindedir (Kirkpatrick, 2005).

Yetişkinler için dayanıklılık ölçeği ile eğitim durumu ilişkisi, orta düzey-pozitif ilişkili, yetişkinler için dayanıklılık ölçeği ve evlilik yılı ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkili, yetişkinler için dayanıklılık ölçeği ile çocuk sayısı ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkili, yetişkinler için dayanıklılık ölçeği ile eş eğitim durumu ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkilidir. Yunanistan'da çalışılan bir araştırmada ebeveynlerin eğitim düzeyi arttıkça dayanıklılık düzeylerinin de arttığını gösterdiğini belirtmiştir (Kavaliotis, 2017). Greeff ve Walt; çocuğu otizm tanısı almış 34 ailenin ebeveynleri ile yaptığı görüşmede dayanıklılık faktörlerinden birinin yüksek eğitim ve sosyoekonomik düzey olduğunu belirtmiştir (Greeff , Walt, 2010).

Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ile aile stresini değerlendirme ölçeği arasında orta düzey ve pozitif ilişki, duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ile işlevsellik ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ile karamsarlık ilişkisi orta düzey-pozitif ilişki, duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ile aile sorunları ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkilidir. Duygularını düzenleyebilen anne babaların stresli oldukları dönemlerde yine kontrol altına alabilirler. Duygu düzenlemenin stres üzerindeki etkilerine bakıldığında araştırmanın her bir ebeveynin durumla başa çıkmasını daha da anlaşılır kılabilmek için etrafındaki pekiştiricilerden ne denli ve ne biçimde

faydalanıldığını öğrenmeye gayret edilmesi bu açıdan değer kazanmıştır. Duygu düzenlemesini yapabilen ve Sosyal destek alan ebeveynleri daha az stresli, daha iyimser olduklarını ve çocuklarına daha duyarlı davranabildikleri bildirmektedirler (Ekas, Lickenbrock , Whitman, 2010).

Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin aile stresini değerlendirme ölçeğini yordaması kendilik algısı değişkeninin aile stresini değerlendirme ölçeğini yordadığı tespit edilmiştir. Yetişkinler için dayanıklılık ölçeğinden, gelecek algısı alt ölçeğinden sosyal kaynaklar alt ölçeğinden aldıkları puanların durumunu elde ettiğimiz puanların çalışma durumuna göre kıyasladığımızda ortalamalar arasında anlamlı farklılıklar olduğu ortaya çıkmıştır. Sonuçlar değerlendirdiğinde çalışanların, çalışmayanlara göre daha yüksek düzeyde puan aldıkları gözlemlenmektedir.

Aile Stresini değerlendirme ölçeğinden işlevsellik alt ölçeğinden karamsarlık alt ölçeğinden, aile sorunları alt ölçeğinden duygu düzenleme güçlüğü ölçeğinden farkındalık alt ölçeğinden, açıklık alt ölçeğinden, kabul etmeme alt ölçeğinden aldıkları puanlar durumu elde edilen puanları maddi durum memnuniyetine göre kıyaslandığında ortalamalar arasında anlamlı farklılıklar olduğu ortaya çıkmıştır. Sonuçlar değerlendirildiğinde, hayır seçeneğini işaretleyenlerin, evet seçeneğini işaretleyenlere göre daha yüksek puan aldıkları görülmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Aile sorunları ile yaş arasında zayıf düzey ve pozitif ilişki, aile sorunları ile eğitim durumu arasında zayıf düzey ve negatif ilişki, aile sorunları ile evlilik yılı arasında zayıf düzey ve pozitif ilişki, aile sorunları ile çocuk sayısı ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkili, aile sorunları ile eş eğitim durumu ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkilidir. Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve yaş ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkili, duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve eğitim durumu ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkili, duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ve eş eğitim durumu ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkilidir. Farkındalık ve yaş ilişkisi zayıf düzey-pozitif ilişkili, farkındalık ve eğitim durumu ilişkisi zayıf düzey-negatif ilişkili, farkındalık ve eş eğitim durumu ilişkisi zayıf düzey ve negatif ilişkilidir.

Duygu düzenleme güçlüğü ölçeği aile stresini değerlendirme ölçeği ilişkisi, orta düzey-pozitif ilişkili, duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ile işlevsellik orta düzey-pozitif ilişkili, duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ile karamsarlık ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkili, duygu düzenleme güçlüğü ölçeği ile aile sorunları ilişkisi orta düzey-pozitif ilişkilidir. Yetişkinler için dayanıklılık ölçeği ve aile stresini değerlendirme ölçeği ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, yetişkinler için dayanıklılık ölçeği ve işlevsellik ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, yetişkinler için dayanıklılık ölçeği ve karamsarlık ilişkisi orta düzey-negatif ilişkili, yetişkinler için dayanıklılık ölçeği ve aile sorunları ilişkisi orta düzey-negatif ilişkilidir.

Aile uyumu ile aile stresini değerlendirme ölçeği arasında orta düzey ve negatif ilişki, aile uyumu ve işlevsellik arasında orta düzey ve negatif ilişki, aile uyumu ile karamsarlık arasında orta düzey ve negatif ilişki, aile uyumu ile aile sorunları arasında orta düzey ve negatif ilişki vardır. Aile stresini değerlendirme ölçeğinden karamsarlık alt ölçeğinden aile sorunları alt ölçeğinden, duygu düzenleme güçlüğü ölçeğinden kabul etmeme alt ölçeğinden stratejiler alt ölçeğinden dürtü alt ölçeğinden aldıkları puanlar durumu elde edilen puanları çalışma durumu ile karşılaştırıldığında ortalamalar arasında anlamlı bir farklılık ortaya çıktığı görülmüştür. Sonuçlar değerlendirildiğinde, çalışmayanların, çalışanlara göre daha yüksek puanlar aldıkları gözlenmektedir.

Otizmlili çocuğu olan ebeveynlerin aile stresi psikolojik dayanıklılık ve duygu düzenleme güçlükleri üzerine bu alanın uzmanları psikolog, psikiyatrist ve özel eğitim öğretmenlerinin el birliğiyle destek olmalıdır. Yer yer aile stresinin bireyleri depresyon

ve karamsarlık gibi durumlara da sürüklendiğini, duygu düzenleme süreçlerinde bazı noktalarda tıkanıp kontrolü sağlayamadıklarını buna benzer psikolojik dayanıklılık süreçlerini de ele alarak rutin kontrollerin yapılması sonucu bunların erken önlenabilir olasılığını arttırmaktadır. Araştırmanın sonucundan da yola çıkabileceğimiz gibi özellikle duygusal dayanıklılık konusunda ebeveynin güçlü olması gerekir. Çünkü çoğu alanın üstesinden gelebilmesi ile doğrudan alakalı olduğu düşünülmektedir. Ayrıca çalışmanın kısıtlılığı İstanbul ili Avcılar ilçesi ile sınırlı olduğundan farklı ilçeler ve illere göre de değerlendirilmesi yapılabilir.



KAYNAKÇA

- Abbeduto, L., Seltzer, M. M., Shattuck, P., Krauss, M. W., Orsmond, G. ve Murphy, M. M. (2004). Psychological Well-Being and Coping in Mothers of Youths with Autism, Down Syndrome, or Fragile X Syndrome, *American Journal of Mental Retardation* 109 (3), 237–54.
- Ahmet Güneş, *Otizm ve Otistik Çocukların Eğitimi*, İlya Yayıncılık, İzmir, 2005, s.13.
- Aldao, A. ve Nolen-Hoeksema, S. (2012). Specificity of cognitive emotion regulation strategies: A transdiagnostic examination. *Behaviour Research and Therapy*, 48, 974-983.
- Alvord, M. ve Grados, J. (2005). Enhancing resilience in children: a proactive approach. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36, 238–245.
- American Psikiyatri Birliği. *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı*, Beşinci Baskı (DSM-5), Tanı Ölçütleri Başvuru elkitabı'ndan (çeviri ed. E Köroğlu) Ankara, Hekimler Yayın Birliği, 2013.
- Avinash De Sousa, Mothers of Children With Develop Mental Disabilities An Analysis of Psychopathology, *Journal of Pakistan Psychiatric Society*, 7.2, 2010, s.84-90.
- Aydın, A. (2003). *Otizimde İlk Adım*, Epsilon Yayıncılık, s.87-88
- Baird, Gillian, et al., Prevalence Of Disorders of The Autism Spectrum İn A Population Cohort Of Children İn South Thames, the Special Needs and Autism Project (SNAP), *The lancet*, 368, 9531, 2006, s.210-215.
- Baltaş, A. ve Baltaş, Z. (1997). *Stres ve Başa Çıkma Yolları*.İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Basım, H. N. ve Çetin, F. (2010). Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin Güvenilirlik ve Geçerlilik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22.
- Başak, B.E. (2012). Düşük Gelirli Ailelerden Gelen Üniversite Öğrencilerinin , Sosyal Bağlılık ve İyimserlik İle Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki İlişkiler. Doktora Tezi. Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Bayat, M. (2007). Evidence of resilience in families of children with autism. *Journal of Intellectual Disability Research*, 51 (9), 702-714
- Bayat, M. ve Schuntermann, P. (2013). Enhancing resilience in families of children with autism spectrum disorder. In D. S. Becvar (ed.), *Handbook of Family Resilience*. New York:Springer Science+Business Media.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International Universities Press. Carver, C. S., Scheier, M. F. ve Weintraub, J. K. (1989).

- Bekhet, A. K., Jhonson, N. L. ve Zauszniewski, J. A. (2012b). Effects of resilience of caregivers of persons with autism spectrum disorder: The role of positive cognitions. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*, 18(6), 337–344.
- Benzies, K., ve Mychasiuk, R. (2009). Fostering family resiliency: A review of the key protective factors. *Child & Family Social Work*, 14(1), 103-114.
- Bowlby, J. Attachment. Attachment and loss: Vol. 1. Loss. New York: Basic Books, 1969.
- Buckner, J., Mezzacappa, E. ve Beardslee, W. R. (2009). Self-regulation and its relation to adaptive functioning in low income youths. *The American Journal of Orthopsychiatry*, 79, 19–30.
- Calkins, S. D. (1994). Origins and outcomes of individual differences in emotion regulation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2/3), 53-72.
- Calkins, S. D. ve Fox, N. A. (2002). Self-regulatory processes in early personality development: A multilevel approach to the study of childhood social withdrawal and aggression. *Development and Psychopathology*, 14(3), 477- 498
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1989, 56(2), 267–283.
- Catherine Lord, and James P. McGee, *Educating Children With Autism: Committee On Educational Interventions For Children With Autism*, Division of behavioral and social sciences and education, 2001, s. 211-231.
- Chang, E. C., Downey, C. A. ve Salata, J. L. (2004). Social problem-solving and positive psychological functioning: looking at the positive side of problem-solving. In E. C. Chang, T. J. D’Zurilla, ve L. J. Sanna (Eds.), *Social problem-solving: Theory, research, and training* (pp. 99e116). Washington, DC: American Psychological Association Press.
- Cole, P.M., Michel, M.K., Teti, L.O. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. *Monographs of the Society for Research In Child Development*, 59(2-3), 73-100.
- Coleman, M., *The Neurology of Autism*, Oxford University Press, Colombo, 2005, s.78-83
- Crnic, K. A., Friedrich, W. N. ve Greenberg, M. T. (1983). Adaptation of families with mentally retarded children: a model of stress, coping, and family ecology. *American Journal of Mental Deficiency*, 88, 125–38.
- Dan-Glauser, E., Gross, J.J. (2013). Emotion regulation and emotion coherence: Evidence for strategy-specific effects. *American Psychological Association*, 13(5), 832-842.
- Einstein, A., B. Podolsky, and N. Rosen, 1935, “Can quantum-mechanical description of physical reality be considered complete?”, *Phys. Rev.* 47, 777-780.
- Eisenber, N. ve Spinrad, T. L. (2004). Emotion-related regulation: Sharpening the definition. *Child Development*, 75: 2, 334 – 339.

- Ekas N V., Lickenbrock DM, Whitman TL. Optimism, social support, and well-being in mothers of children with autism spectrum disorder. *J Autism Dev Disord.* 2010;40(10):1274– 84.
- Estes, A., Munson, D., Dawson, G., Koehler, E., Zhou, X. ve Abbot, R. (2009). Parenting stress and psychological functioning among mothers of preschool children with autism and developmental delay. *Autism*, 13(4), 375–387.
- Fox, N. A. ve Calkins, S. D. (2003). The development of self-control of emotion: Intrinsic and extrinsic influences. *Motivation and emotion*, 27(1), 7-26.
- Fred R.Volkmar, and Catherine Lord, *Diagnosis And Definition of Autism And Other Pervasive Developmental Disorders*, Autism and pervasive developmental disorders, 1998, s.1-31.
- Fred R.Volkmar, et al., *Autism and Pervasive Developmental Disorders*, *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45.1, 2004, s.135-170.
- Freedman, B. H., Kalb, L. G., Zablotzky, B. ve Stuart, E. A. (2012). Relationship status among parents of children with autism spectrum disorders: A population-based study. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 42, 539-548.
- Friborg, O., Barlaug, D., Martinussen, M., Rosenvinge, J. H. ve Hjemdal, O. (2005). Resilience in relation to personality and intelligence. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 14, 29–42.
- Friborg, O., Barlaug, D., Martinussen, M., Rosenvinge, J. H. ve Hjemdal, O. (2005). Resilience in relation to personality and intelligence. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 14, 29–42.
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, JH (2003) A New Rating Scale for Adult Resilience: What are the Central Protective Resources behind Healthy Adjustment? *Int J Methods Psychiatr Res*, 12:65-76.
- Gilbert, PS., Allan, S., Trent, D. (1991) A Social Comparison Scale: Psychometric Properties and Relationship to Psychopathology. *Pers Individ Dif*, 19(3): 293-299.
- Gray, D. E. (2006). Coping over time: The parents of children with autism. *Journal of Intellectual Disability Research*, 50, 970-976.
- Gray, D. E. (2006). Coping over time: The parents of children with autism. *Journal of Intellectual Disability Research*, 50, 970-976.
- Greeff AP, Van Der Walt KJ. Resilience in families with an autistic child. *Educ Train Autism Dev Disabil.* 2010;45(3):347–55.
- Greeff, A. ve van der Walt, K. (2010). Resilience in families with an autistic child. *Education and Training in Autism and Developmental Disabilities*, 45(3), 347-355.
- Greeff, A. ve van der Walt, K. (2010). Resilience in families with an autistic child. *Education and Training in Autism and Developmental Disabilities*, 45(3), 347-355.

- Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation*. New York: The Guilford Press; 2007, p. 3-26.
Gross, J. J. *Emotion Regulation: Past, Present, Future*, *Cognition and Emotion*, 1999; 13:5, 551-573.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291.
- Gross, J.J (1999). Emotion regulation: Past, present, future. *Cognition Emotion*, 13(5), 551-573
- Gross, J.J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2, 271-299.
- Gross, J.J. (2001). Emotion regulation in adulthood: Timing is everything. *Current Directions In Psychological Science*, 10(6), 214-219.
- Gross, J.J., Thompson, R.A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. İçinde J.J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (s. 3-27). New York: The Guilford Press
- Hsiao, Y. J., Higgins, K., Pierce, T., Whitby, P. J. S., & Tandy, R. D. (2017). Parental stress, family quality of life, and family-teacher partnerships: Families of children with autism spectrum disorder. *Research in developmental disabilities*, 70, 152-162.
- Ira J. Roseman, Emotional Behaviors, Emotivational Goals, Emotion Strategies: Multiple Levels Of Organization İntegrate Variable And Consistent Responses, *Emotion Review* ,3.4, 2011, s.434-443.
- James J.Gross, *Handbook of Emotion Regulation*. Guilford publications, 2013, s.24
- Kaner, S. (2009). Aile katılımı ve işbirliği. B. Sucuoğlu (ed.), *Zihin engelliler ve eğitimleri* (ss. 352-405) İçinde. Ankara: Kök Yayıncılık.
- Kanner, L. (1943). Autistic disturbances of affective contact. *Nervous Child*, 2, 217-250.
- Kanner, L., (1943) *Autistic Disturbances of Affective Contact*, *Nervous Child*, 2, s.217-250.
- Kavaliotis P. Resilience of Parents with a Child with Autism Spectrum Disorders and Factors for Its Potential Enhancement: Family Income and Educational Level. *J Educ Dev Psychol*. 2017;7(1):188.
- Kirkpatrick, K. L. (2005). *Enhancing Self-Compassion Using A Gestalt Two-Chair Intervention*, Doctorate Thesis. Austin: The University Of Texas.
- Koole, S.L. (2009). The psychology of emotion regulation: An integrative review. *Cognition and Emotion*, 23(1), 4-41.
- Kopp, C. B. (1982). Antecedents of self-regulation: A developmental perspective. *Developmental Psychology*, 18, 199-214
- Kopp, C.B. (1989). Regulation of distress and negative emotions: A developmental view. *Developmental Psychology*, 25(3), 343-354.

- Korkmaz, B. (2005). Nörolog Olmayanlar İçin Nöroloji Sempozyum Dizisi, İstanbul Üniversitesi, Cerrahpaşa Tıp Fakültesi, Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, İstanbul, (42), s.199-208.
- Korkmaz, B. (2005). Yağmur Çocuklar: Otizm Nedir?, 8. Gün Özel Eğitim Rehabilitasyon ve Psikolojik Danışma Merkezi, s.28
- Kuhaneck, Madonna, Novak ve Pearson, 2015
- Leary, M. R., Tate, E. B., Adams, C. E., Allen, A. B. ve Hancock, J. (2007). Selfcompassion and reactions to unpleasant self-relevant events: The implications of treating oneself kindly. (Çevrimiçi sürüm). *Personality and Individual Differences*, 92 (5), 887 – 904.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D. ve Becker, B. (2000). The construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Manfred Holodyski, Lungs, E., (2013) *Psychologische Grundlagen Der Emotions Regulation, Psychologische Rundschau*, s.196.
- McCandless J., (2000) *Otizmi Şimdi Yen , Açlık Çeken Beyinler*, Prestij Yayınları, İstanbul, s.94
- Minnes, P.M. (1988). Family resources and stress associated with having a mentally retarded child. *American Journal on Mental Retardation*, 93, 184-192.
- Montes G., and Jill S. (2007) Halterman, *Psychological Functioning And Coping Among Mothers of Children With Autism: A Population-Based Study*, *Pediatrics* ,119.5, s.1040-1046.
- Nazik, E., & Arslan, S. (2011). Hemşirelik Öğrencilerinin Empatik Becerileri İle Öz Duyarlıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Journal Of Anatolia Nursing And Health Sciences*, 14(4), 69-75.
- Neff, K. D. (2003). Self-Compassion: an Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *Self And Identity*, 2, 85 – 101.
- Neff, K.D., Faso, D.J. (2014). Self-Compassion And Well-Being İn Parents Of Children With Autism. *Mindfulness*, DOI 10.1007/s12671-014-0359-2.
- Nicki R.Crick, and Kenneth A. Dodge, A Review And Reformulation Of Social İnformation-Processing Mechanisms İn Children's Social Adjustment, *Psychological bulletin*, 115.1, 1994, s.74.
- Onat, O., ve Otrar M., (2010) *Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları*, 123-125
- Özekes, M., Girli A., Yurdakul A., ve Sarısoy M., (1998); Ramisch, Onaga ve Oh, 2014; Wing, 2012
- Özekes, M., Girli, A., Yurdakul, A. ve Sarısoy, M. (1998). Evlilik ilişkisinde engelli çocuğa sahip olmanın rolü. *Sözel Bildiri. 10. Ulusal Özel Eğitim Kongresi, Hatay*

- Öztürk O., Ruh Sağlığı ve Bozuklukları, Nobel Tıp Kitapevleri, Ankara, 11, 2004, s.342-355.
- Öztürk, O. (2001) Ruh Sağlığı ve Bozuklukları (8. Baskı). Ankara: Nobel Tıp Kitapevleri.
- Özusta, S., (1999) Otizim, Tanı ve Ayırıcı Tanı, Nobel Tıp Kitapevi, İstanbul, s.125-126.
- Pauline A.Filipek,(1999) et al., The Screening And Diagnosis of Autistic Spectrum Disorders, Journal of autism and developmental disorders, 29.6, s.439-484.
- Pektaş, E., (2015) Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Ebeveyn Kabul-Reddi ile Depresyon ve Sürekli Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Duygu Düzenleme Güçlüklerinin Aracı Rolü, s.29
- Perry, A., Harris, K. ve Minnes, P. (2004). Family environments and family harmony: An exploration across severity, age, and type of DD. Journal on Developmental Disabilities, 11, 17–30.
- Polly Emmons, and Liz Anderson, Understanding Sensory Dysfunction: Learning, Development And Sensory Dysfunction İn Autism Spectrum Disorders, ADHD, Learning Disabilities and Bipolar Disorder, Jessica Kingsley Publishers, 2005, s.62
- Rolf Loeber, and Dale Hay, Key İssues İn The Development Of Aggression And Violence From Childhood To Early Adulthood, *Annual review of psychology*, 48.1, 1997, s. 371-410.
- Ross A. Thompson, Emotion Regulation: A Theme İn Search Of Definition, Monographs of the society for research in child development, 59.2-3, 1994, s.25-52.
- Ross A. Thompson, Emotion Regulation: A Theme İn Search Of Definition, Monographs of the society for research in child development, 59.2-3, 1994.
- Rotter JB (1966) Generalized Expectancies for Internal Versus External Control of Reinforcements. Psychol Monogr, 80:1-28.
- Rugancı, N.R., (2008) The Relationship Among Attachment Style, Affect Regulation, Psychological Distress And Mental Construct of The Relational, Diss. Middle East Technical University, , s.36
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. American Journal of Orthopsychiatry, 57, 316–331.
- Sameroff, A. (2010). A unified theory of development: A dialectic integration of nature and nurture. Child Development, 81(1), 6-22.
- Silvera DH, Martinussen M, Dahl TI (2001) The Tromso Social Intelligence Scale, a Self-report Measure of Social Intelligence. Scand J Psychol, 42:313- 319.
- Simon Baron-Cohen, Autism, Research İnto Causes and İntervention, Pediatric rehabilitation, 7, 2, 2004, s.73-78.

- Spangler, G., Zimmermann, P. (2014). Emotional and adrenocortical regulation in early adolescence: Prediction by attachment security and disorganization in infancy. *International Journal of Behavioral Development*, 38(2), 142-154.
- Şahin, N.H. (1998). Stres nedir? Ne değildir. N.H. Şahin (ed.), *Stresle başa çıkma: olumlu bir yaklaşım* (ss.1-17) içinde. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Thompson, R.A. (1994). Emotion Regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research In Child Development*, 59(2/3), 25-52.
- Timko, C., Stovel, K.V. ve Moos, R.H. (1992). Functioning among mothers and fathers of children with juvenile rheumatic disease: a longitudinal study. *Journal of Pediatric Psychology*, 17, 705-724
- Zeteroğlu, E.Ş. (2006). 25-72 Aylar Arasındaki Otistik Çocukların Gelişimlerinin İncelenmesi, Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 45, s.45-47 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)

EKLER

EK-A

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sayın katılımcılar;

Aşağıda sizi tanımamıza yönelik bazı sorular bulunmaktadır. Sorulara içtenlikle cevap vermeniz araştırmanın güvenilirliği açısından önem taşımaktadır. Her soru için mümkün olduğunca samimi bir şekilde size uyan cevabı işaretleyiniz. Lütfen her maddeyi cevaplandığınızdan emin olun.

Katılımınız için teşekkür ederim.

Çalışmaya katılmayı onaylıyorum.

Evet ()

Hayır ()

1-İsminiz- Soy isminiz:

2-Yaşınız:

3-Cinsiyet:

4-Medeni Durumunuz:

- Evli ()
- Bekar ()
- Dul ()

5-Eğitim Durumunuz:

- İlkokul mezunu ()
- Ortaokul mezunu ()
- Lise mezunu () Üniversite mezunu ()

6-Çalışma Durumunuz:

- Çalışıyorum () Çalışmıyorum ()

7-Mesleğiniz:

8-Maddi kazancınız sizin için yeterli mi?

- Evet ()
- Hayır ()

9-Kaç yıldır evlisiniz ?

- 1-3 yıl ()
- 3-5 yıl ()
- 5 yıl ve üzer ()

10-Aile içi şiddete maruz kaldınız mı ?

- Evet ()
- Hayır ()

11-Kaç çocuğunuz var ?

- 1 tane ()
- 2 tane ()
- 3 ve üzeri ()

- Evet ()
- Hayır ()

Evet ise belirtiniz

12-Eşinizin eğitim durumu nedir ?

- İlkokul mezunu ()
- Ortaokul mezunu ()
- Lise mezunu ()
- Üniversite mezunu ()

AİLE STRESİNİ DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ

Bu ölçme aracı, çocuğunuz hakkında hissettiklerinizle ilgilidir. Bazı cümlelerde boşluklar bırakılmıştır. Bu boşluklarda çocuğunuzun adının olduğunu düşünün. Soruları yanıtlarken gerçek duygularınızı ve düşüncelerinizi belirtiniz. Size uygun gelmese de lütfen bütün soruları yanıtlayınız. Cevabınızın doğru (D) ya da yanlış (Y) olduğuna karar vermekte zorlanırsanız, kendinizin ya da ailenizin genellikle ne hissettiğini ya da ne yaptığını düşünerek cevap veriniz.

Her cümleyi okuyup, cümledeki ifade sizce doğru ise D harfini, yanlış ise Y harfini yuvarlak içine alınız. Bazen sorular, sizin ailenizde olmayan sorunlarla ilgili olabilir. Size uygun olmasa da cevap veriniz. Lütfen, bütün soruları cevaplandırmayı unutmayınız.

1. _____, yaşlılarıyla iletişim kuramaz.	D	Y
2. Ailemizin diğer bireyleri _____'in yüzünden bir şeylerden vazgeçmek zorunda kalıyorlar.	D	Y
3. Ailemiz önemli konularda ortak karar alır.	D	Y
4. Ona bakamayacak duruma geldiğimde, _____'a ne olacağı konusunda endişeliyim.	D	Y
5. _____'a bakmak için gereken sürekli ilgi yüzünden ailemizin diğer bireylerinin gelişimi sınırlanmaktadır.	D	Y
6. _____'in hayatını kazanmak için yapabileceği işler sınırlıdır.	D	Y
7. _____'in yaşamını bakımevi ya da grup evi gibi kurumlarda sürdürmek zorunda kalabileceği gerçeğini kabul ediyorum.	D	Y
8. _____, kendi kendine yemek yiyebilir.	D	Y
9. _____'a bakmak için gerçekten yapmak istediğim birçok şeyden vazgeçtim.	D	Y
10. _____, ailemizin sosyal yaşamına uyum sağlayabilir.	D	Y

11. Bazen _____' ı dışarı çıkarmaktan kaçınıyorum.	D	Y
12. Artan sorumluluklar ve parasal sıkıntılar, ileride ailemizin sosyal yaşamını etkileyecek.	D	Y
13. _____' ın hep böyle kalacağı düşüncesi beni çok rahatsız ediyor.	D	Y
14. _____' ı dışarı çıkarttığım zamanlar rahatsızlık duyuyorum.	D	Y
15. İstedğim zaman arkadaşlarımla dışarı çıkabilirim.	D	Y
16. _____' ı seyahate götürmek bütün ailenin keyfini kaçırıyor.	D	Y
17. _____, evimizin adresini bilir.	D	Y
18. Ailesi olarak, eskiden yaptığımız her şeyi yapıyoruz.	D	Y
19. _____, kim olduğunu bilir.	D	Y
20. Yaşamımın gidişinden memnun değilim.	D	Y
21. Bazen _____' ın yüzünden çok utanırım.	D	Y
22. _____, yapabileceği şeyleri yapmaz.	D	Y
23. Kendisine söylenenleri anlamakta çok zorlandığı için _____ ile iletişim kurmak çok güçtür.	D	Y
24. _____, bizimle beraberken, ailece zevk alabileceğimiz birçok yer vardır.	D	Y
25. _____, aşırı korunuyor.	D	Y
26. _____, oyunlara ve sportif etkinliklere katılabilir.	D	Y
27. _____' ın çok fazla boş zamanı var.	D	Y
28. _____' ın normal bir yaşam süremeyeceği düşüncesi beni hayal kırıklığına uğrattıyor.	D	Y
29. _____ boş zamanlarında ne yapacağını bilemez.	D	Y
30. _____, dikkatini uzun süre toplayamaz.	D	Y
31. Kendimi kolayca rahatlatabilirim.	D	Y
32. _____' ın büyüdüğü zaman ne olacağını düşünmek beni endişelendiriyor.	D	Y

33. Yaşamdan zevk alamıyorum.	D	Y
34. _____'in en hoşnut olduğum yönlerinden biri, kendine olan güvenidir.	D	Y
35. Ailemizde öfke ve kızgınlık duyguları çok yaşanır.	D	Y
36. _____, tuvalete kendi başına gidebilir.	D	Y
37. _____, bir dakika önce söylediğini, bir dakika sonra hatırlayamaz.	D	Y
38. _____, otobüse binebilir.	D	Y
39. _____ ile iletişim kurmak kolaydır.	D	Y
40. _____'in sürekli bakım gerektirmesi, benim gelişimimi sınırlandırıyor.	D	Y
41. _____, kendini bir birey olarak kabul eder.	D	Y
42. Ne zaman _____'ı düşünsem kendimi üzgün hissederim.	D	Y
43. _____'a artık bakamayacağım zaman, ona ne olacağı konusunda sık sık endişelenirim.	D	Y
44. İnsanlar _____'ın ne söylediğini anlayamazlar.	D	Y
45. _____'a bakmak beni geriyor.	D	Y
46. Ailemizin bireyleri, diğer ailelerin yaptığı şeyleri yapabilir.	D	Y
47. _____, bizim için her zaman sorun olacak.	D	Y
48. _____, kendi duygularını başkalarına ifade edebilir.	D	Y
49. _____, bez kullanmak zorundadır.	D	Y
50. Kendimi çok ender olarak kederli hissederim.	D	Y
51. Çoğu zaman endişeliyim.	D	Y
52. _____, yardımsız yürüyebilir.	D	Y

YETİŞKİNLER İÇİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ÖLÇEĞİ

Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği

1. Beklenmedik bir olay olduğunda...	Her zaman bir çözüm bulurum						Çoğu kez ne yapacağımı kestiremem
2. Gelecek için yaptığım planların...	Başarılması zordur						Başarılması mümkündür
3. En iyi olduğum durumlar şu durumlardır...	Ulaşmak istediğim açık bir hedefim olduğunda						Tam bir günlük boş bir vaktim olduğunda
4. ...olmaktan hoşlanıyorum	Diğer kişilerle birlikte						Kendi başıma
5. Ailemin, hayatta neyin önemli olduğu konusundaki anlayışı...	Benimkinden farklıdır						Benimkiyle aynıdır
6. Kişisel konuları ...	Hiç kimseyle tartışmam						Arkadaşlarımla/Aile-üyeleriyle tartışabilirim
7. Kişisel problemlerimi...	Çözemem						Nasıl çözebileceğimi bilirim
8. Gelecekteki hedeflerimi...	Nasıl başaracağımı bilirim						Nasıl başaracağımdan emin değilim
9. Yeni bir işe/projeye başladığımda ...	İleriye dönük planlama yapmam, derhal işe başlarım						Ayrıntılı bir plan yapmayı tercih ederim
10. Benim için sosyal ortamlarda rahat/esnek olmak	Önemli değildir						Çok önemlidir
11. Ailemle birlikteyken kendimi ... hissederim	Çok mutlu						Çok mutsuz
12. Beni ...	Bazı yakın arkadaşlarım/aile üyelerim cesaretlendirebilir						Hiç kimse cesaretlendiremez
13. Yeteneklerim...	Olduğuna çok inanırım						Konusunda emin değilim
14. Geleceğimin ... olduğunu hissediyorum	Ümit verici						Belirsiz
15. Şu konuda iyiyimdir...	Zamanımı planlama						Zamanımı harcama
16. Yeni arkadaşlık konusu ... bir şeydir	Kolayca yapabildiğim						Yapmakta zorlandığım

Yetişkinler İçin Dayanıklılık Ölçeği Devamı

17. Ailem şöyle tanımlanabilir ...	Birbirinden bağımsız						Birbirine sıkı biçimde kenetlenmiş
18. Arkadaşlarımla arasındaki ilişkiler ...	Zayıftır						Güçlüdür
19. Yargılarıma ve kararlarıma ...	Çok fazla güvenmem						Tamamen güvenirim
20. Geleceğe dönük amaçlarım ...	Belirsizdir						İyi düşünülmüştür
21. Kurallar ve düzenli alışkanlıklar ...	Günlük yaşamımda yoktur						Günlük yaşamımı kolaylaştırır
22. Yeni insanlarla tanışmak ...	Benim için zordur						Benim iyi olduğum bir konudur
23. Zor zamanlarda, ailem ...	Geleceğe pozitif bakar						Geleceği umutsuz görür
24. Ailemden birisi acil bir durumla karşılaştığında...	Bana hemen haber verilir						Bana söylenmesi bir hayli zaman alır
25. Diğerleriyle beraberken	Kolayca gülerim						Nadiren gülerim
26. Başka kişiler söz konusu olduğunda, ailem şöyle davranır:	Birbirlerini desteklemez biçimde						Birbirlerine bağlı biçimde
27. Destek alırım	Arkadaşımdan/aile üyelerinden						Hiç kimseden
28. Zor zamanlarda ... eğilimim vardır	Her şeyi umutsuzca gören bir						Beni başarıya götürebilecek iyi bir şey bulma
29. Karşılıklı konuşma için güzel konuların düşünülmesi, benim için ...	Zordur						Kolaydır
30. İhtiyacım olduğunda ...	Bana yardım edebilecek kimse yoktur						Her zaman bana yardım edebilen birisi vardır
31. Hayatımdaki kontrol edemediğim olaylar (ile) ...	Başa çıkmaya çalışırım						Sürekli bir endişe/kaygı kaynağıdır
32. Ailemde şunu severiz ...	İşleri bağımsız olarak yapmayı						İşleri hep beraber yapmayı
33. Yakın arkadaşlarımla/aile üyeleri ...	Yeteneklerimi beğenirler						Yeteneklerimi beğenmezler

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ)

Sayın katılımcı,

Aşağıdaki cümlelerin size ne sıklıkla uyduğunu altlarında belirtilen 5 dereceli ölçek üzerinden değerlendiriniz. Her bir cümlenin altındaki 5 noktalı ölçekten, size uygunluk yüzdesini de dikkate alarak, yalnızca bir tek rakamı yuvarlak içine alarak işaretleyiniz.

Hemen hemen hiç %0-%10	Bazen %11- %35	Yaklaşık yarı yarıya %36- %65	Çoğu zaman %66-%90	Hemen hemen her zaman %91- %100
---------------------------	-------------------	-------------------------------------	-----------------------	---------------------------------------

1

2

3

4

5

1

2

3

4

5

1-Ne hissettiğim konusunda netimdir.					
2- Ne hissettiğimi dikkate alırım.					
3-Duygularım bana dayanılmaz ve kontrolsüz gelir.					
4- Ne hissettiğim konusunda hiçbir fikrim yoktur.					
5- Duygularıma bir anlam vermekte zorlanırım.					
6- Ne hissettiğime dikkat ederim.					
7- Ne hissettiğimi tam olarak bilirim.					
8- Ne hissettiğimi önemserim.					
9- Ne hissettiğim konusunda karmaşa yaşarım.					
10- Kendimi kötü hissetmeyi kabullenebilirim.					
11- Kendimi kötü hissettiğimde böyle hissettiğim için kendime kızarım.					
12- Kendimi kötü hissettiğim için utanırım.					
13- Kendimi kötü hissettiğime işlerimi bitirmekte zorlanırım.					
14- Kendimi kötü hissettiğimde kontrolden çıkarım.					

15- Kendimi kötü hissettiğimde uzun süre böyle kalacağıma inanırım.					
16- Kendimi kötü hissetmenin yoğun depresif duyguyla sonuçlanacağına inanırım.					
17-Kendimi kötü hissettiğimde duygularımın yerinde ve önemli olduğuna inanırım.					
18-Kendimi kötü hissederken başka şeylere odaklanmakta zorlanırım.					
19- Kendimi kötü hissederken kontrolden çıktığım duygusu yaşarım.					
20- Kendimi kötü hissediyor olsam da çalışmayı sürdürebilirim.					
21- Kendimi kötü hissettiğimde bu duygumdan dolayı kendimden utanırım.					
22- Kendimi kötü hissettiğimde eninde sonunda kendimi daha iyi hissetmenin bir yolunu bulacağımı bilirim.					
23- Kendimi kötü hissettiğimde zayıf biri olduğum duygusuna kapılırım.					
24- Kendimi kötü hissettiğimde de davranışlarım kontrolüm altındadır.					
25- Kendimi kötü hissettiğim için suçluluk duyarım.					
26- Kendimi kötü hissettiğimde konsantre olmakta zorlanırım.					
27- Kendimi kötü hissettiğimde davranışlarımı kontrol etmekte zorlanırım.					
28- Kendimi kötü hissettiğimde daha iyi hissetmem için yapabileceğim hiçbir şey olmadığına inanırım.					

29- Kendimi kötü hissettiğimde böyle hissettiğim için kendimden rahatsız olurum.					
30- Kendimi kötü hissettiğimde kendimle ilgili olarak çok fazla endişelenmeye başlarım.					
31- Kendimi kötü hissettiğimde kendimi bu duyguya bırakmaktan başka çıkar yol olmadığına inanırım.					
32- Kendimi kötü hissettiğimde davranışlarım üzerindeki kontrolümü kaybederim					
33- Kendimi kötü hissettiğimde başka bir şey düşünmekte zorlanırım.					
34- Kendimi kötü hissettiğimde duygumun gerçekte ne olduğunu anlamak için zaman ayırırım.					
35- Kendimi kötü hissettiğimde kendimi daha iyi hissetmem zaman alır.					
36- Kendimi kötü hissettiğimde duygularım dayanılmaz olur.					

ETİK KURUL KARAR ÖRNEĞİ



T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
Etik Kurul Başkanlığı

ETİK KURUL KARAR ÖRNEĞİ

TOPLANTI TARİHİ: 27.05.2021
TOPLANTI SAYISI: 2021-18

KARAR NO: 2021-18-13: Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı 10624180 numaralı öğrencisi Aylın BEKDAŞ' ın 'Otizmli Çocuğu Olan Ebeveynlerin Aile Stresi Psikolojik Dayanıklılık Ve Duygu Düzenleme Güçlükleri İlişkisinin İncelenmesi: Avcılar Örneği' konulu çalışması hakkında yapacağı anket sorularının, etik kurallara uygun olup olmadığını tespit etmek üzere, Etik Kurulumuzun 22.01.2021 tarih ve 2021-01 sayılı toplantısında, İGÜ Etik Kurul Yönergesinin 12(1) maddesine göre değerlendirme yapmak üzere görevlendirilen öğretim elemanlarının raporları incelenmiş olup, ilgili çalışmada yer alan bilimsel araştırmanın etik kurallara uygun olduğuna oy birliği ile karar verildi.