

T.C.

ERZİNCAN BİNALİ YILDIRIM ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

**ZİHİNSEL YETERSİZLİĞİ OLAN ÇOCUĞA
SAHİP EBEVEYNLERİN PROBLEM
ÇÖZME BECERİLERİ İLE YAŞAM
DOYUMLARININ İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Feray BAŞGÖZE

Danışman

Prof. Dr. Mücahit KAĞAN

Erzincan 2019

TEZ BİLDİRİMİ

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem çözme becerileri ile yaşam doyumlarının incelendiği "**Yüksek Lisans**" tezim tarafımda intihal programı ile incelenmiştir. Buna göre tezimde bilimsel etik ihlali ve intihal olarak nitelendirilebilecek herhangi bir durum olmadığını taahhüt ederim.

Bu çalışmadaki tüm bilgilerin, akademik ve etik kurallara uygun bir biçimde elde edildiğini; aynı zamanda bu kural ve davranışların gerektirdiği gibi, bu çalışmanın özünde olmayan tüm materyal ve sonuçları tam olarak aktardığımı ve referans gösterdiğimi beyan ederim.



Feray BAŞGÖZE

TEZ KABUL TUTANAĞI

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Bu çalışma, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalının Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında jürimiz tarafından **Yüksek Lisans** Tezi olarak kabul edilmiştir.

Danışman / Jüri : Prof. Dr. Mücahit KAĞAN



Jüri : Dr. Öğr. Üyesi Mustafa EŞKİSU



Jüri : Dr. Öğr. Üyesi Muhammet ÇİFÇİ



ZİHİNSEL YETERSİZLİĞİ OLAN ÇOCUĞA SAHİP EBEVEYNLERİN PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ İLE YAŞAM DOYUMLARININ İNCELENMESİ

Feray BAŞGÖZE

**Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Rehberlik ve
Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Nisan 2019**

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Mücahit KAĞAN

ÖZET

Bu araştırmada, zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem çözme becerileri ile yaşam doyumlarının incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırma, ilişkisel tarama modelinde betimsel bir çalışmadır. Araştırmanın çalışma grubunu 2017- 2018 eğitim öğretim yılında Erzincan İl Merkezindeki Sümer Özel Eğitim Mesleki Eğitim Merkezi Okulu 'nda ve Milli İrade Özel Eğitim İş Uygulama Merkezi Okulu 'nda eğitim gören, zihinsel yetersizliği olan 138 çocuğun ebeveyni oluşturmaktadır. Katılımcılara Kişisel Bilgi Formu, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Yetişkinlerde Problem Çözme Ölçeği uygulanmış, elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 20.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde normallik varsayımının karşılandığı durumlarda parametrik analiz yöntemlerinden Pearson Korelasyon Analizi, Bağımsız Örneklem t Testi ve Regresyon analizi, normallik varsayımının karşılanmadığı durumlarda parametrik olmayan testlerden Kruskal Wallis H ve Mann Whitney U Testi kullanılmıştır.

Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara, zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumu ve problem çözme becerilerinin, cinsiyete, gelir

durumuna, çocuklarının tanısına ve çocuklarının aldığı özel eğitim süresine göre farklılaştığı bulunmuştur. Buna karşın yaş, eğitim düzeyi ve çocuğunun birden fazla engelinin olması gibi değişkenlerin yaşam doyumu ve problem çözme becerileri ile ilişkili olmadığı görülmüştür. Ayrıca zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem çözme becerisinin, gelir durumunun, çocuklarının aldığı özel eğitim süresinin ve tanı durumunun yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Zihinsel Yetersizlik, Problem Çözme, Yaşam Doyumu

INVESTIGATION OF PROBLEM SOLVING SKILLS AND LIFE SATISFACTION OF PARENTS HAVING CHILDREN WITH MENTAL RETARDATION

Feray BAŞGÖZE

**Erzincan Binali Yıldırım University, Institute of Social Sciences Institute
Department of Guidance and Psychological Counseling Master Thesis, April 2019**

Thesis Advisor: Prof. Dr. Mücahit KAĞAN

ABSTRACT

The aim of this study is to investigate the problem solving skills and life satisfaction of parents having children with mental retardation.

Relational Screening Method has been used in this research. It is a descriptive study. The study group has comprised of parents of 138 children having mentally handicapped at Sumer Special Education Vocational Training Center (School) and at Milli İrade Special Education Practice Center (School) in province of Erzincan in 2017-2018 academic year. Personal Information Form, The Satisfaction with Life Scale and Problem Solving Scale for adults have been conducted for participants. The data have been analyzed by SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 20.0 statistical program. When the normality assumptions are met, parametric tests like Pearson Correlation Analysis, Independent Sample t Test and Regression Analysis. have been used, otherwise nonparametric tests like Kruskal Wallis H and Mann Whitney U Test have been used

When the results of the study have been evaluated, it has been observed that life satisfaction and problem solving skills of parents having children with mental retardation become different according to gender, income status, diagnosis of their children and how long their children have had special education. However; it has been determined that there is no relationship between some variables such as age, educational status, the child with multiple disabilities and their life satisfaction, also their problem solving skills. In addition, it has been detected parents' -having a child with mental disabilities-problem solving skills, income status, special education period of children and diagnosis of their children predicted life satisfaction significantly.

Keywords : Mental Retardation, Problem Solving, Life Satisfaction

ÖZGEÇMİŞ

2014 : Erciyes Üniversitesi Ziya Eren Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı lisans programından mezuniyet

2014-2015 : Erzincan TEDAŞ Eğitim Merkezi'nde Kurum Psikolojik Danışmanlığı

2016 - : Milli Eğitim Bakanlığına bağlı okullarda Rehber Öğretmenlik

2014 - 2019 : Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalında Yüksek Lisans

İLETİŞİM BİLGİLERİ

Görev Yaptığı Kurum: Hezarfen Ahmet Çelebi MTAL / ERZİNCAN

E-Mail : feraybasgoze@gmail.com

ÖN SÖZ

Yaşamım süresince özel gereksinimli çocuklar ve ailelerinin hissettikleri duygular, karşılaştıkları ve üstesinden gelmek zorunda oldukları zorluklar üzerine çokca düşünme fırsatı olmuş özel bir kardeşe sahip şanslı bir abla olarak tez konumda da benzer durumdaki aileler için bu süreçte ne gibi farklılıklar ve benzerlikler doğduğunu anlamak adına zihinsel yetersizliği olan çocuklara sahip ebeveynlerin yaşam doyumları ve problem çözme becerilerini çalışma konum olarak belirledim.

Bu süreçte yoğun akademik çalışmalarına rağmen desteğini hiç eksik etmeyen ve tez sürecimin tüm aşamalarında değerli bilgileri ile yolumu aydınlatan çok kıymetli danışmanım Prof. Dr. Mücahit KAĞAN'a çalışma sürecimde yardım ve desteklerini benden esirgemeyen değerli hocalarım Dr. Öğr. Üyesi Mustafa EŞKİSU, Dr. Öğr. Üyesi Muhammet ÇİFÇİ ve Arş. Gör. Oğuzhan ÇELİK 'e ve Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümündeki kıymetli hocalarıma, tez sürecimde her türlü destek ve yardımı sağlayan hayatımda olmalarından dolayı kendimi çok şanslı hissettiğim arkadaşım kıymetli Canan SUNGUR' a ve Hamide KARTAL SAĞIRLI' ya her daim hayatımda olmalarını dileyerek teşekkürlerimi sunarım.

Sümer Özel Eğitim Mesleki Eğitim Merkezi Okulu ve Milli İrade Özel Eğitim İş Uygulama Merkezi Okulunda zaman ayırıp araştırmanın anket sorularını cevaplayan değerli ebeveynlere bu çalışmada bana destek oldukları için teşekkür etmekle birlikte bu süreçte yardım ve desteğini benden hiç esirgemeyen kıymetli okul müdürüm Ahmet SAADCI' ye de teşekkürü bir borç bilirim.

Son olarak insanın yaşamında sahip olabileceği en kıymetli unsurun aile olduğunu bana öğreten ve her zaman hayatlarındaki önceliği çocukları olan, bizim için hiçbir fedakarlıktan kaçınmayan, her şeyi göze alabilen, bize her şeyden önce mutlu olabilmenin mümkün olduğunu öğreten ve bu emeklerin karşılığını ödemenin imkânsız olduğu cesur ve fedakâr anne ve babam Ayşenur ve Bünyamin BAŞGÖZE'

ye bana sonsuz destek olduklarını bildiğim bu süreçte teşekkür ve minnetlerimi sunarım. Ayrıca neşe kaynağım, umudum, ailemizin en miniği canım kardeşim Alperen BAŞGÖZE' ye de varlığı ile renk kattığı hayatım ve sayesinde hissettiğim tüm dünya üstü güzellikler için sonsuz teşekkür ederim.

Feray BAŞGÖZE

Nisan, 2019



İÇİNDEKİLER

TEZ BİLDİRİMİ.....	I
TEZ KABUL TUTANAĞI.....	II
ÖZET	III
ÖZGEÇMİŞ	VII
İLETİŞİM BİLGİLERİ.....	VII
ÖN SÖZ	VIII
İÇİNDEKİLER	X
TABLolar LİSTESİ.....	XIII
KISALTMALAR CETVELİ	XV

I. BÖLÜM

GİRİŞ	1
A. Problem Durumu	7
B. Araştırmanın Amacı	8
C. Araştırmanın Önemi	8
D. Varsayımlar	10
E. Sınırlılıklar	11
F. Tanımlar	11

II. BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE.....	13
A. Engellilik	13
1. Zihinsel Yetersizlik	15
a) Zihinsel Yetersizliğe Neden Olan Faktörler	23
1. Doğum Öncesi Nedenler (Prenatal Nedenler).....	23
2. Doğum Sırası Nedenler (Perinatal Nedenler).....	24
3. Doğum Sonrası Nedenler (Postnatal Nedenler)	24
b) Zihinsel Yetersizliğin Sınıflandırılması	24
1. Psikolojik Sınıflandırma.....	25
2. Eğitsel Sınıflandırma.....	27
c) Zihinsel Yetersizliği Olan Çocukların Özellikleri	28

d) Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Özellikleri	30
e) Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Uyum Sürecini Açıklayan Modeller	31
1. Aşama Modeli	31
2. Sürekli Üzüntü Modeli (Kronik Keder)	35
3. Kişisel Yapılanma Modeli.....	35
4. Çaresizlik - Güçsüzlük ve Anlamsızlık Modeli	35
B. Problem Kavramı.....	36
1. Problem Çözme ve Problem Çözme Süreci	38
2. Problem Çözme Becerisi	41
3. Problem Çözme Becerilerini Etkileyen Faktörler	41
4. Problem Çözme Becerilerinin Alt Boyutları	43
a) Aceleci Yaklaşım.....	44
b) Düşünen Yaklaşım.....	44
c) Değerlendirici Yaklaşım.....	44
d) Kendine Güvenli Yaklaşım	44
e) Planlı Yaklaşım.....	44
f) Kaçınan Yaklaşım	44
5. Yetişkinlerde Problem Çözme Becerisi.....	45
C. Yaşam Doyumu	47
1. Yaşam Doyumunun Benzer Kavramlarla Olan İlişkisi	51
a) Mutluluk	51
b) Öznel İyi Olma (Öznel Gönenc veya Öznel Esenlik)	52
c) Yaşam Kalitesi.....	53
2. Yaşam Doyumunu Etkileyen Bazı Değişkenler	54
3. Yaşam Doyumu Modelleri	55
D. Benzer Araştırmalar	58
1. Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynler İle İlgili Yapılan Araştırmalar.....	58
a) Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar.....	58
b) Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar	63

2. Yaşam Doyumu İle İlgili Yapılan Araştırmalar	69
a) Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar.....	69
b) Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar	71
3. Problem Çözme Becerisi Alanında Yapılan Araştırmalar.....	76
a) Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar.....	76
b) Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar	82
III. BÖLÜM	
YÖNTEM	87
A. Araştırma Modeli	87
B. Araştırma Grubu	87
C. Veri Toplama Araçları.....	89
1. Yaşam Doyumu Ölçeği	89
2. Yetişkinler İçin Problem Çözme Becerileri Ölçeği.....	90
3. Kişisel Bilgi Formu	91
D. Verilerin Toplanması.....	91
E. Veri Analizi	91
IV. BÖLÜM	
BULGULAR.....	93
V. BÖLÜM	
SONUÇ VE TARTIŞMA	106
A. Sonuçlar.....	106
B. Öneriler.....	117
KAYNAKÇA.....	119
EKLER.....	146

TABLolar LİSTESİ

		Sayfa No
Tablo 1	Araştırma Grubundaki Ebeveynlere ve Ebeveynlerin Çocuklarına Ait Demografik Veriler	88
Tablo 2	Yaşam Doyumu Ölçeği ve Problem Çözme Becerileri Ölçeğine Ait Betimsel İstatistikler	93
Tablo 3	Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisinin Cinsiyetleri Açısından Farklılaşmasına İlişkin Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları	94
Tablo 4	Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisinin Yaşları Açısından Farklılaşmasına İlişkin Kruskal Wallis Analizi Sonuçları	95
Tablo 5	Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisinin Çocuğunun Tanı Durumu (Hafif, Orta, Ağır, Çok Ağır)Açısından Farklılaşmasına İlişkin Kruskal Wallis Analizi Sonuçları	96
Tablo 6	Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisinin Çocuklarının Engel Durumu Sayısı Açısından Farklılaşmasına İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları	98
Tablo 7	Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisinin Çocuklarının Aldığı Özel Eğitim Süresi Açısından Tek yönlü Varyans Analizi Sonuçları	99
Tablo 8	Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisinin Eğitim	100

	Düzeyleri Açısından Farklılaşmasına İlişkin Kruskal Wallis Analizi Sonuçları	
Tablo 9	Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisinin Gelir Durumları Açısından Tek yönlü Varyans Analizi Sonuçları	101
Tablo 10	Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumlarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	102



KISALTMALAR CETVELİ

AAMR	: Amerikan Mental Retardasyon Birliği
AZYED	: Amrikan Zihinsel Gelişimsel Yeti Eksiklikleri Derneği
Ark	: Arkadaşları
DİE	: Devlet İstatistik Enstitüsü
IQ	: Zekâ Puanı
ZB	: Zeka Bölümü
Akt	: Aktaran
Ed.	: Editör
Çev.	: Çevirmen
MEGEP	: Mesleki Eğitim ve Öğretim Sistemini Güçlendirme Projesi

I. BÖLÜM

GİRİŞ

Aile; toplumun ana yapı taşı meydana getiren ve sosyal bir kurum olarak varlığını sürdüren temel öğelerin başında yer almaktadır. Yaşamın rutin akışı içinde aile birliği oluşturmak bireyleri mutlu kılan mühim olaylar içerisinde yer almaktadır. Aileye yeni bir bebeğin dâhil olması ise ailede yenilikler yaşanmasına ve ilişkilerde pek çok değişikliğe neden olabilmektedir. Her ebeveynin istediği sağlıklı ve normal bir çocuğa sahip olmaktır.

Bu bağlamda, çocuk yetiştirmenin ebeveynlerin yaşayabileceği en değerli ve aynı zamanda da en zor tecrübelerden biri olduğu söylenebilir. Çocuk yetiştirmek çiftin duygusal, maddi, manevi, kültürel ve fiziksel durumu üzerinde büyük izler bırakır (Friel ve Friel, 2003).

Aile kavramı ile ilgili yapılan tanımlar incelendiğinde en temel görüşlerden birinin Bell'e (1969) ait olduğu söylenebilir. Söz konusu bu görüşlerde Bell'in aile kavramına yönelik dört ayrı tanım üzerinde durduğu görülmektedir. Bu dört tanımdan ilkinde, aile fertlerinden herhangi birinin fikrine dayanarak, o aile ferdinin duygu ve fantezileri aracılığıyla aile tanımlanmaktadır. İkinci tanımda ise aile kültürel bir yaklaşım ile nükleer ve geniş yönlü bir kurum olarak ele alınmaktadır. Bu tanım, çoğunlukla sosyal psikoloji alanında yer bulmaktadır. Üçüncü tanımda aile, sosyal bir birim olarak kabul edilmekte ve çeşitli parçaların meydana getirdiği bir sistem olarak ifade edilmektedir. Bu tanımda aile küçük bir grup olarak ele alınıp bu gruplar davranışları bakımından ele alınmaktadır. Bell yaptığı son tanımda ise aileyi toplumun değerleri ile sınırlı olan bir grup olarak tanımlamaktadır (akt. Öngider, 2006).

Aile ile ilgili bir başka tanımda Nazlı (2001) toplumun en küçük yapı taşı olarak kabul edilen ailenin bireyin yaşantısında vazgeçilmez bir öneme sahip olduğunu ifade ederek aile kavramını en temel düzeyde açıklamaya çalışmıştır. Aile kavramı bu

tanımlar bağlamında, evlilik ve kan bağı ile oluşan karı- koca, çocuklar ve kardeşler arasındaki ilişkilerin meydana getirdiği toplumun en küçük birimi şeklinde tanımlanabilir.

Ailenin sosyal yapısının çocuk üzerinde etkili olduğu söylenebilir. Aile bir parçası olduğu toplumun kültürünü, gelenek ve göreneklerini, değer yargılarını yansıtan, bununla birlikte kendi içinde spesifik bir düzene sahip, çevresiyle iletişim ve etkileşim içerisinde bulunan bir kurum olarak da açıklanabilir. Çocuğun ilk sosyal deneyimlerini kazandığı yer olan aile çocukların gelişiminde hem yol gösterici hem de kuralları öğretici bir rol üstlenir. Aile ile ilgili yapılan tanımlar bağlamında aileler için çocuk sahibi olmanın ister planlanmış olsun ister planlanmamış olsun yeni bir heyecan ve farklı bir deneyim olduğu söylenebilir. Hayatlarının akışını önemli derece etkileyecek bu büyük sorumluluk için planlar yapılır. Ailelerin bu süreçte tek beklentisi ise sağlıklı ve normal bir bebeğe sahip olmaktır. Çünkü ebeveynler için engeli olan bir çocuğa sahip olmak, yaşamlarında karşılaşılabilecekleri en zor ve yıpratıcı deneyimlerden biri sayılabilir.

Nazlı (2001) Engelli bir çocuğun doğumu birçok aile için acı ve şaşkınlık verici bir durum olabilir. Her aile çocuğunun sağlıklı ve normal bir hayat sürmesini ister ve çocuğu dünyaya gelmeden önceki beklentisi de bu doğrultudadır. Ama dünyaya gelen çocuklarının engelli olduğunu öğrenmeleri aile için hayal kırıklığı ve derin bir üzüntü yaşamalarına neden olabilir.

Genel olarak engelli kavramı bedensel özellikleri ve öğrenme yeterlilikleri normale göre farklılık gösteren bireyler için kullanılmaktadır. Engellilik, değiştirilemeyen ve devamlılık arz eden bir durumdur. Bu engel türlerinden biri ise zihinsel yetersizliktir. Ebeveynlerin yaşam doyumunu olumsuz etkileyebileceği düşünülen zihinsel yetersizlik ise yaygın olarak görülebilen bir engel çeşididir

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) Uluslararası Hastalıklar ve Sağlık Durumlarının Sınıflandırılmasında; zihinsel yetersizlik durumunu gelişim dönemlerinde tespit

edilen, zihnin yetersiz bir gelişim durumu ve bilişsel, sosyal, dile ilişkin yeteneklerdeki bozukluklarla kendini gösteren bir durum şeklinde açıklamıştır. AZYED’ in 2010 yönergesinde ise zihinsel yetersizlik “Zihinsel yeti eksikliği” terimi kullanılarak tanımlanmıştır: “Zihinsel yeti eksikliği, zihinsel işlevlerde bulunma ve kavramsal, sosyal ve pratik uyumsal becerilerde kendini gösteren uyumsal davranışlarda anlamlı sınırlılıklar olarak karakterize edilen bir yetersizliktir ve 18 yaşından önce başlar” şeklinde ifade edilmiştir (AAIDD, 2010).

Yukarıdaki tanımlardan hareketle çocuğun yaşına oranla algılama, yönelim, bellek, soyutlama, neden-sonuç ilişkisi kurabilme, gerçeği kavrayabilme, yargılama, kendini ifade edebilme, öğrenme gibi yetilerinde yaşitlarına göre geri olması durumu zihinsel yetersizlik olarak tanımlanabilir.

Tanımlar üzerinden yola çıktığımızda engellilik durumunun sadece engel sahibi bireyle ilgili değil aynı zamanda engelli bireyle birlikte yaşayan aynı ortak payda da buluşan ailesinin de incelenmesini gerektiren kapsamlı bir konu olduğunu ifade edebiliriz. Çünkü toplumun yapı taşı sayılan aile normal çocuklar ve onların ilerde yaşayacakları hayatın şekillenmesi noktasında ciddi bir öneme sahipken engelli çocukların hayatlarında çok daha önemli bir unsurdur.

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerde, çocuğun bakım sorumlulukları, çocuklarının eğitimi, yaşamını nasıl idame ettirebileceğine yönelik düşünceler aileler için ciddi bir vicdan muhasebesine dönüşebilmektedir. Çocuğun ömrü boyunca devam edecek bu süreçte aileler çok fazla sorunla karşılaşabilmektedir. Bu yorucu süreç aynı zamanda pek çok da kriz durumunu da beraberinde getirmektedir ve ebeveynlerin sürekli olarak krize ve strese karşı uyum sağlamalarını gerektirmektedir. Engelli çocuğun özel bakım ihtiyaçları, çocuğun var olan engeline ilişkin toplumun tutum ve yargıları, çocuğun içinde bulunduğu an ve gelecekteki durumunun belirgin olmaması ve bunlara ek olarak ekonomik yetersizlikler ebeveynler için devamlı olarak bir stres kaynağı unsuru olmaktadır (Kaldırım, 2012).

Bununla birlikte ailelerin zihinsel engellilikle ilgili bir deneyimi olmayabilir ve çocuklarıyla nasıl ilgilenilmesi ve onlara nasıl davranılması ile ilgili yeterliliğe ve bilgiye sahip olmayabilirler. Bundan dolayı aileler yoğun bir kaygıyla ellerinden geleni yapmaya çalışırlar, bu durumun geçici olacağına inanmak isterler (Arman, 2009). Ailede engelli çocuğun varlığı, kaygı yaratan, tutum ve değerlerin değişmesine neden olan bir durumdur. Engelli çocuklarının alacağı eğitimin nasıl gerçekleşeceği ve aileye yeni bir çocuğun sağlıklı olarak gelip gelmeyeceği aile için önemli konular arasında yer almaktadır (Özsoy, Özkahraman ve Çallı, 2006). Bu bağlamda bazı ebeveynler bu durumla mücadele ederken hissettikleri acı ve çaresizliğin yaşam doyumunu olumsuz yönde etkileyebileceği söylenebilir.

Yaşam doyumunu araştırmalarının öncü isimlerinden olan Diener (1984)'de kaleme aldığı klasik makalesiyle yaşam doyumunu araştırmalarına ışık tutmuştur. Diener'in yaşam doyumuyla ilgili öne sürmüş olduğu üç temel özellik bireyin, geçmiş yaşamı, içinde bulunduğu mevcut yaşamı ve gelecek yaşamı ile ilgili olan fikirlerini ifade eden bir kavramdır. Bununla birlikte bu özellikler konuyla ilgilenen araştırmacılara kavramsal ve metodolojik olarak yol gösterici önemli bilgiler sunmuştur. Ona göre, yaşam doyumunda esas olan kişinin kendi yaşamı hakkındaki görüşleri olmalıdır. Yaşam doyumunu çalışmalarında duygular gibi değişken ve kısa süreli unsurlardan ziyade uzun süreli doyum gibi unsurlar dikkate alınmalıdır. Ayrıca yaşam doyumunu yalnızca depresyon ve kaygı gibi psikolojik rahatsızlıkların ortadan kaldırılmasıyla değil, olumlu ve sağlıklı kişilik özellikleriyle de ilişkilendirilmelidir. Yaşam doyumunu, bireyin, geçmiş yaşamı, içinde bulunduğu mevcut yaşamı ve gelecek yaşamı ile ilgili olan fikirlerini ifade eden bir kavramdır. (Diener ve Lucas, 1999).

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ailelerin yaşam doyumlarının ele alındığı sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Vara (1999)' da yaptığı çalışmada annelerin, kendilerine yönelen tepkilerden korunmak, etkilenmemek için sosyal ilişkilerini sınırlandırdıklarını tespit etmiştir. Bu süreç içinde annelerin yaşadığı olumsuz deneyimlerden, çocuğun yetersizliğinden dolayı evden çıkamaması ve çevreden

soyutlanması ile annelerin ruh sağığı bozulabilmekte bu durum da yaşam doyumunu olumsuz etkileyebilmektedir (Akarsu, 2014).

Yaşam doyumunu ile ilgili alanyazın incelendiğinde, yaşam doyumunun cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, kişinin sahip olduğı duygusal ve sosyal beceriler gibi çeşitli değişkenler ile ilişkili olduğı görülmektedir (Diener, 1984; Yetim, 1991). Bu değişkenlerden biri de ebeveynlerin sahip olduğı problem çözme beceri düzeyi olabilir. Problem, bireyin belirlediğı hedefe ulaşmada karşılaştığı zorluklardır. Birey yaşamı boyunca iş, aile ve sosyal çevresiyle ilgili zorluklarla karşılaşır. Problemlerin çözülebilmesi, yaşamda karşılaşılan bu zorlukların üstesinden gelinebilmesidir. Problem çözme becerisi, bireyin çevreyle baş etmede en önemli özelliklerinden birisi olup, sosyal uyumunu ve günlük yaşamdaki başarısını olumlu yönde etkilemektedir. Ancak engelli bir çocuğun getirdiğı güçlükler, ebeveynlerin karşılaştığı problemleri çözmede başarısız olmasına neden olabilmektedir. Problem çözme becerileri tüm yaşamları boyu gerekli olan ve bireylere yaşamlarının ilk dönemlerinden başlayarak kazandırılması gereken becerilerdir. Bu becerilerin kazandırılması bireylerin hem öğrenme süreçlerinde başarılı olmasında hem de toplumsal ve kültürel hedeflere ulaşmasında önemli bir rol oynar (Demirkıran, 2017). Bu bağlamda ebeveynlerin problemleri çözme becerileri ile yaşam doyumları ilişkili olabilir ve problem çözme becerisindeki artışın bireylerin yaşam doyumları üzerinde olumlu etkiler oluşturabileceğı düşünülebilir.

Ayrıca ebeveynin sahip olduğı cinsiyet de yaşam doyumunu ve ebeveynin problem çözme becerisi ile ilişkili olabilir. Toplum yapısına baktığımızda da, annelerin çocuk bakımından daha çok sorumlu olduklarını; çocuklarını yetiştirmede daha çok sorumluluk üstlendiklerini; sorunları olan çocuklara daha duyarlı olduklarını görmekteyiz. Bu nedenle de, özellikle yetersizliğe sahip çocukları olan annelerin iş yaşamına atılma fırsatları ve eğer çalışıyorlarsa da zamanda da işlerinde yükselme fırsatları daha az olmaktadır. Kısaca, anneler daha çok fedakârlıkta bulunmak zorunda kalabilirler (Demirkıran, 2017). Çocuk yetiştirmedeki sorumluluklar ve toplumsal yaşama katılma açısından erkek ve kadınlar arasında görülen bu farklılıklar anne ve

babaların yaşam doyumu ve problem çözme becerilerinde farklılaşmaya neden olabilir.

Yaşam doyumu ve problem çözme becerisi üzerinde etkili olabilecek diğer bir değişken de kişinin deneyimlerinin bir göstergesi olan yaşı olabilir. Yetişkinlerin problem çözme becerileri, duruma veya konuya ilişkin bilgi ve tecrübelerinin bir yansıması olarak görülmektedir (Soden ve Pithers, 2001). Bu durumda kişilerin yaşı ilerledikçe tecrübe sahibi haline gelmeleri onların problem çözme becerilerinde gelişmeye ve yaşam doyumlarının artmasına yol açabileceği düşünülmektedir. Benzer şekilde ebeveynlerin sosyo-ekonomik düzeyleri problem anında sosyal ve ekonomik destek bulmaları, koruyucu faktörlere daha fazla düzeyde sahip olmaları, stresle baş etme becerileri kazanmaları gibi konularda etkili olabilir. Nitekim eğitilmiş bireylerin uyum yeteneğinin yüksek olduğu ve daha esnek davranışlar gösterebildikleri, bu nedenle problemlerinin üstesinden daha kolay gelip etkili çözümler üretebildikleri ileri sürülmektedir (Stein ve Book, 2003). Aynı şekilde ailelerinin sosyo ekonomik düzeyleri yükseldikçe, olumlu ebeveynlik tutumları ve destekleyici aile yapısı da güçlenmektedir (Floyd ve Saitzyk, 1992). Bu durumda ebeveynlerin yaşam doyumu ve problem çözme becerileri ile gelir ve eğitim düzeyleri arasında bir ilişki olması beklenebilir.

Diğer taraftan stres ile yaşam doyumu arasındaki ilişki dikkate alındığında, zihinsel yetersizliğe sahip olan çocuğun durumu ebeveynlerin yaşamları ve becerileri ile ilişkili olabilir. Örneğin, çocuğun zihinsel engel düzeyi arttıkça ebeveynlerin, duygusal tükenmişlikleri artmaktadır. (Arman, 2009). Benzer şekilde çocuğun engel sayısının artması ailenin karşılaştığı problemlerin artmasına ve ebeveynlerin bu problemlerin üstesinden gelmesinin zorlaşmasına da neden olabilmektedir (Acar, 2009). Diğer taraftan, çocuğun engel durumuna yönelik özel eğitim desteği alması ve ailenin de eğitim sürecine katılması ebeveynlerin hem baş etme becerilerinin gelişmesine hem de bu süreçteki olumsuz durumlardan daha az düzeyde etkilenmeleri noktasında fayda sağlayabilir (Özgür & Zan, 2004).

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam boyunca karşılaştıkları güçlüklerin onların psikolojik sağlıkları üzerindeki etkisi dikkate alındığında, yaşam doyumunu ve problem zme becerileri ile ilişkili olabilecek olan sosyal ve eğitsel değişkenlerin belirlenmesi bu araştırmanın problemini oluşturmaktadır.

A. Problem Durumu

Bu araştırma kapsamında, “Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem zme becerileri ve yaşam doyumları ile ilişkili olan faktörlerin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu bağlamda aşağıdaki problem durumları için cevaplar aranmıştır:

1. Ebeveynlerin yaşam doyumları ile problem zme becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Ebeveynlerin problem zme becerileri ve yaşam doyumları cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
3. Ebeveynlerin problem zme becerileri ve yaşam doyumları yaşlarına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
4. Ebeveynlerin problem zme becerileri ve yaşam doyumları çocuklarının tanı durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
5. Ebeveynlerin problem zme becerileri ve yaşam doyumları çocuklarının birden fazla engelinin olup olmaması durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
6. Ebeveynlerin problem zme becerileri ve yaşam doyumları çocuklarının aldığı özel eğitim süresine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
7. Ebeveynlerin problem zme becerileri ve yaşam doyumları eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
8. Ebeveynlerin problem zme becerileri ve yaşam doyumları gelir durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
9. Ebeveynlerin yaşam doyumlarını anlamlı yordayan değişkenler nelerdir?

B. Araştırmanın Amacı

Zihinsel yetersizliği olan bir çocuğun aileye dâhil olması, ebeveynlerin bütün yaşamlarına doğrudan etki edecek bir durumdur. Dünyaya gelecek çocukları için büyük bir umut ve heyecan ile çocuklarının geleceğine ilişkin planlar yaparken çocuklarının zihinsel bir yetersizlikle dünyaya gelmesi aileleri olumsuz yönde etkilemektedir. Ebeveynler çocuklarındaki farklılığı kabullenmede direnç gösterebilmektedir. Ayrıca bu direnç süresince çocuklarına karşı öfke ve kızgınlık duyabilmektedirler. Ebeveynler normal gelişim gösteren çocuklara göre farklılık gösteren çocuklarına karşı tahammülsüzlük gösterebilmekte ve bu duruma nedenmiş gibi bir suçlu aramaktadırlar. Zihinsel yetersizliği olan çocuğun eğitim süreci de aile için çok yorucu bir süreç olabilmektedir. Bu noktada ailenin tutumu belirleyici olabilmektedir. Eğer aile çocuğun engel durumunu kabullenmekte direnç gösteriyor ve çocuk için destek eğitimi sağlama noktasında üstüne düşen işbirliğini yapmıyorsa bu durum çocuğun gelişimini olumsuz yönde etkilemektedir.

Bu bağlamda araştırmanın temel amacı zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin saptanmasıdır. Ayrıca zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynler; cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, gelir durumu gibi değişkenler açısından incelendiğinde sosyodemografik özelliklerinin belirlenmesinin bu ailelerin sosyal anlamda var olabilmelerine katkı sağlamak adına önemli olabileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte özel eğitim alma yılının artmasının ve çocuğun tanınmasının aile tarafından bilinmesinin, zihinsel yetersizliği olan çocuklara ve bu çocukların ebeveynlerine daha doğru ve iyi bir hizmet sunulmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

C. Araştırmanın Önemi

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynler yurt dışı alan yazında çoğunlukla araştırılan konular arasında yer almaktadır. Bununla birlikte bu ebeveynlerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumlarının bir arada incelendiği

araştırma sayısı sınırlıdır. Ülkemizde de özellikle son yıllarda zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlere ilişkin yapılan çalışmalarda önemli bir artış tespit edilmesine rağmen zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumlarının birlikte ele alındığı araştırmaya rastlanmamıştır. Bu bağlamda zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin diğer değişkenlerle beraber problem çözme becerileri ve yaşam doyumlarının tespiti yaşanan olumsuzlukların saptanması ve bunların çözümüne yönelik öneriler ve hizmetler geliştirebilmek adına gereklidir. Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip olmanın getirdiği sorumluluklar aileyi olumsuz etkilediği için çocuklarının gelişimine sağlayacakları destekte aile farkında olmadan süreci engelleyebilmektedir. Dolayısı ile ebeveynlerin yaşantılarına ilişkin algılarından hareketle değişkenler arasında elde edilecek bulguların sentezi ile alan yazına katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

Türkiye’ de tahminen 9 milyon engelli birey yaşamaktadır (Ey-Der, 2019) Başbakanlık Devlet İstatistik Enstitüsü ve Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı arasında yapılan “2002 Türkiye Özürlüler Araştırması”nın 2018’ de güncellenen sonuçlarına göre; Türkiye’de mevcut engelli birey nüfusunun toplam nüfusa oranı % 12.3’dür. Engelli bireylerin engel türüne göre ortopedik, görme, işitme, dil ve konuşma ve zihinsel engelli toplam nüfus oranı 2, 6’dır. Engel türlerine ayrı ayrı bakıldığında ise % 1,3’ü ortopedik, % 0,5’i zihinsel, % 0,4’ü dil ve konuşma, % 0,4’ü işitsel ve % 0.6’sı görme engellidir. Bu bireylerin % 9.7’si ise ruhsal ve kronik süregelen rahatsızlığı olanlar grubunda bulunmaktadır. Engelli bireyler arasında birden fazla engel durumu olanların oranı da % 11.40’dır (DİE, 2018). Bu bağlamda ebeveynlerin yaşam doyumunu olumsuz etkileyebileceği düşünülen engellilik durumlarından biri olan zihinsel yetersizlik ise önemli bir engel türü olarak karşımıza çıkmaktadır.

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynler genellikle sağlıklı çocuğa sahip olan ebeveynlerin karşılaşmadığı sorunlarla ilgilenmek ve o ailelerin yerine getirmek zorunda olmadıkları bazı sorumlulukları üstlenmek durumunda kalabilmektedirler (Karaçengel, 2007). Engel düzeyi ya da engel derecesi ne olursa olsun, engelli bir bebeğin dünyaya gelişi ya da engelli olduğunun fark edilmesi, aile

için bütün yaşantıyı değiştirebilen ve beklenilmeyen bir durum olabilmektedir (Eripek, 1996). Bu durum da ebeveynlerin gelecek hakkında umutsuz ve karamsar olması, kendisini başarısız hissetmesi, suçlu olduğunu düşünmesi, karşılaştığı sorunları çözmede yaratıcı ya da etkili olmadığı hissine kapılmasına neden olabilmektedir (Demirkıran, 2017). Engelli çocuğa sahip ebeveynlerin birçoğu benzer durumlar yaşamaktadır. Zamanla çocuklarının engelini kabullenip, onun gelişimi ve eğitimi için gerekli olanları yapmaları, çocuklarının ihtiyacı olan ilgi ve sevgiyi ona vererek yeni yaşamlarına uyum sağlamaları istenen sonuçtur. Bu bağlamda zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumları ve problem çözme becerilerini etkileyen değişkenlerin bilinmesi, ebeveynlerin içinde bulundukları durumun anlaşılması ve ebeveynlerin doğru destek alabilmesi bu sayede çocuklarıyla daha olumlu etkileşim içine girebilmelerini, eğitimlerine katılabilmelerini ve gelecekle ilgili daha sağlıklı planlar yapabilmelerini sağlayabilir.

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin karşılaştıkları güçlükler karşısında gösterdikleri problem çözme becerileri ve yaşamdan aldıkları doyumları düşünüldüğünde, bu çalışmanın zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlere yol göstereceği söylenebilir. Bu çalışmanın amacı belirtildiği gibi, zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem çözme becerilerini geliştirerek yaşam doyumunu artırmak için programlar geliştirilmesi ve uzman desteği sağlanmasında alandaki çalışmalara katkı sunmaktır.

D. Varsayımlar

- Bu araştırmada, araştırmaya katılan anne ve babaların, Yetişkinlerde Problem Çözme Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formunu var olan durumlarını yansıtacak şekilde samimi olarak cevaplandıkları varsayılmıştır.
- Veri toplama araçları vasıtasıyla elde edilen yanıtların, mevcut durumu ortaya çıkaracak kapsamda olduğu varsayılmıştır.

- Araştırma Erzincan İl Merkezindeki Sümer Özel Eğitim Mesleki Eğitim Merkezi Okulu ve Milli İrade Özel Eğitim İş Uygulama Merkezi Okulundan çalışmaya gönüllü katılanlardan elde edilen bilgilerin benzer özelliklere sahip bireyleri temsil edebilecek düzeyde olduğu varsayılmıştır.

E. Sınırlılıklar

- Araştırma Erzincan İl Merkezindeki Sümer Özel Eğitim Mesleki Eğitim Merkezi Okulu ve Milli İrade Özel Eğitim İş Uygulama Merkezi Okulundan çalışmaya gönüllü katılan ebeveynlerden elde edilen bilgilerle sınırlıdır.
- Araştırma kapsamında incelenen değişkenlerden problem çözme becerileri “Yetişkinlerde Problem Çözme Becerileri Ölçeği”, Kişisel Bilgi Forumu ve yaşam doyumu için “Yaşam Doyumu Ölçeği” nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

F. Tanımlar

Zihinsel Yetersizlik: Zihinsel işlevlerin ortalamanın fark edilir bir şekilde altında olması, iletişim, özbakım, ev yaşamı, sosyal beceriler, toplumsal hayata katılım, sağlık ve güvenlik, işlevsel akademik beceri, boş zamanı değerlendirme ve iş alanlarından en az iki ya da daha fazla başlıkta sınırlılığın olması şeklinde ifade etmektedir (Ahmetoğlu, 2004).

Problem Çözme Becerileri: Bir hedefe ulaşmak için karşı karşıya kalınan sorunların üstesinden gelme, bilgiyi kullanabilme, kullanılan bilgiye orijinallik, yaratıcılık ve hayal gücü ekleyerek çözümü elde etme sürecidir (Roth ve McGinn 1997).

Yaşam Doyumu: Mutluluk, moral gibi farklı açılardan iyi olma durumunu açıklamakla birlikte günlük spontan ilişkiler sırasında olumlu duygunun olumsuz

duyguya baskın olması durumu olarak tanımlanmıştır (Avşaroğlu, Deniz ve Kahraman, 2005).



II. BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde zihinsel yetersizlik kavramı ile ilgili olarak, zihinsel yetersizliğe neden olan faktörler, zihinsel yetersizliğin sınıflandırılması, zihinsel yetersizliği olan çocukların özellikleri, zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin özellikleri, zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin uyum sürecini açıklayan modeller gibi başlıklar bulunmaktadır.

Problem kavramı ile ilgili olarak, problem çözme ve problem çözme süreci, problem çözme becerisi, problem çözme becerisini etkileyen faktörler, problem çözme becerisinin alt boyutları, yetişkinlerde problem çözme becerisi gibi kavramlar bulunmaktadır.

Yaşam doyumu kavramı ile ilgili olarak, yaşam doyumunun benzer kavramlarla olan ilişkisi, yaşam doyumunu etkileyen bazı değişkenler, yaşam doyumu modelleri gibi kavramlar bulunmaktadır.

Aşağıda bu kavramlar ile ilgili kuramsal açıklamalara yer verilmiştir. Başlangıçta araştırmanın kuramsal çerçevesini teşkil eden kavramlar ile ilgili ayrıntılı bilgilendirmeler yapılmış olup sonrasında, bu yaklaşımlar kapsamındaki temel kavramlar sunulmuştur.

A. Engellilik

Engellilik, bireyin zihinsel veya bedensel fonksiyonlarındaki kayıplar sonucunda oluşan sınırlılıkları tanımlamak adına kullanılan kavramdır. Engelli bireyler, günlük hayat akışı içerisinde yapmaları gereken aktiviteleri gerçekleştirme konusunda yetersizlikleri olan bireylerdir. Bu yetersizliklerinden dolayı engelli bireyler başkalarının desteği ile hayatlarını sürdürmeye çalışırlar (Yavuz, 2016). Hayatlarını sürdürmek için ihtiyaç duydukları destek engelli bireylere ilişkin,

toplumda “sakat”, “özürlü”, “çürük” ve “engelli” gibi ifadelerin sıklıkla kullanılmasına neden olmaktadır. Goffman (1968) toplumsal algıda engellilere yaklaşımı; engelli bireylerin toplumda “kayda değer bulunmayan”, “itibar edilmeyen” “önemsenmeyen” ve “ikinci plana itilen” bireyler olarak etiketlendiğini ifade etmiştir. Barton (1998) ise, tarih boyu farklı kültürlerde engelli bireylerin etiketlemeye maruz kaldığını ve bu etiketlemede engelli bireylerin kendini “tehdit edici”, “yük” ve “aciz” olarak ifade edildiğini belirtmiştir. Barton, yapılan bu etiketlemelerin çeşitli kültürlerde engelli bireyler açısından “korumacı- acımacı” düşünceleri ve bu düşünceleri yansıtan ifadelerin oluşumunda etkili olduğunu belirtmiştir.

Tarihsel süreçte engelli bireyler pek çok toplumda utanç kaynağı olarak görülmüş ve ötekileştirilmiştir. Hatta bazı toplumlarda engelli bireyler farklılıklarından dolayı yok edilmeye çalışılmıştır. Engellilerin içinde bulundukları şartları iyileştirmek adına yapılan yenilikler ve tanınan haklar dahi günümüz şartları içinde değerlendirildiğinde, engelli bireylere yönelik ötekileştirmenin tam olarak ortadan kalkmasını sağlayamamıştır. Oysaki toplumsal yapı içerisinde sadece “normal” ve “sağlıklı” bireyler yer almamaktadır. Toplumsal yapıda sağlıklı bireyler kadar engelli bireylerin de varlığı kaçınılmazdır. Fakat çoğu zaman toplumda engelli bireylere karşı olumsuz tutumlar sergilenmektedir (Yavuz, 2016).

Oysaki dünya nüfusunun yaklaşık %10’unu (Helander, 1993), ülkemizdeki nüfusun ise yaklaşık %12’sini (Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı, 2003) engelli bireyler oluşturmaktadır. Ayrıca nüfus payı içindeki bu engellilik durumları da çeşitlilik göstermektedir.

Bu bağlamda genel olarak engellilik çeşitlerini ele alacak olursak;

Görme Engelli: Bir ya da iki gözünde meydana gelen tam veya kısmi görme bozuklukları ya da kayıpları olan bireylerdir. Göz protezi kullananlar, renk körü veya gece körlüğü yaşayan bireylerden oluşan gruptur (Öztürk, 2008).

İşitme Engelli: Bir ya da iki kulağında meydana gelen tam veya kısmi işitme bozuklukları olan bireylerdir. İşitme cihazı kullanan bireylerde bu gruba dâhildir (Besiri, 2009).

Dil ve Konuşma Engelli: Bir ya da daha fazla nedenden dolayı konuşmasında akıcılık ve hız bozukluğu, ifade bozukluğu, ses bozukluğu olan veya hiçbir şekilde konuşamayan bireylerden oluşan gruptur. Dil, dudak, damak, çene yapısında bozukluk olanlar, kekeme olanlar bu gruba dâhildir (Besiri, 2009).

Bedensel Engelli: Kas ve iskelet sisteminde eksiklik, yetersizlik ve fonksiyon kaybıdır. El, kol, bacak, parmak, omurgalarda kısalık, uzunluk, eksiklik, fazlalık, hareketkısıtlılığı şeklinde de ifade edilebilir. Felçliler, spastikler, sipinabifida, serebralparsisi olan bireyler bedensel engelli olarak adlandırılmaktadır (Öztürk, 2008).

Süreğen Hastalıklar: Bireylerin pratik becerilerini kullanmasında sorun teşkil eden, devamlı bakımve tedavi gerektiren hastalıklardır (sinir sistemi hastalıkları, ruhsal bozukluklar, metabolik hastalıklar, kan, kalp, sindirim sistemi hastalıkları vb). Süreğen hastalıklar engel gruplarıiçinde alt başlık olarak yer almaktadır (Öztürk, 2008).

Bunun yanı sıra engellilik çeşitlerinden biri olan zihinsel yetersizlik araştırma konusunun daha iyi anlaşılabilmesi için aşağıda ayrıntılı bir şekilde açıklanacaktır.

1. Zihinsel Yetersizlik

Zekâ, zihnin öğrenmelerinden fayda sağlama, yeni durumlara uyum sağlayabilme ve farklı çözüm yolları üretebilme yeteneğine dair karmaşık bir süreçtir. Zihin; öğrenme, düşünme, bellek ve algılama gibi çok sayıda işlevi içerisinde barındırmaktadır (Gardner, 1997). Bu bağlamda, zihinsel yetersizliğe ilişkin tarihsel süreçte birçok tanım yapılmıştır. Zihinsel yetersizlikle ilgili ilk tanımın Hipokrat

tarafından milattan önce 400'lü yıllarda yapıldığı kabul edilmektedir. Bununla birlikte 16. yüzyıla kadar geçerli tanımlama çabaları ile de karşılaşmamaktadır. 1845' te Fransız psikiyatrist Esguirol tarafından ilk resmi tanımlama yapılmıştır. Yapılan tanımlamada zihinsel yetersizliği bulunan birey ise idiot olarak isimlendirilmiştir (Sucuoğlu, 2016). 1940'larda ise Doll ve ardından 1961 yılında Haber, daha sonra da Grossman tarafından zihinsel yetersizlikle ilgili yapılan tanımlar sonraki yıllarda yapılan tanımlamalara büyük ölçüde öncülük etmiştir (Özsoy ve ark. 1989).

Üzerinde herkesin anlaştığı bir tanım bulunmamakla birlikte alanyazın incelendiğinde bu grup da yer alan bireyler için “geri zekâlı”, “özel gereksinimli”, “gelişim geriliği gösteren”, “zihin geriliği olan”, “gelişimsel yetersizliği olan” ve “zihinsel engelli” gibi tanımlamaların yapıldığı görülmektedir (Aykara, 2015).

Çağlar, (1979) zihinsel yetersizliğin; zekânın eksikliği veya yetersiz zekâ anlamını içerdiğini belirtmiştir. Zekâsal gelişimlerinde meydana gelen yavaşlama, duraklama ya da gerilemelerden kaynaklı davranış ve uyum noktasında akranlarına kıyasla sürekli gerilik ve yetersizlik durumu gösteren bireyleri “geri zekâlı” olarak ifade etmiştir.

Bununla birlikte Eripek, (1996) zekâ geriliğini, 18 yaşından gün almadan önceki süreçte bireyin; algılama, muhakeme edebilme, problem çözebilme, öz bakım becerilerine sahip olma, soyut düşünebilme, sosyal becerilere sahip olma, sağlık ve güvenlik, kendini yönetebilme, ev hayatı ve pratik becerilerde yetersizliklerinin olduğu bir durum olarak tanımlamıştır.

Literatürdeki güncel tanımlara baktığımızda zihinsel yetersizlik; doğum öncesi, doğum sırası ve doğum sonrası oluşan, merkezi sinir sistemini etkileyen birtakım durumlarla zihinsel gelişimi ve zihin fonksiyonlarının işlevlerini yavaşlatan, gerileyen ve bununla birlikte etkili uyumsal davranışların sergilenmesinin önünde engel teşkil eden, bireyi sosyal ve akademik performansında yetersiz duruma getiren ve süreklilik arz eden bir durumdur (Çoban Esen, 2003).

Başka bir ifade ile; zeka bölümünün 70'in altında olması sosyal olarak yetersizliği ve sürekli olarak problemlili davranışları içeren çeşitli zeka geriliklerini göstermektedir (Butcher, Mineka, Hooley, 2008).

DSM-5'e bakıldığında ise zihinsel yeti eksikliği tanı ölçütü üç belirti kümesini içermektedir. Zihinsel işlevsellikte bozulmalar, uyumsal davranışta yetersizlikler ve gelişim sırasında başlaması. İlk iki belirti kümesindeki değişiklikler DSM-5'i AZYED'in (Amerikan Zihinsel ve Gelişimsel Yeti Eksiklikleri Derneği) yaklaşımıyla daha tutarlı hale getirmiştir. Öncelikle, ZB (zeka bölümü) puanının, bireyin kültürel bağlamına göre değerlendirilmesi açıkça kabul edilmiştir. İkinci olarak uyumsal işlevsellik bireyin yaşı ve kültürel grubu dikkate alınarak değerlendirilmekte ve ele alınmaktadır son olarak DSM-5 artık DSM 4'de yapıldığı gibi hafif orta ve ağır zihinsel yeti eksikliği arasındaki ayrımı yalnızca ZB puanlarına dayanarak yapmamaktadır. Bunun yerine zihinsel yeti eksikliğinin derecesi üç alanda değerlendirilmektedir. Bu alanlar; kavramsal, sosyal ve uygulamaya yönelik alanlardır (Kring, Johnson, Davison ve Neale, 2017).

Yukarıda yapılan tanımlar bağlamında; tarihin her devrinde gelişimi diğerlerinden farklı insanların var oldukları görülmüştür. Dolayısıyla insanların zihinsel yetersizliği tanımalarının insanlık tarihi kadar eski olduğu ve tarih boyunca zihinsel yetersizliği olan bireylerin farklı şekillerde adlandırıldıkları söylenebilir.

Zihinsel yetersizlik ile ilgili ilk yazılı dokümanlar 16. yüzyıla ait olmasına rağmen bazı arkeolojik çalışmalardan elde edilen bulgular, zihinsel yetersizliğin tarihi süreç içerisinde daha eski yıllara dayandığını göstermektedir. İlk kabilelerde zihinsel ve bedensel olarak farklılık gösteren bireylere çoğunlukla korku ile yaklaşmış ve bu farklılıklar utanılacak bir durum olarak kabul edilmiş ve bu düşüncelerine boş inançlar, hurafeler ve masallarla dayanak oluşturmuşlardır. Aynı zamanda bu kabilelerde, farklılığı olan insanlar yiyeceği suyu tüketen ve buna rağmen üretime katkısı olmayan, bu nedenle de toplum için ekonomik olarak bir külfet anlamına gelen bireyler olarak

düşünülmektedir. 1800' lü yıllardan önce, bazı istisnai durumlar haricinde ağır derecede zihinsel yetersizliğe sahip bireyler toplum açısından büyük bir problem oluşturmamıştır. Bunun nedeni bu bireylerin ya öldürülmeleri ya da daha çok küçükken çeşitli nedenlerden dolayı hayatlarını kaybetmiş olmalarıdır (Sucuoğlu, 2016).

Tarih öncesi dönemlerden Mezopotamya, Yunan ve Roma gibi antik medeniyetlere doğru ilerledikçe, toplumun engelli bireylere karşı sergilediği davranışların çeşitlilik arz ettiği söylenebilir (Sucuoğlu, 2016).

17. ve 18. yüzyılda zihinsel yetersizliği olan bireylerin aldığı eğitime yönelik herhangi bir gelişme yaşanmadığı, ancak Rönesans döneminden itibaren zihin yetersizlik durumuna yönelik olarak daha bilimsel ve akılcı bir tutumun sergilendiği söylenebilir. Zihinsel yetersizliği olan bireyler için önemli eğitimsel faaliyetlerin 1800 lü yıllardan sonra sağlandığı görülmektedir (Sucuoğlu, 2016).

19. yüzyılda zihinsel yetersizliği olan bireyler için sistematik sağaltım çalışmaları başlatılmıştır. Bu yüzyılın başları farklı engel türlerindeki çocuklar için yapılan çalışmalarda heyecan, istek ve heves unsurlarının gözlemlendiği bir dönemdir. 19. yüzyılda zihinsel yetersizliği olan çocukların eğitime yönelik ümit verici yöntemler uygulanmaya başlamıştır. 20. yüzyılda ise yapılan bu çalışmalar uzun soluklu olmamıştır. Bu dönemde olumsuz tutumlarla birlikte kötümser bir hava sürece hâkim olmuştur. Bunun yanı sıra 20. yüzyıl için en önemli gelişmelerin başında konuya ilişkin birçok ders kitabının yayınlanması kabul edilir (Sucuoğlu, 2016).

1950'li yıllardan günümüze uzanan süreçte ise özel eğitim hizmetleri yaygınlaşmış ve eğitim alan öğrenci sayısı ivme kazanmıştır. Özel eğitim alanında çalışacak öğretmenlerin yetiştirilmesi için çalışmalar başlatılmış, zihinsel yetersizliği olan çocukların eğitime ilişkin ders kitapları yazılmıştır. Engelli bireylerin hayatlarında en önemli öge olan anne babalar kurdukları gönüllü kuruluşlarla zihinsel yetersizliği olan bireylerin eğitiminde aktif olarak çalışmışlardır (Sucuoğlu, 2016).

1970’li yıllar zihinsel yetersizliği olan bireylerin eğitimi için bir dönüm noktası olarak kabul görmüştür. Bunun nedeni ise 1974 yılında Amerika’ da kabul edilen Engelli Çocukların Eğitimi Yasası olmuştur. Çünkü bu yasa engelli bireylerin eğitimi üzerinde çok büyük bir etki yaratmıştır ve tüm engelli bireylerin eğitim hakları savunulmuş, ücretsiz ve ihtiyaçlarına yönelik eğitimi alması, çocukların uzmanlar tarafından, amaca uygun ve geçerliliği olan testlerle, kendi ana dillerinde değerlendirilmeleri, her çocuğa kendi ihtiyaçlarına yönelik bireysel programlar düzenlenmesi sağlanmıştır (Sucuoğlu, 2016).

1980 ‘lerde kaynaştırma faaliyetleri aktif hale getirilmiş ve yeni felsefi bir bakış açısı ortaya konulmuştur. Bu bağlamda engelli çocukların genel eğitim sınıflarında eğitim görmeleri anlamına gelen kaynaştırma kavramı “genel eğitim programlarının, engelli çocukların gereksinimlerini genel eğitim sınıflarında karşılamak üzere uyarlaması” şeklinde planlanmıştır (Sucuoğlu, 2016).

1990’lı yıllarda ise, zihinsel yetersizliği olan çocuklar için genel eğitim sınıflarının normal kabul edildiği bir dönem yaşanmıştır. Bununla birlikte eğitim sisteminde güncel bir bakış açısı daha oluşturulmuştur. Buna göre eğitimde hedef, “zihinsel yetersizliği olan bireyin karar vermesini, kişisel bağımsızlığını ve yaşam kalitesini arttırmak” olarak kabul görmüştür. Bunun yanı sıra bütünleştirme kavramı popülerlik kazanmış ve “kaynaştırma” terimi ile sık sık karıştırılan bu kavram, birçok uzman tarafından farklı tanımlanmıştır. Son tanımlardan “engelli öğrencinin genel eğitim sınıflarına katılması ve katılımın yapısı ile süresinin öğrencinin özelliklerine göre belirlenmesi” olarak ifade edilmiştir (Sucuoğlu, 2016).

Sonuç olarak geçmişten günümüze kadar zihinsel yetersizliği olan bireyler için, çeşitli hizmet alanlarında ayrımcılıktan kaynaştırmaya yani bütünleştirmeye ve destek hizmetlerine geçiş sürecini ifade eden bir değişim döneminin varlığı söz konusudur. Bu dönemde engel kavramında sınıflama, tanımlama ve terminoloji açısından pek çok

değişiklikler olmuş ve bu değişiklikler toplumun zihin yetersizliği olan bireylere bakış açısını da etkilemiştir (Sucuoğlu, 2016).

Ülkemizde ise engelli çocukların eğitimine yönelik ilk çalışmalar 1950’li yıllarda Ankara’da başlatılmıştır. 1952 yılında, Mili Eğitim Bakanlığı ve Talim Terbiye Kurulu’nda, zihinsel yetersizliği olan çocukların eğitimine yönelik iki önemli karar alınmıştır. 1952 yılının Nisan ayında alınan bu kararda “arızalı öğrencilerin diğer öğrencilerle eşit şartlar içinde okullara alınması”, Mayıs 1952’ de alınan kararda ise “özel eğitim ve öğretime muhtaç çocuklara mahsus okulların mütehasşis öğretmenlerini yetiştirecek bölüm açılması” gündeme gelmiştir. Bu kararlar doğrultusunda Gazi Eğitim Enstitüsüne bağlı bağımsız bir özel eğitim bölümü açılması kararlaştırılmıştır (Sucuoğlu, 2016).

1959 yılında günümüzde Rehberlik ve Araştırma Merkezi olarak isimlendirilen Araştırma ve Rehberlik Klinikleri açılmıştır. 1970’li yılların ardından zihinsel yetersizliği olan çocuklar için farklı düzenlemelerle çeşitli eğitim kurumları faaliyet göstermeye başlamıştır ve ilk meslek okulu 1981’de Bursa’da açılmıştır. 1987 yılında da öğretilabilir zihinsel yetersizliği olan çocuklar için ilk eğitim uygulama okulu faaliyete girmiş, 1994 yılında ise mesleki eğitim merkezleri zihinsel yetersizliği olan çocukların eğitim sistemi içine dâhil edilmiştir (Sucuoğlu, 2016).

Bu bağlamda Türkiye’de diğer gruplardaki gibi zihinsel yetersizliği olan çocuklara sağlanan hizmetler 573 sayılı kararname ve 2006 yılında çıkarılan Özel Eğitim Yönetmeliği doğrultusunda geliştirilmiştir. Bu yönetmelikte zihinsel yetersizliği olan çocuklar için kaynaştırma uygulamaları esas alınarak özel eğitim kurumlarının açılabilceği ifade edilmiştir. Ülkemizde devlet kurumları ile birlikte sayıları her geçen gün artan özel eğitim kurumları da faaliyet göstermektedir. Bununla beraber üniversitelere bağlı olarak açılmış olan özel eğitim araştırma merkezleri ve okullarda da zihinsel yetersizliği olan çocuklara ve ailelerine hizmet sunulmaktadır. Türkiye’de devlet tarafından organize edilen ve yürütölen özel eğitim hizmetlerinin yanı sıra gönüllü kuruluşlar tarafından yürütölen hizmetler de bulunmaktadır. Bu

hizmetler hem zihinsel yetersizliği olan çocuklara sağlanan özel eğitim hizmetlerini hem de ebeveynlerini ve toplumu bilgilendirmeyi hedefleyen seminerler, toplantılar, konferanslar ve çalıştayları kapsamaktadır (Sucuoğlu, 2016).

İlgili alanyazın incelendiğinde ülkemizde son dönemlerde üniversitelerde zihinsel yetersizliği olan çocukların özellikleri, kaynaştırma uygulamaları, ebeveynlerinin özellikleri, öğretim yöntemleri alanlarında yapılan çalışmaların hızla arttığı görülmektedir (Baykoç, 2015).

Zihinsel yetersizlik ile ilgili yaşanan bu gelişmeler zihinsel yetersizliği olan bireylerle ilgilenen farklı disiplin alanlarının oluşmasını sağlamıştır. Zihinsel yetersizlik konusunda yeni disiplin alanlarının meydana gelmesi ve artmasıyla zihinsel yetersizlikte, tanım, tanı ve sınıflandırmada ciddi bir kavram karmaşası olduğu görülmektedir (Beirne Smith, Patton ve Kim, 2006; Beirne-Smith, Ittenbach ve Patton, 1998).

Bu bağlamda Amerikan Zihinsel ve Gelişimsel Yeti Eksiklikleri Derneğinin (AZYED) tarihsel süreç içerisinde yaptığı tanımlar ise bu karmaşıklığın önüne geçmek adına ciddi bir etkiye sahiptir (AAIDD, 2010).. Amerika Birleşik Devletlerinde önceki ismi Amerikan Zekâ Geriliği Birliği (American Association Mental Deficiency/ AAMD), olan grup 2006'da adını değiştirmiştir. Bu değişikliğin kısmende olsa nedeni bugün zeka geriliği terimi yerine tercih edilen zihinsel yetersizlik teriminin kullanımının doğruluğunun kabul edilmesidir (Schalock, Luckasson, Shogren ve ark., 2007).

Yaşanan karışıklığın önüne geçmek için çoğu ruh sağlığı uzmanının kullandığı Amerikan Zihinsel ve Gelişimsel Yeti Eksiklikleri Derneğinin (AZYED) yayınlamış olduğu klavuzlardır. Dernek, zihinsel yeti eksikliklerinin sınıflandırılması ve belirlenmesi için düzenli olarak zihinsel yeti eksikliğin derecesinden çok, yüksek işlevselliğe ulaşmayı sağlamak için atılması gereken adımları belirlemeye odaklanan 11 farklı tanımlama ve sınıflandırma kitapçığı yayımlamıştır. Dernek, zihinsel

yetersizlik ile ilgili terimsel kavramların değişmesi nedeniyle süreç içerisinde isim değişikliğine gitmiştir. Dernek son olarak 11. basımı, 2010 yılında yayınlamıştır. 2002 ve 2010 tarihli klavuzlar arasında en önemli fark, isim değişikliğidir. Artık zeka geriliği yerine zihinsel yeti eksikliği terimi kullanılmaktadır. Son olarak Amerikan Zihinsel ve Gelişimsel Yeti Eksiklikleri Derneği (AZYED) ismini alarak halen bu isimle bilimsel çalışmalarını devam ettirmektedir (Kring, Johson, Davison ve Neale, 2017).

Eski adı Amerika Zihinsel Engelliler Birliği (AAMD) olan Amerikan Zihinsel ve Gelişimsel Yeti Eksiklikleri Derneğinin (AZYED) 1983 yılında yaptığı ve alanyazında uzun bir süre boyunca geçerli tanım olarak kabul goren tanım şu şekildedir: “Gelişim süreci içinde genel zihinsel işlevlerde normale kıyasla görülen önemli derecede gerilik ve bununla birlikte bireyin sergilediği uyumsal performanslarında yetersizlik gözlenmesi durumudur” (AAIDD, 2007).

Yapılan tanımlar içinde en kapsamlı olanı, Amerikan Zihinsel ve Gelişimsel Yeti Eksiklikleri Derneğinin 2010 yılında yayımlanan en güncel yönergesinde yer almıştır. Bu yönergeye göre zihinsel yetersizlik yani zihinsel yeti eksikliği; 18 yaşından önce başlar kavramsal, sosyal ve pratik uyum becerileri ile birlikte zihinsel işlevlerde kendini gösteren davranışların her ikisinde dikkate değer ölçüde sınırlılıkla kendini gösteren bir yetersizliktir (Kring, Johson, Davison ve Neale, 2017).

Bu yetersizlik durumu 18 yaşına gelmeden ortaya çıkmaktadır (Luckasson ve ark, 2002) . Zihinsel yetersizliği olan bireyler, özel eğitime ihtiyacı olan çocuklar arasında önemli orandaki bir grubu kapsamaktadır ve ırk ayrımı gözetmeksizin çeşitli toplumlarda gzlemlemlenebilmektedir (zsoy, zkahraman ve allı, 2006).

Ülkemizde 2006 yılında Milli Eğitim Bakanlığı tarafından Resmi Gazetede yayınlanan yönetmelikte, zihinsel engel ve zihinsel yetersizlik terimleri birlikte ele alınmıştır. Zihinsel yetersizliği olan birey tanımlanırken, 18 yaşından önceki gelişim dönemlerinde görülen, zihinsel işlevleri açısından ortalamadan iki standart sapma

farklılık barındıran ve bu duruma bağlı olarak da kavramsal, sosyal ve pratik uyum becerilerinde ciddi sınırlılıkları tespit edilen ve özel eğitime, destek eğitimlerine ihtiyaç duyan bireyler olarak tanımlanmıştır (www.meb.gov.tr).

Yukarıdaki tanımlardan yola çıkılarak zihinsel yetersizliği açıklayan tanımlardaki ortak özellikler “zihinsel fonksiyonlarda gerilik”, “uyumsal davranışlarda yetersizlik” ve bunların bireyin gelişim süreci içindeki yansımaları olduğu söylenebilir. Zihinsel yetersizlik kavramının daha iyi anlaşılabilmesi için bu duruma neden olan faktörlerin ve zihinsel yeterizliğin sınıflandırılmasının ayrıntılı olarak ele alınmasının yararlı olduğu düşünülmektedir.

a) Zihinsel Yetersizliğe Neden Olan Faktörler

Zihinsel yetersizliğin nedenlerinin sadece bir kısmı bilinmekte olup, bu nedenlerin doğum öncesi, doğum sırası ve doğum sonrasındaki pek çok faktörün bir araya gelmesi sonucunda ortaya çıktığı görülmektedir.

1. Doğum Öncesi Nedenler (Prenatal Nedenler)

Annenin hamileliğin ilk üç ayında geçirdiği; enfeksiyonlar (rubella, sifiliz, toksoplazmavb.), zehirlenmeler (kurşun, çeşitli ilaçlar vb), endokrin bozuklukları (hipotiroidi, hipoparatiroidi), çocuğun anne karnında oksijensiz kalması, annenin ağır yaşam koşulları (stres, maddi yetersizlikler vb.), annenin radyoaktif maddelere maruz kalması, kontrolsüz ilaç kullanımı, beslenmesi çocuklarda zihinsel yetersizliğe neden olabilmektedir (Yavuz, 2016).

Bununla birlikte genetik etkenler (kromozomal nedenler, cinsiyet kromozomu bozuklukları, tek gen hastalıkları), hamilelikte annenin içki, sigara, uyuşturucu kullanımı, kan uyuşmazlığı, akraba evlilikleri, erken (18 yaş altı) ve geç (35 yaş ve üstü) hamilelikler ve annenin duygusal durumu da yine çocuklarda zihinsel yetersizliğe etki edebilmektedir (Yavuz, 2016).

2. Doğum Sırası Nedenler (Perinatal Nedenler)

Doğum travmaları, zor doğumlar, solunum güçlüğü, kordon dolanması, doğumda forseps, doğum sırasında vakum benzeri araçların doğru kullanılmaması, erken veya geç doğum gibi hamilelik süresinden sapmalar çocuklarda zihinsel yetersizliğe sebep olmaktadır. Ayrıca doğumun uzmanlar tarafından, uygun koşullarda yapılmaması da çocuğun engelli olmasına sebep olmaktadır (Tekinarslan, 2010).

Doğum sırasında bebeğin oksijensiz kalması ve beyin sarsılması sebebiyle ortaya çıkan beyin hasarı, bu sebeplerin başında gelmektedir. Yine de bebeğin oksijensiz kalması, zihinsel yetersizlik için tek başına yeterli bir neden değildir. Burada dikkat edilmesi gereken esas nokta, oksijensiz kalma durumunun beynin hangi lobunu etkilediği ve oksijensiz kalma süresidir (Tekinarslan, 2010).

3. Doğum Sonrası Nedenler (Postnatal Nedenler)

Doğum sonrası dönemde bebeğin geçirdiği hastalıklar (menenjit, zatürre, bronşit, astım gibi), yaşanan kazalar (trafik kazaları gibi), maruz kaldığı fiziksel şiddet ve yetersiz beslenmesi gibi durumlar mevcut nedenler arasındadır (Tekinarslan, 2010).

Bunun yanı sıra zehirlenmeler, enfeksiyonlar, bakteri, virüs ve mantara bağlı merkezi sinir sistemi hastalıkları, kafa travmaları, beyin tümörleri, yabancı cisim aspirasyonu, beslenme bozuklukları, şiddetli travmalar sonucunda beyinde meydana gelen kanamaların da zihinsel yetersizliğe sebep olduğu bilinmektedir (Baykoç, 2015).

b) Zihinsel Yetersizliğin Sınıflandırılması

İlgili alanyazın incelendiğinde zihinsel yetersizliğe ilişkin çalışan uzmanların, farklı sınıflandırmalar yaptığı görülmektedir. Günümüzde yaygın olarak kullanılan psikolojik ve eğitsel sınıflandırmanın ilgili alanyazın sıkça kullanıldığı görülmektedir.

1. Psikolojik Sınıflandırma

Psikolojik sınıflandırmada zihinsel yetersizlikler hafif, orta, ağır, çok ağır derecede olmak üzere dört başlık altında incelenmiştir.

- **Hafif derecede zihinsel yetersizlik:** Zekâ bölüm puanları 50-55 ile 70 arasında olan bireylerdir. Genellikle bu bireyler akademik beceri gereksinimlerinin arttığı birinci veya ikinci sınıfa kadar fark edilmezler. Ancak okulda akranlarına göre daha yavaş öğrenmektedirler (Ersoy ve Avcı, 2001).

Ayrıca bu bireylerde duyu ve motor alanda akranlarına oranla ciddi bir gerilik söz konusu değildir. Hafif düzeyde zihinsel yetersiz bireyler, dil gelişimi ve sosyal alandaki becerilerinin büyük bir kısmını akranları gibi okul öncesi dönemde kazanmaktadır. Bu durumda bireylere tanı koymayı zorlaştırmaktadır. İlerleyen süreçte de akademik başarıda yüksek bir beklenti gerektirmeyen sosyo-kültürel alanlarda, hafif düzeyde zihinsel yetersizliğin önemli bir sorun teşkil etmeyeceği söylenebilir. Aynı zamanda ciddi bir beceri gerektirmeyen ya da düşük bir beceri gerektiren pratik el işlerinde de genel olarak sorun yaşamazlar. Ancak bu bireyler duygusal ve sosyal bakımdan gelişmemişse bu noktada akranlarına kıyasla zihinsel yetersizlik açıkça belli olmaktadır (Yüksel, 2001). Erken tanı ve erken eğitim ile bu çocukların başarılı olabildikleri görülebilmektedir. Bireyler uygun eğitim desteğiyle toplum içinde başarıya ulaşabilirler. Ortalamanın üstünde sosyal ve iletişim becerileri geliştirebilirler. (MEGEP, 2007).

- **Orta derecede zihinsel yetersizlik:** Zekâ bölüm puanları 35-40 ile 50-55 arasında olan bireylerdir. Zekâ yaşları yaklaşık olarak 6 ile 8,5 yaş arasında yer almaktadır (Ersoy ve Avcı, 2001). Genellikle zihinsel yetersizlik okul öncesi dönemde fark edilmektedir. Süreç ilerledikçe de zihinsel, sosyal, motor gelişim alanlarında akranlarıyla aralarındaki farklılıklar belirgin bir şekilde ortaya

çıkılmaktadır. Sosyal, duygusal ve dil gelişim alanlarında gecikme vardır (MEGEP, 2007).

Bu bireylerde orta düzeyde zihinsel yetersizliğe ek olarak ağır derecede olmamak üzere çoğu zaman bedensel engele de rastlanmaktadır. Orta düzeyde zihinsel yetersizliği olan bireyler, genellikle kendi kendilerine bakmayı öğrenebilirler, günlük rutin işleri gerçekleştirebilirler, basit görevleri yerine getirebilirler. Okulda, sınıf içinde kurallara uymakta çok ciddi bir sorun yaşamazlar da, akademik süreçlerde başarısızdırlar. Bu bireyler erken tanı ve erken eğitim ile günlük bakımlarında kısmen bağımsız olabilirler. Ayrıca denetim altında toplum içinde yaşamlarını sürdürebilir (Öztürk, 2014) ve yetişkinlik dönemlerinde korumalı işyerlerinde çalışarak hayatlarına devam edebilirler (MEGEP, 2007).

- **Ağır derecede zihinsel yetersizlik:** Zekâ bölüm puanları 20-25 ile 35-40 arasında olan bireylerdir. Ciddi biçimde konuşma ve dil gelişim bozukluğu, sosyal, duygusal ve davranışsal problemleri vardır. Zekâ yaşları kabaca 3,5 ile 6 yaş arasında yer almaktadır. Algısal yetenekleri çok zayıftır. Basit konuşma ve emirleri anlarlar. Temel özbakım becerilerini öğrenmede gecikmeler söz konusudur (Ersoy ve Avcı, 2001).

Bu bireylerde zihinsel yetersizlik durumu daha çok doğum sırasında ya da doğum sonrasında tespit edilmektedir. Bu bireylerin engel durumlarının yanı sıra farklı sağlık sorunları da olduğu gözlenmektedir. Genel olarak bireysel ihtiyaçlarını gidermede yetersiz kalmaktadırlar. Hareket kabiliyetleri sınırlıdır ve başkalarının yardımı olmadan hareket edemezler, sürekli olarak başkalarının bakımına muhtaçtırlar (Eripek, 1996). Temel gelişimsel becerileri, iletişim becerileri, uyumsal davranışların geliştirilmesine öncelik verilerek bu doğrultuda çalışmalar yapılmalıdır (MEGEP, 2007).

- **İleri düzeyde ağır derecede zihinsel yetersizlik:** Zekâ bölüm puanları 20-25 'in altında olan bireylerdir. Zekâ yaşları tahmini 3,5 yaşın altındadır (Ersoy ve

Avcı, 2001). Çocukların engellilik durumu doğum sırasında ya da doğum sonrasında fark edilir (Gönener ve ark. 2010). Duyusal-motor alandaki fonksiyonları minimal düzeydedir. Bireysel olarak özbakım becerilerini gerçekleştirmeleri mümkün değildir. Konuşma kabiliyetleri yoktur, etraflarında olup biteni algılayamazlar. Genel olarak engel durumları haricinde farklı engelleri de vardır. Tam bir denetim gereklidir. Ölüm oranları yüksektir (MEGEP, 2007).

2. Eğitsel Sınıflandırma

Eğitsel sınıflandırma yapılması ile zihinsel yetersizliği olan çocukların neyi ne derecede öğreneceklerinin yanıtı aranmaktadır. Eğitsel sınıflandırmada zihinsel yetersizliklikler eğitilebilir, öğretilebilir ve ağır derecede zihinsel yetersizler olmak üzere üç kategoride ele alınmıştır.

- **Eğitilebilir zihinsel yetersizlik:** Zekâ bölüm puanları 50-54 ve 70-75 aralığında olan bireylerdir. Genellikle çocukların akademik başarıları akranlarına göre gerilik gösterir. Bu çocuklar genel olarak akademik öğretimden yararlanabilmekte, okuma, yazma, matematik, özbakım becerilerini öğrenebilmektedir. Yetişkinlik çağına geldiklerinde bağımsız yaşayabilir ve bir işte çalışabilirler (Yavuz, 2016).
- **Öğretilebilir zihinsel yetersizlik:** Zekâ bölüm puanları 35-40 ile 50-55 arasında olan bireylerdir. Gelişim özellikleri akranlarına göre dikkate değer ölçüde farklılık gösterdiği için gerilikleri genel olarak okul öncesi dönemlerde fark edilir. Temel akademik başarılarında akranlarına kıyasla gelişme gösteremedikleri görülmektedir. Bu çocuklar akademik becerileri öğrenmede ciddi güçlük yaşarlar. Yetişkinlik dönemlerinde, sosyal uyum yeteneklerine bağlı olarak korumalı işlerde istihdam edilerek ülke ekonomisine ve bireysel olarak kendilerini idame ettirmelerine katkıda bulunabilirler. Ancak aile ve iş hayatlarında değişebilir oranlarda başkalarına bağımlılıkları söz konusudur. Bu

sebeple de bu bireylerin eğitiminde en önemli gaye, bağımlılıklarını en aza indirmeye çalışmaktır (MEGEP, 2007).

- **Ağır ve çok ağır derecede zihinsel yetersizlik:** Zekâ bölüm puanları 35 ve daha altında olan bireylerdir. Bu bireyler bir takım basit özbakım becerilerini kısmen öğrenebilirler. Bununla beraber hayatları boyunca devamlı yardıma ihtiyaçları vardır (Ersoy ve Avcı, 2001).

Zihinsel yetersizliğin nedenleri ve sınıflandırılmasının yanı sıra zihinsel yetersizliği olan çocukların ve ebeveynlerinin sahip olduğu özelliklerin araştırma konusu kapsamında ele alınması gereken önemli başlıklar arasında olduğu düşünülmektedir.

c) Zihinsel Yetersizliği Olan Çocukların Özellikleri

Zihinsel yetersizliği olan çocukların genel özellikleri hakkında bilginin olması, bu grubu daha iyi anlamamızı ve grubun gereksinimleri hakkında fikir sahibi olabilmemizi sağlaması açısından oldukça önemlidir (Sucuoğlu, 2016).

Zihinsel yetersizliği olan çocuklar geniş ve çeşitlilik gösteren bir grup yapısına sahiptir. Bu nedenle zihinsel yetersizliği olan çocuklar genele bakıldığında benzer özellikler gösterse de özelde bu çocukların sahip olduğu özellikler farklılık içerebilir. Çocukta var olan zihinsel yetersizliğin nedeni, çocuğun yaşı, zihinsel yetersizliğinin düzeyi ve zihinsel yetersizlik düzeyine uygun aldığı eğitim bu çocukların nitelikleri üzerinde etkilidir (Cavkaytar ve Diken, 2006).

Zihinsel yetersizliği olan çocukları yaşlılarından ayıran en önemli farklılık öğrenme yetilerindeki yetersizliktir. Bu çocuklarda zihinsel yetersizliğinin düzeyi ile ilintili olarak öğrenmede bir başkasının yardımına ihtiyaç duyma oranı farklılık göstermektedir (Ahmetoğlu, 2004).

Zihinsel yetersizliği olan çocuklar akranları ile benzer zihinsel gelişim süreçlerinden geçmektedir. Fakat zihinsel yetersizliği olan çocukların bu süreçten geçiş hızları akranlarına göre daha yavaştır. Aynı zamanda bu çocukların dikkatlerini toplayabilme ve ilgi duyma süreleri daha az ve düzensiz olduğu için öğrenme süreçleri de yavaş ve uzun sürede gerçekleşmektedir. Genelleme, kazanılan bilgileri aktarma ve yeni durumlara uyum sağlamada oldukça zorluk çekerler. Bununla birlikte zaman kavramı ve diğer soyut kavramları da akranlarına göre geç ve zor kavrarlar (Ahmetoğlu, 2004).

Zihinsel yetersizliği olan çocukların dil gelişimi de akranlarına kıyasla daha geridir. Bu çocukların, dil gelişim süreçleri akranları ile benzer olmakla birlikte gelişim hızları akranlarına oranla daha yavaştır (Sucuoğlu, 2016). Bu bağlamda zihinsel yetersizliği olan çocuklarda rastlanan konuşma bozuklukları; kekemelik (ritim bozukluğu) artikölasyon bozuklukları (sesin düşürölmesi veya atlanması, ses eklenmesi, sesin değiştirilmesi ve sesin bozulması), ses bozuklukları (disfoni), gecikmiş konuşma ve yabancı dil ve bölgesel konuşma ayrılıkları (damak ve dudak yarıklığı, afazi ve disleksi) olarak gruplandırılabilir (Özgür, 2015).

Zihinsel yetersizliği olan çocukların günlük yaşam faaliyetlerinde bağımsız olmalarını engelleyen en önemli sorunlar arasında düşük fiziksel uygunluk seviyelerinden ve uzun reaksiyon sürelerinden söz edilebilir (Yıldırım ve Yılmaz, 2004).

Bu çocuklar, akranlarına kıyasla kendilerini sosyal yaşamda daha az güvende hissettikleri için başkalarının yardımına ihtiyaç duymaktadırlar. Bu nedenle kendi başlarına bir işi başlatıp devam ettirme noktasında güçlük çekmektedirler (Özgür, 2004).

Bununla birlikte zihinsel yetersizliği olan çocuklar başkalarıyla ilişki kurmakta akranlarına kıyasla zorlanmaktadırlar ve bu ilişkiyi devam ettirmekte de güçlük çekmektedirler. Kendi akranlarından daha küçük bireylerle arkadaşlık etmeyi tercih

etmektedirler. Toplumsal normların yanı sıra oyun kurallarına dahi uymakta zorluk yaşamaktadırlar (Özgür, 2004).

d) Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Özellikleri

Zihinsel yetersizliği olan çocukların ebeveynleri üzerinde çeşitli çalışmalar yapılmıştır. Elde edilen bulgulara göre bu ebeveynlerin özellikleri aşağıdaki gibi sıralanabilir;

- Ekonomik gelir düzeyi düşük ailelerdir. Ebeveynlerin sosyo- ekonomik düzeyleri sırasıyla çok düşük, düşük ve ortalamanın altıdır. Ebeveynler içinden az bir grupta orta ve yüksek sosyo- ekonomik düzeydedir.
- Ebeveynlerin sahip olduğu çocuk sayısı genel olarak fazladır. Çoğunlukla 3-6 çocuğa sahiptirler. Buna rağmen bazıları da 2 çocuğa sahiptir.
- Ebeveynler gün içinde çalıştıkları için çocuklarının bakımlarını üstlenecek kimse yoktur. Bunun yanı sıra ölüm ve boşanma gibi nedenlerden dolayı çoğunlukla bu çocukların anneleri veya babaları yoktur. Üvey anne ve üvey babaya sahiptirler.
- Ebeveynlerin eğitim durumları genel olarak sahip oldukları çocukların sayısına göre okuma- yazma bilmeyen, okuma yazma bilen ve ilköğretim mezunu ebeveynlerden oluşmaktadır.
- Genellikle bu çocukların ev yaşantısında onların öğrenmelerini kolaylaştıracak bir ortam söz konusu değildir. Kitap ve dergi gibi eğitsel değer taşıyan yayınlar evlerine nerdeyse hiç girmemektedir.
- Ebeveynler arasında sıklıkla geçimsizlik olduğu görülmektedir. Bu çocuklar ebeveynleri için genellikle istenilmeyen çocuk konumundadır.
- Ebeveynler genel anlamda büyük yaşlarda olup; aralarındaki yaş farkı fazladır.

Sonuç olarak bu özellikler dikkate alındığında ailelerin sosyo-ekonomik durum ve eğitim düzeylerinin, zihinsel yetersizlik üzerinde büyük oranda etkili olduğu görülmektedir (Özgür, 2015).

Bununla birlikte zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ailelerin büyük bir çoğunluğu engelli bir çocuğa sahip oldukları için eş, akraba ve sosyal çevredeki diğer bireylerle de sorun yaşarlar. Zihinsel yetersizliği olan bireylerin anneleri ile yapılan derinlemesine görüşmelerde, anneler zihinsel yetersizliği olan çocuğunun doğumundan sonra eşleri ve çevredeki insanlarla sorun yaşadığını ve insanların kendilerine karşı anlayışsız davrandığını ifade etmişlerdir. Engelli çocuğu olan ailelerin çevredeki bireylerle ilişkilerinin bozulmasıyla ilgili ifadelere bakılacak olursa, normal gelişim gösteren bir çocuğun doğumu dahi, ebeveynler için zorlayıcı olabilirken, engelli bir çocuğun aileye dâhil olması o ailenin yapısında ve işleyişinde, aile üyelerinin rollerinde önemli değişikliklere sebep olmaktadır. Zihinsel yetersizliği olan bir çocuğun ihtiyaçları aile fertlerinin yaşam şekillerini ve planlarını etkileyerek, aile fertleri için yoğun bir kaygı ve strese sebebiyet vermektedir (Lafı, ztun, Alparslan, 2014).

Yukarıda zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin özellikleri açıklanmıştır. Bakıldığında bu ailelerin özelliklerinin normale göre farklılık gösterdiği görülmektedir. Bu bağlamda aşağıda yer verilen zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin uyum sürecini açıklayan modellerin incelenmesi araştırma konusunun anlaşılması noktasında oldukça önemlidir.

e) Zihinsel Yetersizliği Olan ocuğa Sahip Ebeveynlerin Uyum Sürecini Açıklayan Modeller

1. Aşama Modeli

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynler çocuklarına zihinsel yetersizlik tanısı konulduktan sonra bu durumu kabul etmekte zorlanıp, duruma uyum sürecinde bazı aşamalardan geçerler. Ebeveynler zihinsel yetersizliği olan çocuklarının hayatlarına dâhil olması ile ilk olarak davranışlarında ve düşüncelerinde kaygı ve karmaşa yaşarlar. Bununla birlikte ebeveynlerde şok, inkâr ve depresyon

durumları da sıklıkla görülmektedir. İkinci olarak süreci suçluluk, kararsızlık, kırgınlık ve utanma gibi tepkilerin yer aldığı bir aşama izler. Son olarak ise durumu kabul etme ve anlaşıma ile süreç sonlanır (Eracar, 2003).

Birinci Aşama

Şok: Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynler genellikle ilk aşamada şok tepkisini vermektedir. Çünkü ebeveynler engelli bir çocuk için hazırlıklı değildir. Şok tepkisi genel olarak kendini ağlama, çaresizlik ve duygusuzluk şeklinde gösterebilir. Bu bağlamda doğum öncesi dönemde bu konuda yapılan bir tanılama ile ebeveynlerde sürecin daha kolay atlatılması sağlanabilir (Gargiulo, 1985).

İnkâr: Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynler çocuklarına yapılan tanılamamanın sonucuna oldukça şüpheli yaklaşabilirler. Ebeveynler çocuklarının akranları ile aynı zihinsel süreçlerden geçtiğini düşünmek ister ve çocuklarının engel durumunu kabul etmeyerek bu noktada kendi düşüncelerine dayanak oluşturmak adına araştırmalar yapabilirler. Bu bağlamda ebeveynler çocuklarının içinde bulunduğu süreci performans yetersizliğine bağlayarak çocuğun başarılı olması için zorlayıcı bir tutum sergileyebilirler. (Greenspan ve Wieder, 2004).

Depresyon: Bu aşamada zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynler ağlama nöbetleri, tükenmişlik, ümitsizlik ve yorgunluk gibi depresyon belirtileri yaşarlar. Ebeveynler zihinsel yetersizlik tanılmasıyla birlikte hayallerindeki ideal çocuk algısını sonlandırmak durumunda kalabilirler. Bu durum çoğu zaman çok sevdikleri, kıymet verdikleri birinin kaybindan hissedilen acıyla eş değer olabilir. Ebeveynler bu süreçte keder duygusunu yoğun olarak yaşarlar. Ancak verdikleri tepkilerin de çocuğun zihinsel yetersizlik durumunu ortadan kaldırmadığını görürler. Bu durumun üstesinden gelememe düşüncesiyle beraber de ebeveynler depresyon duygusunu yaşayabilir. Bu durum da ebeveynlerin sosyal ilişkilerden kaçınmasına neden olabilir. Bununla birlikte ebeveynler çocuklarının zihinsel yetersizlik durumu ile ilgili bilgilendikçe ve çocuğun aldığı eğitimlerin zihinsel gelişimine katkısını

gördükçe depresyon düzeyleri durumları azalabilmektedir (Greenspan ve Wieder, 2006).

İkinci Aşama

Suçluluk: Bu aşamada ebeveynler problemin kendilerinden kaynaklandıklarını düşünerek kendilerini suçlarlar. Suçluluk hissinin beraberinde öfke ve kızgınlık duygusu da görülebilir. Bu aşamada ebeveynler için üstesinden gelinmesi gereken en zor duygu suçluluk duygusudur. Bunun yanı sıra ebeveynler geçmişteki hatalarından dolayı cezalandırıldıkları düşüncesine de kapılabilirler. Ebeveynlerde çocuklarının zihinsel yetersizlik durumunun süreç içerisinde ortadan kalkacağı inancı oluşabileceği gibi bu durumun süregelen bir durum olduğu düşüncesi de hâkim olabilmekte bu da ebeveynlerin kendilerini kötü bir ebeveyn olarak görmesine ve ümitsizliğe kapılmasına neden olmaktadır (Greenspan ve Wieder, 2006).

Kararsızlık: Bu aşama zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının engelini kabul etmesine yönelik en önemli evrelerden biridir. Ebeveynlerin zihinsel yetersizliği olan çocuklarına uyum aşaması aileye göre değişiklik göstermektedir. Nitekim bu süreç bazı ailelerde kısa bazılarında ise uzun sürebilmektedir (Eracar, 2003).

Kızgınlık: Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin kızgınlık duygusu kendisine karşı olabildiği gibi eşine, doktora ve çevresindeki diğer insanlara karşı da olabilir. Bu bağlamda ebeveynlerin hissettikleri kızgınlık duygusunun engelli çocukta kaynaklandığını fark etmeleri önemlidir. Bu durum uygun savunma mekanizmalarının geliştirilmesiyle birlikte sonlandırılabilir. Bu dönemde ailelerin uzman desteği alması da sürecin daha kolay atlatılabilmesi açısından oldukça önemlidir (Eracar, 2003).

Utanma: Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynler sosyal çevrelerinden utanmaları nedeniyle çocuklarını ve kendilerini çevrelerinden

soyutlamayı ve çocuklarını gizlemeyi tercih ederler. Bu bağlamda utanma duygusunun gerekçeleri arasında çocuklarının acınacak ve alay edilecek bir konuma düşmesi, korkulacak biri olarak görülmesi, çevre tarafından kabul görmemesi ve ebeveynlerin çocuklarının eksikliklerini kendi eksiklikleri olarak görmeleri etkili olmuştur (Greenspan ve Wieder, 2006).

Üçüncü Aşama

Anlaşma: Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynler çocuklarının normale dönmesi için uzman kişilerle anlaşmaya hatta inançları doğrultusunda yaratıcı ile pazarlık etmeye kalkışabilirler. Anne-babalarda iyi bir uzman bulunduğu takdirde, çocuğunun iyileşebileceği inancı hâkimdir. Bu aşama zihinsel yetersizliği olan çocuğun kabul edilmesinden hemen önceki adım olarak ifade edilebilir. (Greenspan ve Wieder, 2006).

Kabul etme: Bu aşamada ebeveynler beklentilerini ve planlarını gerçekçi bir şekilde tasarlar. Zihinsel yetersizliği olan çocuklarının varlığını ve hayatlarına getirdiği değişiklikleri kabul ederler. Çocuklarına zihinsel yetersizlik tanısı konulduktan sonra birbirlerine daha az vakit ayırmaya başlayan eşlerin bu aşama ile beraber yeniden birbirlerine daha fazla vakit ayırmaya başladıkları gözlemlenmiştir.

Bununla birlikte ebeveynler çocuklarına yardım etme hususunda da daha gerçekçi bir şekilde hareket etmeye ve düşünmeye başlarlar. Zihinsel yetersizliği olan çocuklarının yanı sıra normal gelişim gösteren çocukları da ebeveynleri tarafından yeniden ilgi görmeye başlar. Bu aşama devamlılık gösterir ve sürecin son aşaması olarak kabul edilir. Fakat zihinsel yetersizlik durumunu kabul eden ve bunun sorumluluğuyla yaşamaya alışan ebeveynler için de hayatın daha zor olacağı bir gerçektir. Ebeveynler zihinsel yetersizliği olan çocuklarının okula başlamasıyla beraber çocuklarının akranlarını kendi çocuklarıyla kıyaslayıp yine birinci ve ikinci aşamadaki tepkileri verebilirler. Hatta çocukları akranlarının sınıf düzeyinden geriye

ümitsizlik ve depresyon duygularını da yeniden yaşayabilirler (Greenspan ve Wieder, 2006).

2. Sürekli Üzüntü Modeli (Kronik Keder)

Bu yaklaşımda zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının farklılığına toplumun takındığı tutum ve gösterdiği tepkiler, bununla birlikte aile içi yaşantılarındaki sorunlar sebebiyle süreklilik arz eden bir üzüntü ve kaygı durumu içindedirler. Aynı zamanda ailelerin bu uyum süreci içerisinde patolojik olmayan üzüntü ve kaygı durumları yaşadıkları da söylenebilir. Çocuklarının engelinin kabulü ile birlikte bu üzüntünün yaşanması sürecin tamamlanmasında karşımıza çıkan olağan durumlar arasındadır. Bu bağlamda çocuklarının durumuna çok üzülen ebeveynlerin aynı zamanda çocuklarının zihinsel gelişimi için ciddi bir şekilde çabalayabileceği de vurgulanmaktadır. (Akkök, 1997).

3. Kişisel Yapılanma Modeli

Kişisel yapılanma modeli, zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin tepkilerini ve uyum sağlama süreçlerini çoğunlukla bilişsel bir açıdan incelemektedir. Bu yaklaşımda ebeveynlerin sergiledikleri farklı tepkiler, durumları algılama ve yorumlamadaki bireysel farklılıklarından kaynaklanmaktadır. Ebeveynler geçmiş deneyimlerine ve beklentilerine bağlı olarak kendileri ve çocukları ile ilgili geleceğe yönelik planlar yapar ve bilişsel örüntüler meydana getirirler. Zihinsel yetersizliğe sahip bir çocuğun aileye dâhil olması ile bu bilişsel örüntüler uyuşmadığında ebeveynler yüksek düzeyde bir anksiyete yaşarlar. Bu süreç tamamlandığında da aile yeniden yapılanma aşamasına girer ve aile fertleri bu yeni oluşuma ayak uydurur (Akkök, 2003).

4. Çaresizlik - Güçsüzlük ve Anlamsızlık Modeli

Diğer modellere kıyasla, ebeveynler için daha olumsuz bir tablo ortaya koyan bu modele göre; zihinsel yetersizliği olan bir çocuğun aileye katılımının ebeveynlere

hissettirdiği duygular, çoğunlukla sosyal çevrenin bakış açısından kaynaklanmaktadır (Akkök, 2003). Buna göre; zihinsel yetersizliği olan bir çocuğun ebeveynine hissettirdiği duygular, sosyal çevrenin verdiği dönütler ile doğrudan ilgilidir. Dedeler, nineler ve yakınların durumu negatif ve çaresizlik olarak düşünmesi ebeveynlerin de buna yakın duygular hissetmesine neden olmaktadır. Ebeveynler zihinsel yetersizliği olan çocuğa uyum sürecinde bazı duygular hissederler ve belli evrelerden geçerler. Bu evrelerin süresi ve ebeveynlere hissettirdiği yoğunluk durumu bireysel farklılıklar gösterebilir. Bununla beraber zihinsel yetersizliği olan çocuğun bakım süreci, maddi yetersizlikler, doğru yardım ve gerekli eğitimin sağlanmaması gibi sorunlar ve bu süreçte alınan aile içi, dışı tüm destekler evrelerin başarıyla üstesinden gelinmesini sağlamada etkilidir (Çoban Esen, 2003).

Bu bağlamda toplumun ve devletin zihinsel yetersizliği olan çocuklara ve bu çocukların ebeveynlerine sunabildiği hizmetlerin niteliği ve niceliği de önemlidir. Zihinsel yetersizliği olan çocukların aldıkları destek eğitim hizmetleri, ailelere sağlanan danışmanlık hizmetleri ve toplumdaki bireylerin tutumları ebeveynlerin tepkilerini etkileyen unsurlar arasındadır (Akkök, 1997).

B. Problem Kavramı

Problem kavramı alan yazında pek çok farklı tanımla karşımıza çıkmaktadır. Türk Dil Kurumu (1979) problemi; düşünülp çözülmeye, konuşularak bir sonuca varılmaya gerekliliği olan durum olarak ifade edilmiştir.

Problem kavramının alan yazında karşımıza çıkan bir başka tanımında Jhon Dewey, problemi; bireyin zihnini şüpheye düşüren, inancı belirsizleştiren şeylerin tümü olarak tanımlamaktadır. Bireylerin yaşantıları içinde karşılaştıkları ve çözüm bulmakta zorlandıkları durumlar olarak da ifade edebileceğimiz bu tanıma göre, hayatın rutin akışı içerisinde karşılaştığımız pek çok şeyi problem olarak nitelendirebiliriz (Gelbal, 1991). “Problem” kavramı; bireyin karşılaştığı engeller dolayısı ile çözüm yolu bulamadığı, bireyi rahatsız eden spesifik yaşantılar olarak da

açıklanabilir. Problem çevreden kaynaklanabildiği gibi bireyin kendisi de problem durumuna kaynak olabilir. Benzer olaylar karşısında bireylerin verdikleri tepkilerin farklı olması bireylerin algısal farklılıklardan da kaynaklanabilir. Bu yüzden problemin kaynağını tek başına birey ya da çevre olarak ele alamayız. Birey– çevre etkileşiminde, beklenti ile elde edilen arasındaki tutarsızlıktan kaynaklı çatışma durumu olarak ifade edilebilir (Batıgün Durak, 2000). Bireyin belirli bir amaca ulaşmak maksadıyla elde ettiği bütün imkânları kullanmasına engel olan duruma problem denir. Dolayısı ile bireyin amacına ulaşmak için çaba harcarken geçirdiği süreçte karşılaştığı engeller onun için problem teşkil eder (Aksoy, 2003). Bu bağlamda “Problem; temelde, bireyin bir hedefe ulaşmasında herhangi bir engelle ile karşılaştığında oluşan çatışma durumudur.” (Morgan, 2004).

Problem kavramı için üç temel özellikten bahsedilir. Bu özellikleri; amaç, engel ve engellemeyi aşacak motivasyon olarak açıklayabiliriz.

Öğülmüş (2001) problem durumunun özelliklerini aşağıdaki gibi özetler:

- Mevcut durum ile olması istenilen durum arasındaki farklılık,
- Bireyin engelleyici durumu fark etmesi,
- Bireyin engelleyici durumu ortadan kaldırmak için girişimde bulunması,
- Kişinin rahatsız edici durumu ortadan kaldırmak için başvurduğu girişimlerinin engellenmesi (Öğülmüş, 2001).

İnsan toplumsal bir varlık olduğundan diğer bireylerle sürekli iletişim hâlinindedir. Bu süreç sırasında yetişkinlerin yaşayacağı problemlerin ortaya çıkması kaçınılmazdır. Dolayısı ile açıklanan problem kavramının ardından problem çözme, problem çözme süreci, problem çözme becerisi, problem çözme becerisini etkileyen faktörler, problem çözme becerilerinin alt boyutları, problem çözme becerilerini geliştirme başlıklarının yetişkinlerde problem çözme becerisinin daha iyi anlaşılabilmesi için ayrıntılı olarak ele alınmasının fayda sağlayacağı düşünülmektedir.

1. Problem Çözme ve Problem Çözme Süreci

Problem çözme kavramını; bireyin rutin hayatı içinde karşı karşıya kaldığı problemler için ne hissettiği ve düşündüğü, bununla birlikte nasıl davrandığı ve bunlarla nasıl başa çıktığı şeklinde ifade etmiştir (Heppner, 1987). Dolayısı ile problem çözme, bireyin sahip olduğu yeteneklerin, inançların, tutumların, sezgilerin, bilgilerin önceki yaşantıları ile birlikte değerlendirilmesini gerektirir (Charles, Lester ve O'Daffer, 1987).

Bireyler yaşamının ilk dönemlerinde daha çok maddi gereksinimlerini karşılamak amacıyla basit nitelikteki problemlerle karşılaşırken, yaşamlarının ileriki dönemlerinde daha kompleks ve toplumsal nitelikteki problemlerle karşı karşıya kalmaktadır. Bu problemlerin çözülebildiği ölçüde, bireylerin hayata uyum sağlamasında başarı sağlamış olduğu gözlemlenir (Büyükkaragöz, 1994). Dolayısıyla tüm bireyler, yaşamlarını sürdürdükleri alanlara uyum sağlayabilmek adına problem çözebilmeyi öğrenmelidirler. Var olan bazı problemlerin doğru kabul edilen yanıtları veya kesinlik içeren çözümleri mevcuttur. Bazı stratejiler kullanarak doğru kabul edilen çözümlere ulaşılabilir. Buna rağmen bazı problemlerin kesin çözümleri yoktur veya doğru yanıt birden fazladır. Bu problemlerin çözülebilmesi; disiplinler arası bilgiyi kullanabilmeyi, çok yönlü düşünebilme becerisini ve yaratıcı düşünme kabiliyetini gerektirir (Senemoğlu, 1995).

Cüceloğlu (1995) problem çözmeyi, bireyin amacına ulaşmasına engel olan bir durum olarak ifade etmiştir. Avrupa'ya seyahat etmek istiyorsunuz ama bu seyahat için yeterli bütçeye sahip değilsiniz; amacınız seyahat etmektir, engel ise bütçenizin yeterli olmayışıdır. Bu bağlamda problemlerin varlığının uzun veya kısa süreli, basit ya da kompleks bir nitelikte olabileceği gibi çeşitli problem türlerinde bir araya gelerek kompleks problemler halini alabileceğini ifade etmiştir. Thornton (1998) ise problemin çözülmesi, bir amaca nasıl ulaşılacağına bilinmediği durumlarda ne yapıldığı olarak tanımlamıştır.

Altun' a (2000) göre de problem çözmeye, ne yapılması gerektiğinin bilinmediği zamanlar için yapılması gerekeni bilmektir. O halde problem çözmeyi, belirli bir amaca ulaşmakta karşılaşılan engellerin üstesinden gelme süreci olarak tanımlayabiliriz. Ayrıca bireylerin yaşamlarında karşı karşıya kaldıkları problemlerin olmaması bunun yaşamları boyunca bir problemle karşılaşmayacakları anlamını taşımamaktadır. Sorunsuz bir yaşam beklentisi içinde olmak mümkün değildir. Bu nedenle sorunsuz bir yaşam beklentisi içinde olmak yerine, sorunların nasıl çözülebileceği konusunda alternatifler geliştirmek önemlidir (Güner, 2000).

Her bireyin problem çözmeye konusunda bireysel farklılıklar gösteren yöntemleri olmakla birlikte bu konuda alan yazına katkı sağlamış Morgan (1999) da problem çözmeye aşamalarını; bireylerin probleme yönelik bilgi ve materyalleri topladığı hazırlık aşaması, bireyin bir dönem için çözüm arayışından vazgeçtiği kuluçka aşaması, bireyin kavrama kapasitesinde artma meydana gelen ve yoğunlukla güncel fikirlerin olduğu aydınlanma aşaması ve son olarak bireyin fikirlerinin işe koşularak işlevsel olup olmadığının saptandığı değerlendirme basamağı olarak ifade etmiştir.

Buna karşın bireyler bazı durumlarda problemlerle baş etmek adına yanlış yollar deneyebilirler. Problemleri çözmede bireylerin başkalarının yönlendirmelerine ihtiyaç duyması, tepkide bulunurken düşünmemeleri ya da çözümü zamana bırakmak adına problemden kaçmayı seçmeleri gibi davranışlar sıklıkla yapılan hatalar arasında ilk sırada gelmektedir. Yapılan bu yanlışlar bireyin yaşantısına yeni problemlerin eklenmesine neden olabilmektedir. Oysaki problem çözmeye ciddi anlamda önemli bir süreci kapsamaktadır (Erdoğan, 2000). Bireyler bu süreçte elde ettikleri bilgiyi kullanıp, daha orijinal ve yaratıcı yeni çözüm yollarını bulabilmektedirler. Bireyin cesaretli, istekli ve kendine güvenli olması, problem çözmede başarıya ulaşmasını kolaylaştırır (Can, Öner ve Çelebi, 2004). Bununla birlikte bireylerin öğrenilmiş bilgileri yeni ve daha önce deneyimlemedikleri durumlara uygularken; bir sorun olduğunu fark etme, problem durumunu tanımlama, geçici çözümler ortaya koyma ve

bu çözümlerin doğru olup olmadığını denemesi de bireyin problem çözmede başarıya ulaşmasını kolaylaştırır (Budak, 2005).

Bu bağlamda problem çözme kavramı, yüksek düzeyli düşünme gerektiren, önemli çözüm yollarının tespit edilmesi, en uygun çözüm yolunun belirlenmesi ve karar verilmesi durumlarını içinde barındıran bilişsel ve davranışsal bir süreç olarak ifade edilebilir (Tezel ve ark. 2009). Dolayısı ile problem çözme kavramının sonuç değil bir süreç ifade eden bir niteliği vardır. Problemle karşılaşan bireylerin bu durumun üstesinden gelmek için gösterdikleri çaba problem çözme süreci olarak tanımlanmıştır (Latterell, 2003).

Açıkgöz (2011), problem çözme sürecinde yer alan başlıca işlemleri şu şekilde sıralamıştır.

1. Problem durumunun farkına varma;
2. Problem durumunu tanımlama;
3. Problem durumunun çözümü olabilecek seçenekleri tespit etme;
4. Tespit edilen seçeneklerin değerlendirilmesinde kullanılabilecek verileri derleme;
5. Elde edilen verilere yönelik değerlendirme;
6. Genellemelerin yapılması ve sonuçların saptanması;
7. Çözümü işe koyma ve etkililiğini tespit etme.

Bu basamaklara uygun olarak problemleri çözen bireylerin, kendi kararlarını verebilen ve bu kararların sebeplerini analiz edebilen bireyler oldukları saptanmıştır. Bilgiyi alan değil, bu bilgiyi geliştiren ve mantıklı biçimde karar veren bireyler bu süreçte ön plana çıkmaktadır (Mallery, 2000; Robertson, 2000). O halde problem çözme süreci, bilinçli girişimler, gerçekçi, amaçlı eylemler bütünüdür (D' Zurilla ve Nezu 2007).

2. Problem Çözme Becerisi

Problem çözme becerisi, çözüme ulaşmak için bireye kazandırılacak becerilerin kullanıma hazır hale getirilerek problemin çözüm sürecinde bu kazanımlardan yararlanabilme düzeyi olarak ifade edilebilir (Senemoğlu, 2003).

Problem çözme becerisi, kişilerin yaşadığı çevreye uyum sağlamasında etkilidir. Bireylerin problem çözme becerilerini gelişim aşamalı olarak devam eden bir süreç izlemektedir. Bireylerin problem çözerken sergiledikleri davranışlar, doğrudan problem çözme becerileriyle ilintilidir (Fogler ve Leblanc, 1995). Bu süreçte, bireylerin ruh sağlığını koruyabilmesi ve sağlıklı bir yaşam sürdürebilmesi de problem çözme becerilerinde etkilidir (Nezu ve Wilkins, 2005). O halde problem çözme becerisi bilişsel, duyuşsal ve psikomotor etkinlikleri kapsayan bir süreç olduğundan gerekli durumlarda bu sürecin uygulanabilir olması ve bireylere bu becerilerin kazandırılabilmesi gerekmektedir (Kalaycı, 2001). Bu bağlamda Mayer (1998)' de problem çözme becerilerinin geliştirilmesi için öğrenmenin sistematik olması gerektiğini ifade etmiştir.

Problem çözme becerisinin aşamaları Ross ve Kennedy (1990) tarafından şu şekilde sıralanmıştır:

1. Problem durumunu anlama.
2. Problem durumunun analiz edilmesi.
3. Daha önce çözülmüş olan problemlerle karşılaştırma yapılması.
4. Var olan işlem yollarının tespit edilmesi.
5. Uygulama yapılması.
6. Kontrol etme.

3. Problem Çözme Becerilerini Etkileyen Faktörler

Bireyin, karşı karşıya kaldığı bir probleme ilgi duyabilmesi, karşılaştığı problemin bireysel özellikleri ile örtüşmeye bağlıdır (Eskin, 2009). Kendine güveni

olan bireyler, problem durumunu anlamaya, kabul etmeye ve problemleri çözmek için harekete geçmeye daha yatkındır. Bu bireyler, karşılaştıkları problemlerin çözümünde beklentileri doğrultusundaki sonuçlara ulaşmakta daha başarılıdırlar. Kendine güven noktasında olumlu bir algıya sahip olmayan bireylerin ise problemlerin çözümü için adım atmaktan çekindikleri gibi, sahip oldukları korkuların ve utangaç kişilik yapılarının da, problem çözme konusundaki yaratıcılığı olumsuz yönde etkilediği belirtilmiştir (Bingham 1983).

Ayrıca problem çözmede farklı bakış açılarına sahip birey problem durumunun çözümü için gerekli olan bilişsel esnekliği gösterebilecektir. Sahip olduğu bu farklı bakış açıları ise problemin üstesinden gelinmesine katkı sağlayacaktır (Eskin 2009). Problemlerin çözümünde değişim, yenilik, yaratıcılık, cesaret ve risk alma bireyin sahip olması gereken önemli özelliklerdir (Aydın 2009).

Bireyin bir problem durumuyla karşılaştığında problemle ilgili olarak kendini yeterli görüp görmemesi, bireyin bu problemi çözmek için uygun stratejiyi belirleyerek bunu uygulayıp uygulamayacağına karar vermesi üzerinde etkilidir (Özsoy, 2008). Buna karşın bireyin problem çözme sürecinde kendini yeterli görmeyerek problemi çözemeyeceğine inanması, “bunu yapamam” gibi olumsuz düşüncelere sahip olması problemin çözümünün engellenmesine neden olabilmektedir (Öğülmüş 2006).

Problem çözme becerisini etkileyen bir diğer faktörde ebeveyn tutumlarıdır. Ebeveynlerin bu konuda yaptıkları yanlışlardan biri de, çocuğun problemlerini üstlenmek ve bu problemleri çocukları adına çözümlemektir. Ebeveynlerin bu davranışları çocuklarının problem çözme becerilerini olumsuz yönde etkileyecektir. Bu durumda çocukların hayatlarının ilerleyen yıllarında bir yetişkin olduklarında karşılaştıkları problemlerin çözümünde de yalnız başlarına karar vermekte zorlanmalarına sebep olabilmektedir. Bu bağlamda, çocuğun problemi çözerken kendi çözümünü arayıp bulması için sorumluluğu ona bırakmak, ilerleyen yıllarda bir

yetişkin olduğunda problem çözme becerisi geliştirmede etkili yollardan biri olarak ifade edilebilir (Öğülmüş 2006).

Ebeveynler, çocukların kendilerini ifade edebildikleri bir ortam oluşturarak, çocukların kendilerine olan güvenlerini arttırıp, çevresiyle daha rahat iletişim kurabilmesini sağlayarak, toplum içerisinde konuşmaktan çekinmeyen ve küçük yaşlardan itibaren düşünmeyi öğrenen, empati kurabilen dolayısı ile problemlere farklı çözümler getirebilen çocuklar yetiştirebilir. Bu sayede çocuk ilerleyen yıllarda yetişkin olduğunda problem çözme becerisini daha kolay kazanacaktır (Ömeroğlu ve Kandır, 2005).

Bireyin geçmiş yaşantısı ve deneyimleri de problem çözme becerisini etkileyen faktörler arasındadır. Bireyin daha önceki yaşantılarının bir araya gelmesi ile bireyin kimliği ve mevcut kişiliği meydana gelir. Dolayısı ile kişinin var olan bilgisi, inanç yapısı, değerleri, duyguları, eylemleri, kendini ifade ettiği kelimeler ve yaptığı işler, onun geçmiş deneyimlerinin sonucudur ve bir noktaya kadar onun gelecekteki eylemlerinin de habercisidir denilebilir. Birey, karşı karşıya kaldığı bir problem durumunda tüm bireysel birikimlerini harekete geçirdiği sırada söz konusu olan birikimlerini önceden edindiği bilgilerini sentezleyerek elde eder (Bingham, 1983).

Birey bir problem ile geçmiş deneyimlerinde karşılaşmış ve onu daha önceden çözümlemiş ise, o problem birey için sorun teşkil etmeyebilir. Bu bağlamda bir durumun birey için problem teşkil etmesi için deneyimlemediği yeni ve orijinal bir durum olması gerekmektedir de denilebilir (Gelbal, 1991).

4. Problem Çözme Becerilerinin Alt Boyutları

Problem çözme ile ilgili yapılan çalışmalarda bireylerin problem çözme stillerinin farklılık gösterdiği saptanmıştır. Girişken ve daha olumlu benlik saygısına sahip olan bireylerin problem çözmede daha başarılı oldukları görülmüştür. Heppner

ve Petersen (1982), araştırmaları doğrultusunda problem çözme yollarını altı yaklaşımla ifade etmişlerdir:

a) Aceleci Yaklaşım

Bireyin karşılaştığı bir problemi çözmek için durup düşünmemesi, aklına gelen ilk çözüm doğrultusunda problemi çözmeye çalışması, diğer etmenleri ve farklı bakış açılarını dikkate almamayı içeren bir yaklaşımdır.

b) Düşünen Yaklaşım

Bireyin problemin çözüm sürecinde bir karara ulaşmadan çözümle ilgili seçeneklerin sonuçlarını tartıp, karşılaştırmasını içermektedir. Bu yaklaşım, mevcut problemi anlamayı, gözden geçirmeyi ve her türlü bilgiyi dikkate almayı içerir.

c) Değerlendirici Yaklaşım

Bireyin, problemin çözümünde bir yöntem deneyip onun sonucuyla kendi düşündüğü sonucu karşılaştırmasını, problemin çözümünde başvurduğu yolların hepsini düşünmesini ve neler hissettiğini anlamak için duygularını incelemesini temel alan bir yaklaşımdır.

d) Kendine Güvenli Yaklaşım

Bireyin problem çözmede ve bu konuda gösterdiği çaba konusunda yeterli olup olmadığını ölçmeye yönelik bir yaklaşımdır.

e) Planlı Yaklaşım

Bireyin, problem konusunun üzerinde durup düşünme ve çözme yolunda, planlı olarak verileri toplayıp kendini yeterli görmesini temel alan yaklaşımdır.

f) Kaçıngan Yaklaşım

Bireyin problem çözümünde bilgi toplamayı düşünüp düşünmediğini, eğer çözümü başarısız olursa o problemle başa çıkma da şüpheye düşüp düşmediğini,

problemin çözümüyle birlikte neyin işe yarayıp yaramadığını ölçmeye yönelik bir yaklaşımdır.

5. Yetişkinlerde Problem Çözme Becerisi

Yetişkin kelimesi, büyümek anlamında da kullanılan adoloscere eyleminin geçmiş zamanında türetilmiştir. Bu bağlamda yetişkin büyük kişi anlamında kullanılmaktadır. Yetişkinlik olgunluk dönemi olarakda ifade edilebilir. Bunun nedeni ise bireyin bu dönemde fiziksel ve psikolojik bakımdan olgunlaştığının düşünülmesidir. Olgunluk kavramını ise; bireylerin sürdürdükleri hayatın gerekliliklerine ve zorunluluklarına sergiledikleri performansla uyum sağlamaları, bundan dolayı da süreklilik arz eden bir değişim gösterebilme yeteneği olarak tanımlanabilir. Olgunlaşma sürecini ise birey ve evren arasındaki uyumun ortaya çıkması süreci olarak ifade edilebilir (Baron, 1996).

Shewchuck, Johnson ve Elliott (2000), problem çözme becerilerini, bireylerin sosyal yaşamlarında meydana gelen değişikliklere uyum sağlayabilmek amacıyla ortaya koydukları bilişsel ve duyuşsal kaynaklı davranışlar olarak tanımlamaktadırlar. Problem çözme yeteneği, karşılaşılan problemi kavrama ve anlama, çözümü için uygun olan stratejiyi seçme, seçilen stratejiyi kullanma ve sonuçları yorumlama yeteneğidir. Buna kısaca “muhakeme etme” de denebilir (Altun, 2005).

Problem çözme becerisi geliştirilebilir bir beceridir. Tüm yetişkin bireyler uygun koşullar ve imkânlar sağlandığında öğrenme becerilerini geliştirebilirler. Yetişkin bireyler toplumda karşılaştıkları problem durumlarına karşı direnç göstermektedir. Bu bağlamda gösterilen direnç durumu hem problem çözme becerisinin gelişmesine hem de devamında toplum gelişimine katkı sağlayan büyük öneme sahiptir. Günlük hayatta karşılaştığımız birçok durum göstermektedir ki problem çözme becerisi, yetişkin bireylerin toplumda karşılaştığı durumlarda önemli bir yardımcı etkidir. Dolayısı ile

iyi bir problem çözmeye, kompleks bir yapıya sahip günümüz dünyasında yetişkin bireyler için oldukça önemli bir yere sahiptir. (Bingham, 2004).

Problem çözme becerisi farklılık gösterse de her yetişkin bireyde belirli biçimde görülen bir değerdir. Bazı yetişkinler diğerlerine göre karşılaştıkları problemlere karşı daha hızlı ve kesin çözüm üretebilirler. Problem çözme becerisi konusunda alan yazında ortaya konan bazı araştırma sonuçlarında problem çözme konusunda süreç içerisinde başarıya ulaşan ve ulaşamayan yetişkinlerin davranışlarıyla ilgili bazı özellikler tespit edilmiştir. Yetişkin bir bireyin bu süreçte başarıya ulaşması veya ulaşamaması; problemin yetişkinin zihinsel kapasitesine uygun olup olmamasına, çözüm için uygun ön bilgiye sahip olup olmamasına, gerekli eğitimi alıp almamasına, yeteneğine, sağlık durumuna, çözümün yetişkine getireceği faydaya göre değişiklik gösterir. Bununla birlikte bilişsel stil, değerler, duygular, içe-dışa dönüklük, zekâ, güdülenme gibi bireysel farklılıklar da bu süreç üzerinde etkilidir (Ulupınar, 1997).

Yetişkin bireylerin karşılaştıkları problemleri çözmeleri bazen mümkünken bazen de mümkün olamamaktadır. Problemlerin çözümünde yetişkin bireylerin sahip olduğu bazı olumlu kişilik özellikleri etkili olabilmektedir. Problem çözme becerisinde daha başarılı olan yetişkin bireylerin kişilik özelliklerini sıralayacak olursak, özgüven duygusuna yüksek oranda sahip olduklarını, yaratıcı düşünebildiklerini, olayları çözme aşamasında anksiyeteden uzak kalabildiklerini ifade edebiliriz. Bununla birlikte atılgan ve yenilikçi olmaları; tercih ve kararlarını açıkça belirtmeleri; sorumluluk duygusunu taşımaları; olaylara karşı esnek bakabilmeleri; yeri geldiğinde cesaretli yaklaşımları, farklı fikirler ortaya koymaları; ilgi alanlarını geniş tutmaları; uçlara kaymalarına rağmen mantıklı ve nesnel davranmaları; olaylara bakış açılarının esnek olması da problem çözmede başarılı olan yetişkin bireylerin özellikleri arasındadır. Ayrıca problem çözme süreci içinde bu yetişkin bireyler etkin ve enerji doludur; yaratıcı ve üreticidir, eleştirel bir yapıya sahiptir diyebiliriz (Hamarata, 2010).

Bu bağlamda yetişkin bireylerin problemin çözümü sürecinde başarıya ulaşmasını sağlayan etmenleri özetleyecek olursak; kişinin gelişim süreci,

olgunlaşması, kabiliyetleri, güdülenme düzeyi, içinde bulunduğu sosyo-kültürel çevre ve kendisine sağlanan eğitim olanakları olarak ifade edebiliriz (Baltacı, 2010).

C. Yaşam Doyumu

Yaşam doyumu kavramının açıklamasına değinmeden önce yaşam ve doyum kavramlarının açıklanması gerekmektedir. Yaşam kavramı bireyin işte ve iş dışında geçirdiği zamanın toplamı şeklinde açıklanabilir. Doyum ise istek, dilek, gereksinim ve beklentilerin karşılanması olarak ifade edilebilir (Yüksel,2007). Doyum kavramını açıklarken bireylerin gereksinimlerinin, beklentilerinin, istek ve arzularının karşılanması durumu şeklinde ifade edebiliriz. Yaşam doyumu ise bireyin kişisel kriterlerine uygun bir biçimde yaşamlarını pozitif bir değerlendirme süreci olarak ifade edilebilir (Diener, Emmons ve Griffin, 1985). Bu bağlamda alanyazın incelendiğin de optimal düzeyde yaşam doyumu olan bireyler, yaşamın bir anlamı ve doğrultusu olduğunu düşünen bireyler olarak ifade edilmektedir. Bunun yanı sıra yaşam doyumu kavramı çok basit ve net bir şekilde tanımlanabilir gibi gözükse de aslında sanıldığı kadar kolay ifade edilememektedir. Bundan dolayı, alanyazında yaşam doyumu kavramına ilişkin çok çeşitli tanımlamalarla karşılaşmaktadır. Yaşamın devamlılık arz eden bir süreç olması ve bireylerin şahsi gereksinim ve önceliklerinin var olması da alanyazında yapılan tanımlamalardaki bu çeşitliliği açıklamaktadır (Keser,2005).

Genel olarak yaşam doyumu kavramı üç başlık altında ele alınmıştır: Birinci kategoride; yaşam doyumu iyi oluş, erdem, kutsallık gibi dış bir ölçüt kapsamında açıklanmıştır. İkinci kategoride ise; bireylerin yaşamlarını olumlu anlamda değerlendirmelerinde etkili olan ne sorusundan yola çıkılarak, bireylerin şahsi yaşamlarına yönelik yargılarını belirleyen faktörler üzerinde yoğunlaşmıştır. Son olarak üçüncü kategoride ise yaşam doyumu kavramı, rutin yaşam süreci içinde temellendirilerek açıklanmıştır. Dolayısıyla da günlük ilişkiler sırasında olumlu duyguların olumsuz duyguları bastırması olarak da ifade edilebilmektedir. (Özer ve Karabulut,2003).

İnsanlık tarihinin başlangıcından bu güne kadar insanlar iyi olma durumunu anlama ve keşfetme çabası içinde olmuşlardır. Bu nedenle insanın özellikleri ve nitelikleri uzun yıllardan beri ayrıntılı bir şekilde tanımlanmaya çalışılan bir konu olmuştur. Christhopher (1999), iyi olma durumunun anlaşılabilmesinin öncelikle iyi olmanın, insanın var oluşu için bir gereksinim olduğundan geçtiğini ifade etmektedir. Araştırmacılar iyi olmayı karmaşık ve tartışılması gereken bir kavram olarak görmektedirler (Ryan ve Deci, 2001).

Alanyazında ilk kez 1961 de Neugarten' ın bahsettiği yaşam doyumu kavramı, bireyin beklentileri ve sahip olduklarının karşılaştırılması sonucunda ortaya çıkan durumdur (Özer ve Karabulut, 2003). Çoğu birey tarafından yaşamın temel hedefi olarak öznel iyi oluş ve yaşam doyumu kavramları kabul görür (Rask ve ark. 2002). Öznel iyi oluş kavramı, bireyin yaşamı 'olumlu' biçimde değerlendirmesi olarak tanımlanabilir. Bu bağlamda pozitif duygulanım, doyum, kendini adayabilme, bağlanma ve yaşam anlamı gibi kavramları açıklamakta öznel iyi oluş kavramında önemlidir (Diener ve Seligman 2004).

Öznel iyi oluş bilişsel ve duygusal olmak üzere iki ana bileşen dâhilinde ele alınır: Yaşam doyumu algısını, bilişsel bileşen saptarken (Dorahy ve ark. 1998) olumlu ve olumsuz duygu durumlarını ise duygusal bileşen belirlemektedir (Rask ve ark. 2002). Bu bağlamda yaşam doyumunun, duygunun değerlendirilmesinden ziyade bilişsel yargıları içerdiği (Greenspoon ve Saklofske,1998) ve duygusal bileşeni tamamlayıcı nitelikte olduğu ifade edilebilir (Brayant ve Veroff, 1982). Alanyazın incelendiğinde yaşamın bütün olarak değerlendirilmesi sonucunda ortaya çıkan genel yaşam doyumunun “tek boyutlu” ve yaşamın belli alanlarının değerlendirilmesi sonucunda elde edilen yaşam doyumunun “çok boyutlu” ele alındığı görülmüştür (Argyle, 1987). Bu bağlamda Huebner (1991), yaşam doyumunu aile, arkadaşlar, okul, yaşanan çevre ve benlikten algılanan doyum içeren çok boyutlu bir kavram olarak açıklamıştır.

Net bir şekilde tanımlamak mümkün olmasa da, yaşam doyumu kavramı, bireyin genel olarak sürdürmekte olduğu hayatının ortalama kalitesini olumlu olarak değerlendirmesi durumu olarak açıklanabilir. Başka bir ifadeyle, bireyin kendi başına idame ettirdiği yaşamında ne kadar mutlu olduğu ve bireyin genel anlamda hayata dair olumlu duygularını dile getirebilmesi olarak açıklanabilir. Yaşam doyumu kavramı, aile ve iş yaşantısı gibi yaşamın belirli alanlarından doyum sağlayabilmek adına değerlendirilebileceği gibi yaşamın tümü içinde de değerlendirilebilmektedir. Bu bağlamda yaşam doyumu kavramı, bireyin sürdürdüğü hayatla ilgili olarak genel duyguları yansıtmakta ve beraberinde duygusal mutluluğun da bir parçası olarak kabul görmektedir (Aşan ve Erenler,2008). Yaşam doyumunun, bireysel hedefler ve gerçekleşen durumlar arasındaki uyumun değerlendirilmesi olarak ifade edilebilen, psikiyatrik problemlerin oluşmasında etkili olduğu ifade edilebilir (Koivumaa-Honkanen ve ark. 2001).

Sonuç olarak yaşam doyumu algısı yüksek olan bireylerin öznel iyi olma düzeyinin de yüksek olması ve az da olsa üzüntü, keder, öfke benzeri negatif duyguları yaşaması beklenmektedir. Bunun aksine, yaşam doyumu algısı düşük olan bireylerin öznel iyi olma düzeyinin de düşük olması ve kısıtlı hoş duygular, daha çok tedirginlik, sık bir şekilde öfke, gerginlik, gibi olumsuz duygulanımlar içinde olması öngörülmektedir (Yetim, 2001).

Yaşam doyumu kavramı, bireylerin var olan spesifik bir durum ve sürece ilişkin doyumlarının aksine genel anlamda bütün yaşantılarından duydukları doyum olarak açıklanmaktadır. Yaşam doyumu kavramında bireyin yaşamının tümünü değerlendirmesi kavramı oldukça subjektif bir hale getirmektedir (Avşaroğlu ve ark. 2005).

Yaşam doyumu kavramının bireysel farklılıklara bağlı olarak algılanma düzeyide değişiklikler gösterir. Bu bağlamda kavramın tanımlanmasında ve kapsamına dair genel çerçevenin oluşturulmasında belirsizlikler söz konusudur. Bundan dolayı; alanyazında çeşitli bakış açılarına rastlanılmaktadır. Genel çerçevede

bireylerin yaşam doyumları üzerinde etkili olan faktörler; rutin hayatından mutlu olmak; hayatı anlamlı ve yaşamaya değer bulmak, hedeflerini elde etmede uyum göstermek, bireysel olarak pozitif bir kimliğe sahip olmak, bireyin kendisini fiziksel olarak sağlıklı hissetmesi, ekonomik olarak güvende olması ve sosyal ilişkilerde başarılı olması şeklinde sıralanabilir (Keser 2005).

Alanyazında yaşam doyumunu üzerinde etkili olan başlıklar genel olarak 4 alt kategoride ifade edilmiştir. Birinci kategori işle ilgili faktörleri içermektedir. Bu kategori içerisinde bireyin sürdürmekte olduğu işin niteliği, dışarıdan nasıl görüldüğü, işinin karşılığı olan ücreti, iş yükü, terfi imkânları, alabildiği eğitimler, iş yaşantısındaki tecrübeleri gibi unsurlar bulunmaktadır (Diener, 1984; Farrell ve Rusbult, 1981; Iverson, 1996; Martin, 1979; Lawler, 1971; Miller, 1991; Price ve Mueller, 1981). İkinci kategori ise bireysel farklılıkları barındırır. Burada bireyin yaş, cinsiyet, eğitim hayatı, bireysel farklılıkları, beklentileri, olumlu ve olumsuz duyguları öncelikli olarak ele alınır.(1998; Watson vd. 1987; Iverson, 1992; Iverson vd. 1995; George ve Brief, 1992). Üçüncü kategori çevresel faktörlerden oluşmaktadır. Bu kategoride de bireyin alternatif iş bulma imkânlarından söz edilmektedir (Dastmalchian ve Adamson, 1991; Lorenz, 1992). Son kategoriye bakıldığında da toplumsal faktörler gündeme gelmektedir. Bu kategoride bireyin dâhil olduğu sosyal ağlar, üyesi olduğu sosyal organizasyonlar, ailesi ve akrabaları ile olan ilişkileri, aile izolasyonu gibi unsurlar ele alınmaktadır (Iverson ve Roy, 1994; ErwinandIverson, 1994; Nadkarni ve Stening, 1989; Martin, 1979).

Alanyazın incelendiğinde yaşam doyumunu kavramını açıklarken kullanılan genel çerçevenin yaşam doyumuna benzer kavramları açıklarken de kullanıldığı görülmektedir. Bu nedenle, yaşam doyumunu kavramını daha iyi anlayabilmemiz için öncelikle benzer kavramlarla olan ilişkisini ardından yaşam doyumunu etkileyen bazı kavramları açıklamamız gerekmektedir.

1. Yaşam Doyumunun Benzer Kavramlarla Olan İlişkisi

Yaşam doyumu, mutluluk ve öznel esenlik yani öznel iyi olma ve yaşam kalitesi kavramları genellikle birbirleriyle benzer anlamda kullanılmaktadır (Diener, 1994; Seligman, 2007). Buna karşın bu kavramlar aralarında anlamsal bazı farklılıklar vardır (Veenhoven, 2000).

a) Mutluluk

Yaşam doyumu kavramı, bireyin genel olarak hayatının tamamını ve farklı boyutlarını kapsamaktadır. Dolayısı ile mutluluk, moral benzeri açılardan bakıldığında iyi olma hali olarak ifade edilebilir (Yılmaz, Keser ve Yorgun, 2010). Mutluluk ise yaşamın somut koşullarına göre daha çok değişkenlik gösteren ve bu nedenle yaşam doyumuna kıyasla ayakları yere daha az basan bir kavramdır. İleride ulaşılması beklenen hedeflere bağlı olarak tanımlanır. Bu bağlamda kişi amaç ve hedeflerine ulaşp, gereksinimlerini karşılarsa mutluluk gerçekleşir. Ancak birey amaç ve hedeflerine ulaşamayp, gereksinimlerini karşılayamazsa mutsuz olur (Dikmen, 1995).

Günlük yaşamda farklı tanımlamalarla sıkça karşımıza çıkan mutluluk kavramının tanımlanması güçtür ve farklı anlamlara gelebilir. Bundan dolayı; sosyal psikologlar mutluluk kavramını kullanmaktansa “yaşam doyumu veya subjektif iyi oluş” kavramlarını kullanabilmektedirler (Özer ve Karabulut,2003). İnsanlar duygularını, hissettiklerini diğer bireylerle paylaştığı ve sosyal paylaşımlarda bulunduğu sürece mutlu hisseder ve psikolojik olarak bu süreçten doyum sağlar ve bu psikolojik doyum da bireyin yaşam kalitesini arttırmada olumlu bir rol oynar (Tümekaya ve diğerleri, 2008).

Örnek verecek olursak iyi sosyal ilişkilere sahip bireylerin mutluluk düzeylerinin daha yüksek olduğu ayrıca işlerinde daha başarılı oldukları, daha çok kazanç sağladıkları ve daha uzun ve sağlıklı bir yaşam sürdükleri belirtilmektedir (Güler, Ed: Solmuş, 2008).

Birey bir gereksinimin yokluğunu ne kadar çok hissederse, o gereksinimi doyurabilmek için o kadar çok çaba harcar, o gereksinimini doyurduğunda da mutlu olur. Geleceğe yönelik eylemlerin planlanması mutluluk için kaynaktır. Yani birey kötü bir yaşam sürüyor olabilir bu da yaşam doyumu algısının çok düşük olmasına neden olur. Bunun yanı sıra bazı bireyler kötü yaşam koşullarının gelecekteki güzel günlerinin habercisi olacağına inanır ve bu inanç geleceği için onu mutlu kılar. Bu bağlamda yaşam doyumu ve mutluluk kavramları arasındaki farkı açıklayabilmek adına dindar insanlar iyi bir örnek olarak verilebilir. Bu insanlar çektikleri sıkıntıların karşılığını öldükten sonra kavuşacakları hayatta alacakları düşüncesi ile mutlu olurlar (Dikmen, 1995).

b) Öznel İyi Olma (Öznel Gönenc veya Öznel Esenlik)

Yaşam doyumu ile benzer kavramlardan biri de öznel iyi olma kavramıdır. Doyum; bilişsel ve duygusal bileşenlerin oluşturduğu bir yapıya sahiptir. Öznel iyi olma halini de doyumun öznel hali ve pozitif ruh sağlığı olarak tanımlayabiliriz. Aynı zamanda öznel iyi olma yaşam doyumu ve duygulanım bileşenlerinin bir araya gelmesi ile oluşur. Yaşam doyumu bireyin hayatının bütünü hakkında değerlendirme yaparken, öznel iyi olma kavramı bireyin mevcut yaşamı ile ilgili değerlendirmelerle ilişkilendirilebilir. Duygulanım iki boyutta ele alınır. Bunlar olumlu (neşe, ilgi, heyecan, güven vb.) ve olumsuz (öfke, suçluluk, üzüntü, nefret vb.) olmak üzere ele alınmaktadır (Bilge, Sayan ve Kabakçı,2009).

Öznel iyi olma kavramı tarih boyunca farklı şekillerde ifade edilmiştir. Filozoflara göre; insanın en büyük amacı mutluluğa ve eksiksiz bir huzura ulaşmaktır. Bu nedenle de öznel iyi olma kavramı filozoflar tarafından “erdemlilik ya da kutsallık” olarak tanımlanmıştır. Sosyal bilimciler ise öznel iyi olma haline ulaşmış olan bireyi; “dinamik, sağlıklı, iyi eğitilmiş, iyi kazançlı, iyimser, özgür, evli, yüksek benlik saygısı olan, doyum açısından iyi bir mesleğe sahip, yüksek hedefleri olan, entelektüel birey” olarak tanımlamıştır. Başka bir görüşte ise öznel iyi olma kavramının, “bireyin

duygusal durumu ile yakından ilgili olduğu” varsayımı üzerinde durulmaktadır. Bu grubun yaptığı tanımlamanın odak noktası bireyin coşkusal ve bilişsel değerlendirmelerine dayanmaktadır (Gümüş,2006).

Öznel iyi olma, genellikle bireyin fiziksel ve ruhsal sağlık durumlarına göre açıklanan bir kavramdır. Dolayısıyla insanın var olan zenginliği, medeni hali, bir işte çalışıp çalışmaması gibi durumların yanı sıra fiziksel ve ruhsal olarak kendini ne kadar iyi hissettiğiyle de ilgilidir (Dikmen, 1995). İnsanlar çoğunlukla hoş duygular hissettiklerinde, ilgilerini çeken aktivitelerde bulunduklarında, sevinçli olduklarında ve yaşamlarından keyif aldıklarında öznel iyi oluş halini yaşarlar. Öznel iyi oluş, bireyin hayatına dair kendisinin yaptığı değerlendirmeler üzerine yoğunlaşmaktadır. Yaşam doyumu ise bireyin kendi seçimi olan kriterlerine göre yaşamının niteliği ile ilgili genel değerlendirmeleri olarak ele alınmaktadır (Diener, 2000: Akt: Dost,2007).

c) Yaşam Kalitesi

Bireyin yaşam kalitesi bir bütün olarak değerlendirildiğinde elde edilen pozitif değer yaşam doyumu olarak tanımlanabilir (Özdevecioğlu ve Aktaş 2007). Yaşam doyumu genel olarak duygusal temele dayandırılan bir kavramdır (Judge ve ark. 1998). Kesin olarak tanımlamak pek mümkün olmasa da, yaşam doyumu, bireyin yaşamını bir bütün olarak ele alıp yaşam kalitesini pozitif olarak değerlendirmesidir (Kavanagh ve Halpern, 1977). Yaşam kalitesi ise yaşam şartlarına, toplumların sahip oldukları kültürlerle ilintili olarak farklılık gösterir. Bireyler gereksinimleri ve beklentileri istedikleri düzeyde karşılandıkça, en iyi olanı elde etme arzusu ve mutlak bir iyilik hali içinde olurlar. Bu bağlamda da yaşam kalitesi kavramının; sosyal, sağlık, ekonomik, eğitim gibi pek çok alanda gündelik hayatımızın içinde yerini aldığı görülmektedir. Genel olarak kabul edilen bir tanımlaması olmasa da, literatürde yaşam kalitesi kavramının pek çok tanımı yapılmaktadır. Bu kavramın yaşam koşullarından etkilenerik değişkenlik gösterdiği tespit edilmiştir (Top, Özden, Sevim. 2003).

Sonuç olarak alanyazına bakıldığında; mutluluk, öznel iyi olma ve yaşam kalitesinin; yaşam doyumu ile aynı anlama geldiği görüşlerinin yanı sıra bu kavramların birbirinden farklı anlamlara geldiği de literatürde yer alan ifadeler arasındadır.

2. Yaşam Doyumunu Etkileyen Bazı Değişkenler

- **Yaş:** Literatüre bakıldığında yapılan ilk çalışmalarda gençlerin yaşlılara göre daha mutlu olduğu görüşü hakimken, son yıllarda yapılan çalışmalarda yaşam doyumu ile bireyin yaşı arasında bir ilişkinin olmadığı gözlemlenmiştir. Braun (1977), gençlerin olumlu ve olumsuz duygularını ifade etmekte zorlanmadıklarını; buna karşın yaşlıların daha çok olumlu ifadeleri ortaya koyduklarını belirtmiştir. Elde edilen bu bulguları anlamlandırmak için yapılan bir meta analiz çalışmasında, yaşam doyumu ile yaş arasındaki korelasyonun sıfıra yaklaştığı yani arasında ilişki olmadığı ve sonucu yaş değişkeni ile ilişkiye giren diğer değişkenlerin de etkilemediği kanıtlanmıştır (Yetim, 1991).
- **Cinsiyet:** Literatüre bakıldığında birçok çalışmada cinsiyet ile yaşam doyumu arasında manidar farklılık gözlenmiştir. Bununla birlikte; kadınların erkeklere göre olumsuz duygularını daha fazla ifade ettikleri, buna karşın kendi yaşamlarından da erkeklere oranla daha fazla haz duydukları görülmektedir. Yine de yaşam doyumu ile cinsiyet arasındaki bu ilişkide kadın ve erkek değişkenler arasındaki farklılaşma çok azdır (Yetim, 1991).
- **Çalışma ve İş:** Campbell ve arkadaşları (1976), bireylerin gelir düzeyleri arasındaki farklılıkların ortaya çıkarabileceği durumların kontrol altına alınmasına rağmen mutsuz grubun işsiz grup olduğunu belirtmiştir. Ayrıca bölgesel işsizlik oranlarının da duygu durumu hakkında boylamsal öngörude bulunabilmek adına gerekli bir değişken olduğunu belirtmişlerdir.

- **Eğitim:** Campbell (1981), ABD’ de yaptığı bir çalışmada yaşam doyumu ile eğitim durumu arasında bir pozitif bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Ancak bu ilişkinin pozitif yönde çok güçlü olmadığını ve gelir gibi diğer değişkenlerle etkileşim içinde olduğunu belirtmiştir. Bunun yanı sıra yapılan farklı çalışmalar diğer değişkenlerin etkileri kontrol altına alındığında eğitim ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığını ortaya koyarken, bazı araştırmalarda ise eğitimin kadınlarda olumlu etkilere sahip olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca eğitimin bireylerin isteklerini arttırdığı ve alternatif yaşam biçimleri üzerinde düşüncelerini sağladığı elde edilen bulgular arasındadır (Yetim, 1991).
- **Evlilik ve Aile:** Çeşitli araştırmalarda bireylerin evli oluşu ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (Yetim, 1991).

Yaşam doyumu kavramının daha iyi anlaşılabilmesi için aşağıda alanyazında model olarak adlandırılan farklı kuramlarla yer verilmiştir.

3. Yaşam Doyumu Modelleri

Yaşam doyumunu temel alan belli başlı kuramlar bulunmaktadır. Bu kuramlar; Ereksel (Telic), Etkinlik (Activity), Yukarıdan Aşağıya-Aşağıdan Yukarıya (Top-Down versus Bottom-up), Haz ve Acı (Pleasure and Pain), İlişkilendirici (Associationistic) ve Yargı (Judgement) kuramları olarak ifade edilebilir (Özdevecioğlu ve Aktaş, 2007).

- **Ereksel Kuram (Telic Theory):** Bu kuramın temelleri Wilson tarafından 1960’ lı yıllarda ortaya koyulmuştur (Diener, 1984). Kuramın temel önermesi “ihtiyaçların doyurulması mutluluğa, doyurulmamış ihtiyaçlar mutsuzluğa neden olur” şeklindedir. Ereksel kuram; amaç/hedef kuramı ve gereksinimler kuramı olmak üzere iki kategoride ele alınır. Amaç/hedef kuramında; bireyin bilinçli olarak belirlediği gereksinimler vardır. Birey amaçları doğrultusunda çalışır ve bu amaçların gerçekleşmesi bireyi doyuma ulaştırır. Gereksinimler kuramına göre

ise; bireyin doğuştan sahip olduğu ihtiyaçları vardır ve birey ihtiyaçları karşılandığı oranda mutludur (Kaner, 2004).

- **Etkinlik Kuramı (Activity Theory):** Aristo, aktivite kuramının ilk temsilcisidir ve süreci başarılı olan aktivitelerin sonucunun da mutluluk getirdiğini ileri sürmektedir. Bu kuramın temsilcilerinin tamamı mutluluğun davranıştan kaynaklandığını ve insan aktivitelerinin bir ürünü olduğunu vurgulamaktadırlar (Vara, 1999).

Ereksel kuramın temsilcileri yapılan işin sonucuna göre doyumun pozitif veya negatif yönlü değişim gösterdiğini ileri sürmektedirler. Buna karşın aktivite kuramının temsilcileri süreci başarı olan aktivitelerin mutluluk getirdiğini savunmaktadırlar. Ereksel kuramın temsilcileri, mutlulukta doyum aşamasını önemli bulurken; aktivite kuramının temsilcileri mutluluğun insan aktivitesinin bir ürünü olduğunu ifade ederler. Örnek verecek olursak; dağa tırmanma aktivitesi, dağın zirvesine ulaşmaktan daha mutluluk vericidir (Yetim, 2001).

- **Tabandan-Tavana ve Tavandan-Tabana Kuramları (Bottom-up and Top-down Theories):** Günümüzde modern psikolojide yer alan popüler yaklaşımlardan birisi de Tabandan-Tavana ve Tavandan-Tabana kuramlarıdır. Bu kuramda Tabandan-Tavana / Yukarıdan-Aşağıya yaklaşımına göre; mutluluk, haz duygularının ve küçük hoşlanmaların bir araya gelmesi sonucu oluşur. Mutluluk kavramını ifade ederken ise bireyin mutlu olduğu ve olmadığı zamanlara bakılır. Tavandan-Tabana / Aşağıdan -Yukarıya yaklaşımına göre ise; mutluluk bireyde genellikle bulunan bir özelliktir. Bununla birlikte bireyde genel olarak pozitif olanı görmeye yönelik bir eğilim vardır. Bu durum bireyin olaylara yaklaşımı üzerinde etkilidir. Eğer birey mutlu ise yaşantısında doyuma ulaşmıştır. Örnek verecek olursak; iyimser ve hoşgörülü olan bireyler yüksek dayanma gücüne sahiptir (Örkün, 2011).

Lance, Mallard ve Michalos (1995), Tabandan-Tavana ve Tavandan-Tabana kuramları arasındaki kuramsal ilişkinin nedenselliğini ve yönünü incelemiştir. Tabandan-Tavana ve Tavandan-Tabana kuramları ölçülürken sırasıyla genel yaşam doyumu ve yaşam alanlarından sağlanan doyum şeklindeki iki ölçüm yöntemi kullanılmaktadır. Tabandan-Tavana yaklaşımı, yaşam alanlarındaki doyumun genel yaşam doyumuna etkisi olduğunu göstermektedir. Tavandan-Tabana yaklaşımı ise yaşam alanlarındaki doyumun genel yaşam doyumunun sonucu olduğunu ileri sürmektedir. Son olarak iki yönlü yaklaşımda ise, genel yaşam doyumu ile yaşam alanlarındaki doyum arasında iki yönlü ve karşılıklı nedensel ilişki olduğu ifade edilmiş ve ilişkiyi en iyi tanımlayanın Tabandan-Tavana ve Tavandan-Tabana kuramı olduğu ileri sürülmüştür.

Yapılan bu araştırma sonuçları, yaşam doyumu araştırmalarında tavandan-tabana ve tabandan-tavana yaklaşımlarından herhangi birinin tek başına kabul edilmesinin kuramı eksik bir şekilde vurguladığını öne sürmüştür. Tabandan-Tavana ve Tavandan-Tabana kuramları arasındaki karşılıklı nedensellik ilişkisi, yaşam doyumu araştırmalarında her iki yaklaşımın da dikkate alınmasının gerekliliğini ortaya koymuştur (Şimşek, 2011).

- **Bağ Kuramları (Associationistic Theory):** Bu kuramda, bireylerin yaşamlarında deneyimledikleri durumlara atfettikleri anlamlar ve olayları ilişkilendirdikleri durumlar üzerinden; bellek, hatırlama, koşullama gibi bilişsel ilkelere dayanan bir süreç esastır. Bu kurama göre; bireylerin yaşadıkları olaylara atfettikleri anlamlar önemlidir. Bireylerin yaşadıkları pozitif olayları içsel etmenlere bağlaması onlar için ciddi bir mutluluk kaynağı olur (Schwarzve Clore, 1983). Hatırlamaya ilişkin araştırmalar incelendiğinde, bireylerin olumlu deneyimlerini daha kolay hatırlarken, olumsuz yaşantılarını ise daha az oranda hatırladıkları gözlemlenmiştir. Geçmişte olumsuz yaşantıları daha çok deneyimlemiş bireylerin bu yaşantıları diğer bireylere göre daha pozitif değerlendirdikleri ve daha mutlu olabildikleri ifade edilmektedir (Diener, 1984).

- **Yargı Kuramları (Judgement Theory):** Bu kurama göre bireyin mevcut koşullarının istenilen koşulların üstüne çıkması mutluluk durumunu meydana getirir. Doyumun beklentiler ve gerçek koşulların karşılaştırılması ile ortaya çıkacağı ifade edilir. Bu kurama göre gerçekte yaşanan durum bireyin beklentilerinin üzerine çıkarsa birey doyuma ulaşacak bu sayede de mutlu olacaktır. Yargı kuramlarında bireyin standartları önemli bir unsurdur. Bireyin kendisine kıyasla daha az şanslı bulunduğu bireylerle yaptığı karşılaştırmaların öznel iyilik durumunu arttırdığını ve diğer bireylerin daha olumsuz koşullar altında yaşadığını düşünmenin yaşam doyumlarına olumlu olarak etki ettiğini ifade etmiştir (Gümüş, 2006).

Diener (1984), yargı kuramında, “dilek düzeyinin” önemli bir kavram olduğunu dile getirmiştir. Bu kurama göre, bireyin hayatındaki şartlar ve bu şartların birey tarafından değerlendirilmesi önemli bir konudur. Ancak kurama bakıldığında bu değerlendirmelerin zamanı ve ne tür mekanizmalarla yapıldığına ilişkin verilerin mevcut olmaması nedeni ile eleştiri alacağı söylenebilir.

D. Benzer Araştırmalar

Araştırmanın bu bölümünde ilgili alanyazın doğrultusunda zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynler, yaşam doyumu ve problem çözme becerileri ile ilgili daha önce yapılan yurt dışı ve yurt içi çalışmalar ele alınmıştır.

1. Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynler İle İlgili Yapılan Araştırmalar

a) Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Beckman (1983), Down Sendromu, Serebral Palsi (CP) ve Spina Bifida tanısı olan otuz bir zihinsel yetersizliği çocuğun anneleriyle yaptığı araştırmada, zamana duyulan gereksinim, maddi imkânsızlıklar, çocuğun bakım ihtiyacı ve davranış

problemleri gibi değişkenler söz konusu olduğunda annelerin daha çok kaygı yaşıadıklarını ifade etmiştir. Aynı araştırmada zihinsel yetersizliği olan çocuğın cinsiyetinin annenin kaygı düzeyi üzerinde etkili olduğu tespit edilirken, çocuğın yaşının annenin kaygı düzeyini etkilemediği görölmüştür. Bununla birlikte evli annelerin evli olmayan annelere göre daha az kaygı yaşıadıkları gözlemlenmiş, bu durumun nedeninin de evli olmayan annelerin sorumluluğunun fazla olmasından ve her konuda verdikleri mücadelede tek olmalarından kaynaklandığı ifade edilmiştir.

Kazak ve Marvin (1984), akran grubu olan zihinsel yetersizliği olan ve normal gelişim gösteren yüz çocuğın ebeveynlerini karşılaştırdıkları çalışmalarında, zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin normal gelişim gösteren çocuğa sahip ebeveynlere göre daha yüksek düzeyde kaygıya sahip oldukları sonucuna ulaşmışlardır. Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin stresin etkilerine babalara oranla daha duyarlı oldukları ve bu durumdan daha fazla etkilendikleri de çalışmanın bulguları arasındadır. Ayrıca zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin sosyal yaşamdan uzak kaldıkları ve kendilerini toplumdan soyutladıkları tespit edilmiştir.

Wilton ve Renaut (1986), okul öncesi çağda olan kırk iki zihinsel yetersizliği olan çocuk ile kırk iki normal gelişim gösteren çocuğın anneleri ile yaptıkları çalışmalarında, daha fazla zaman ihtiyacı, aile içi problemler ve aile imkânlarının sınırlı olmasının zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerde kaygıyı arttırdığını tespit etmiştir. Bununla birlikte bu çalışmada ailelerin bu dönemde, çocuklarının normal gelişim gösteren akranlarını göz önüne alarak okula başlayıp başlamayacağı sorusunu gündeme getirdikleri görölmüştür. Okula başlayabilecek durumda olanların uygun okul bulma, fiziksel ve sosyal ortamlardan kaynaklanan zorluklarla başetme gibi problemler yaşıadıkları görölmekte olup, okula başlayamayacak durumda olanların yaşadıkları hayal kırıklığı nedeniyle kaygı düzeylerinin arttığı tespit edilmiştir.

Kazak (1987), zihinsel yetersizliği, fenilketonürlü ve Spina Bifidalı çocukların bulunduğu üç grubun ebeveynlerini, normal gelişim gösteren çocukların ebeveynleri ile kişisel zorlanma, annelik memnuniyeti ve sosyal bağlar açısından karşılaştırmıştır. Annelik memnuniyeti konusunda gruplar arasında herhangi bir farklılık bulunmamasına karşın zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin normal gelişim gösteren çocuğa sahip annelere göre daha yüksek oranda stres yaşadıkları tespit edilmiştir. Yine aynı araştırmada zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin normal gelişim gösteren çocuğa sahip annelere oranla çocukları ile daha yoğun bağlar kurdukları gözlenmiştir.

Gowen vd. (1989), çeşitli engel gruplarında 27 aylık ve daha küçük çocuğa sahip anneleri ve normal gelişim gösteren çocuğa sahip anneleri depresyon ve anne yeterliliği açısından karşılaştırmıştır. Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin yaşadıkları zorluklar konusunda anlamlı farklar tespit edilmesine karşın bu annelerde depresyon ve yeterlilik duygularında farklılık gözlenmemiştir. Yapılan çalışma daha sonra yinelenmiş ve annelerin depresyon düzeyinin değişmediği gözlenmiştir. Buna karşın annelerin depresyon durumlarında zaman zaman iniş çıkışların olduğu, bu durumunda çocukla olduğu kadar diğer konularla da ilgili olabileceği ifade edilmiştir.

Frey vd. (1989), zihinsel veya bedensel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin, erkek çocuklarında ve bu çocuklarının iletişim becerilerinde yaşadıkları yetersizliklerle ilgili daha fazla kaygı yaşadıkları görülmüştür. Ayrıca zihinsel veya bedensel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin çocuklarının iletişim becerileri konusunda, zihinsel veya bedensel yetersizliği olan çocuğa sahip babaların ise çocukların cinsiyeti konusunda daha fazla kaygı duydukları belirtilmiştir. Ayrıca bu çalışmada zihinsel veya bedensel yetersizliği olan çocuğa sahip babaların stres düzeyinin annelere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Flynt ve Wood (1989), yaptıkları çalışmada, orta derecede zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip olan 90 annenin kaygı düzeylerini çocuğun yaşı, annenin yaşı, ırkı, sosyo- ekonomik düzeyi ve medeni durumu gibi değişkenleri göz önünde

bulundurarak incelemiştir. Çalışma sonucunda çocukların yaşının annenin kaygı düzeyini etkilemediği, ancak ırk değişkeninin (beyaz) ve annelerin medeni durumunun (bekâr) diğerlerine oranla kaygı düzeyini arttırdığı tespit edilmiştir. Buna karşın sosyoekonomik düzey ve çocuğun yaşının annenin kaygı düzeyi üzerinde etkisi olmadığı tespit edilmiştir.

Ryde- Brant (1990), 11 psikotik bozukluğu, 13 Down Sendromu, 13 çeşitli bedensel yetersizliği olan çocuğa sahip anneler ile 13 normal gelişim gösteren çocuğa sahip annelerin anksiyete düzeyini karşılaştırmıştır ve 11 psikotik bozukluğu, 13 Down Sendromu, 13 çeşitli bedensel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin anksiyete düzeyini 13 normal gelişim gösteren çocuğa sahip annelere göre anlamlı düzeyde daha yüksek bulmuştur.

Smith vd. (1993), engelli çocuğa sahip annelerle yaptıkları bir çalışmada, bu annelerde birçok klinik depresyon semptomlarının görüldüğünü tespit etmiş ancak bu semptomları arttıran durumun çocuğun engelinden ziyade annelerin zaman, sorumluluk ve bakım durumlarında yaşadıkları problemlerden kaynaklandığını belirtmiştir.

Floyd ve Gallagher (1997), 231 zihinsel yetersizliğe ve kronik hastalığa sahip çocukların ebeveynleri ile yaptıkları bir çalışmada, zihinsel yetersizliğe ve kronik hastalığa sahip çocukların davranış problemlerinin ebeveynlerinin yaşamlarını, aile üyeleri ile iletişimlerini ve stres düzeylerini etkilediğini tespit etmişlerdir. Her iki grupta da çocuklarda görülen davranış problemleri azaldıkça ebeveynlerdeki kötümserlik durumlarının ve stres düzeylerinin de azalmakta olduğu elde edilen bulgular arasındadır. Buna karşın daha büyük yaştaki zihinsel yetersizliğe ve kronik hastalığa sahip çocukların ebeveynlerinde çocuklarına ayırdıkları zamanın daha az olması stres düzeylerinde bir azalma meydana getirmemiştir. Yapılan çalışmada elde edilen bir diğer bulguda zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin, kronik hastalığı olan çocuğa sahip ebeveynlere oranla gelecekle ilgili duyguları konusunda yaşadıkları endişe nedeniyle stres düzeylerinde görülen artıştır. Bununla birlikte

zihinsel yetersizliğe ve kronik hastalığa sahip çocukların babalarının da, anneleri gibi gelecekle ilgili endişelerinin olduğu ve bu duruma da çocuklarının gelişim özellikleri ve davranış problemlerinin neden olduğu tespit edilmiş ancak yine de zihinsel yetersizliğe ve kronik hastalığa sahip çocuğun bakımının daha çok anneye bırakıldığı tespit edilmiştir.

Hodapp vd. (1997), 3-18 yaşları arasında olan Prader-Willi Sendromlu 42 çocuğun ebeveynlerinin stres düzeylerini araştırmışlardır. Prader-Willi Sendromlu çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının özellikleri nedeniyle çocuklarının gelecekleri ve bununla birlikte kendi gelecekleri için de kaygı duydukları, bu kaygı durumunun da stres düzeylerini arttırdığını tespit etmişlerdir. Yapılan çalışmada, Prader-Willi Sendromlu çocuğun yaşının ve zekâ düzeyinin ebeveynlerin stres durumunu etkilemediği görülmekle beraber çocuğun davranış problemlerinin ebeveynin stres durumu üzerinde etkili olduğu elde edilen bulgular arasındadır.

Heller vd. (1997), ailesi ile birlikte yaşayan ve yaşamayan, zihinsel yetersizliği olan çocuk ve yetişkinlerin, ebeveynleri ile zaman geçirme isteği, destek teminleri ve bakım sorumlulukları ile ilgili yaptıkları bir çalışmada zihinsel yetersizliği olan çocukların babalarından daha çok annelerinin yaşamını etkilediğini tespit etmiştir. Bu durumu babaların zihinsel yetersiz olan çocukları ile anneler kadar yoğun ilgilenmemeleri ile açıklamıştır. Çünkü babalar ekonomik nedenlerle çalışma hayatında daha aktif zaman geçirmekte ve çocuklarına daha çok bu kapsamda destek olmaktadır. Dolayısıyla anneler bu süreçte babalara oranla daha fazla sorumluluk yüklenmektedirler. Yapılan çalışmada elde edilen bulgular arasında çocuğun cinsiyetinin, ebeveynlerin çocuğun bakımı ve çocuklarına ayırdıkları zaman konusunda etkili olmadığı tespit edilmiştir. Bununla birlikte küçük yaşta olan ve bakımı evde yapılan zihinsel yetersizliği olan çocukların ebeveynlerinin daha fazla zamana ihtiyaç duymasına karşın sorumluluk açısından daha büyük yaşta ve bakımı evde yapılmayan çocukların ebeveynleri ile aralarında fark bulunmamıştır. Yine aynı çalışmada ebeveynlerin, ağır düzeyde zihinsel yetersizliği olmayan çocuklara daha fazla zaman harcadıkları ve destek oldukları da görülmüştür.

Florian ve Flinder (2001), CP'li çocuğa sahip annelerde normal gelişim gösteren çocuğa sahip annelerin oluşturduğu gruba göre daha düşük bir özgüven ve evlilik uyumu düzeylerinin olduğunu tespit etmiştir.

Saloviita vd. (2003), 1-25 yaş aralığında zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip 116 anne ve 120 baba ile yaptıkları çalışmalarında, zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin stres düzeylerini tespit etmeyi amaçlamıştır. Ebeveynlerin stres kaynakları; ebeveynlerin aile yaşantılarında karşılaştıkları sorunlar, karamsarlık durumları, engelli çocuğun özellikleri ve çocuğun fiziksel yetersizlikleri gibi bağımsız değişkenler açısından incelenmiştir. Elde edilen bulgular arasında zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerde çocuğun davranışsal sorunları, babalarda ise çocuğun toplumsal kabulü negatif durum tanımlayıcısı olarak karşımıza çıkmaktadır. İnsanların negatif tutumlarından zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip babaların annelerine oranla daha fazla etkilendikleri ve bu durumun sonucunda da stres düzeylerinin arttığı ortaya çıkmıştır. Aynı zamanda sosyal çevrenin sergilediği tutumun da zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip babalarda, çocuğunun engelinin ağır bir sorumluluk ve zahmet olarak görülmesinde etkili olduğu tespit edilmiştir. Genel olarak elde edilen bulgular ebeveynlerin stres düzeylerinin tahmin edilmesinde içinde bulundukları durumu tanımlama yollarının ve sahip oldukları çeşitli kaynakların, zihinsel yetersizliği olan çocuklarının özelliklerinden daha etkili olduğu şeklindedir.

b) Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Alan yazında zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynleri inceleyen sınırlı sayıda araştırma olduğu görülmektedir. Yapılan araştırmalarda ise daha çok anneler üzerinde yoğunlaşmıştır.

Sezgin (1992), down sendromlu çocuğa sahip ebeveynlerin gereksinimlerinin saptanması amacıyla yaptığı araştırmada, down sendromlu çocuğa sahip ebeveynlerin %100'ünün, bilgiye gereksinim duyduklarını ifade etmiştir. Ebeveynlerin, aile

hayatına engelli çocuklarının katılmasının ardından, fiziksel sağlıklarında bozulma, iştahsızlık, uykusuzluk, çocuk emzirememe, fiziksel bakımına özen gösterememe, cinsel, sosyal dengelerin bozulması, eşler arasında iletişimin bozulması, sosyal izolasyon ve iş yaşamlarına ilişkin sorunlar yaşadıklarını ifade etmiştir.

Ersoy (1997), işitme engelli ve zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin gereksinimlerine yönelik iki farklı destekleyici anne eğitim programı hazırlamıştır. Bu programların, annelerin kaygı düzeylerine ve çocuklarını kabullenme durumlarına etkisi yapılan çalışmanın konusunu oluşturmuştur. Çalışmada elde edilen bulgulara göre, çocuğun sahip olduğu engelin türü ile annelerin kaygı düzeyleri ve çocuklarını kabullenme durumları arasında anlamlı farklılık gözlenmemiştir. Bununla birlikte çalışma kapsamında düzenlenen eğitim programının ardından annelerin kaygı düzeylerinde azalma olduğu ve zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin kaygı düzeylerinin ön ve son test sonuçlarında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Buna karşın işitme engelli çocuğa sahip annelerde bu farkın olmadığı gözlenmiştir. Bağımlılık ve kendini yönetme, ömür boyu bakım gibi konularda düzenlenen eğitim programından önce iki grup arasında anlamlı farklar tespit edilmişken, düzenlenen eğitim programının ardından bu anlamlı farkın ortadan kalktığı elde edilen bulgular arasındadır. Ayrıca yapılan çalışma kapsamında düzenlenen eğitim programının ardından her iki grupta da annelerin çocuklarını kabullenme düzeylerinde artış tespit edilmiştir.

Şan (2000), engelli çocuğa sahip ebeveynleri konu alan bir araştırmada, engelli olduğunu öğrendikleri çocuğun yaşı ile ebeveynlerin güçlük yaşadıkları alanlar belirlenmeye çalışılmıştır. Ebeveynlerin engeli öğrenmelerinin ardından geçen beş yıllık süreç içinde karşılaştıkları sorunlar ve bu sorunların yoğunluğundaki değışiklikler, anne ve baba için ayrı ayrı değerlendirilmiştir. Yapılan araştırma sonucunda, ebeveynlerin yaşadığı sorunlar birinci ve üçüncü yıllarda ortak olmakla beraber bu sorunlar çocukların gelişim geriliğine bağlı sorunlardır. Beşinci yılda annelerin yaşadığı sorunlar psikolojik, sağlık, eğitim ve ekonomik sorunlar iken

babaların yaşadığı sorunlar ise sağlık sorunlarını kapsamaktadır. Yine de ebeveynlerin yaşadıkları sorunlar açısından anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir.

Duygun ve Sezgin (2003)'in, zihinsel yetersizliği olan ve normal gelişim gösteren çocuğa sahip annelerin sosyal destek algıları, stres belirtileri, tükenmişlik düzeyleri ve stresle başa çıkma durumları üzerine yaptıkları çalışmaya, 121 normal gelişim gösteren çocuğa sahip anne ve 118 zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip anne katılmıştır. Çalışmanın sonucunda zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin normal gelişim gösteren çocuğa sahip annelere göre daha yüksek stres düzeylerinin olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin tükenmişlik düzeyinin normal gelişim gösteren çocuğa sahip annelere göre daha yüksek olduğu ve daha az sosyal destek algısına sahip oldukları bulgularına ulaşılmıştır.

Uğuz vd. (2004), yaptıkları çalışmalarında 13-22 yaşları arasındaki zihinsel veya fiziksel yetersizliği olan çocuklara sahip annelerin anksiyete, depresyon ve stres düzeylerini tespit etmeyi amaçlamışlardır. Zihinsel veya bedensel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerde anksiyete, depresyon ve stres düzeylerinin normal gelişim gösteren çocuğa sahip annelere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Işıkhan (2005), zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin karşılaştıkları güçlükleri belirlemek amacıyla yaptığı çalışmada tarama modelini kullanmıştır. Çalışma sonucunda zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin çocuklarını yetiştirme sürecinde daha çok psikolojik ve ekonomik sorunlarla karşı karşıya kaldıklarını tespit etmiştir. Aynı zamanda bu annelerin büyük bir oranının engelli çocuğun doğumundan sonra psikolojik sıkıntı yaşamaya başladığı ve çocuğun bakımı ile uğraşmaktan kendine zaman ayıramadığı tespit edilmiştir. Yine aynı çalışmada zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin büyük bölümünün eşlerinden destek aldığı ve çocuğuna yönelik bilgileri rehabilitasyon merkezindeki görevli personelden aldıkları, buna karşın engellilerle ilgili bir sivil toplum kuruluşuna üye olmadıkları belirlenmiştir.

Altuğ Özsoy, Özkahraman ve Çallı (2006), zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşadıkları güçlükleri belirlemek amacıyla bir çalışma yapmıştır. Çalışmaya zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip 180 anne ve baba katılmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre ebeveynlerin % 54,5'inin gelecek kaygısı, %48,2'sinin engelli çocuğa yönelik sürekli bir kaza ya da yaralanma korkusu yaşadıkları tespit edilmiştir. Yine aynı çalışmada ebeveynlerin, % 37,3'ünün çevrelerinden sosyal destek almadıkları, %39,1'inin belirli aralıklarla yaşadıkları aile sorunlarına ilişkin konuşma ve danışmanlık ihtiyaçlarının olduğu elde edilen bulgulardandır. Ayrıca yapılan çalışmada ebeveynlerin yaşadıkları problemler ile gelir durumu, ek masraf getirme ve sosyal destek gibi bazı değişkenler arasında da anlamlı bir fark tespit edilmiştir.

Karaçengel (2007)'in çalışmasında, zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip anneler ile normal gelişim gösteren çocuğa sahip anneler, suçluluk-utanç düzeyleri ve atılganlık durumları açısından karşılaştırılmıştır. Çalışmaya 100 zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip anne ve 100 normal gelişim gösteren çocuğa sahip anne katılmıştır. Çalışmanın sonucunda zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin suçluluk-utanç düzeylerinin, normal gelişim gösteren çocuğa sahip annelere göre daha yüksek bulunmuş olmasına karşın atılganlık durumları açısından iki grup arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Sonuç olarak, zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin suçluluk ve utanç duygularını daha yoğun yaşadıkları; atılganlık durumları açısından da çekingen davranış özellikleri sergiledikleri görülmüştür.

Natan (2007), zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin ve normal gelişim gösteren çocuğa sahip annelerin duygusal süreçlerini, kaygı ve depresyon düzeyleri açısından belirleyebilmek ve gereken hizmetlerin kalitesini yükseltmek amacıyla yaptığı çalışmasında, annelerin yaşı, doğum yaptıkları yaş, çocuk sayısı, sosyo-kültürel ve ekonomik düzeyleri vb. değişkenlerle; depresyon ve kaygı oluşumu arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Çalışma sonucunda elde edilen bulgular arasında zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin depresyon ve anksiyete düzeylerinin,

normal gelişim gösteren çocuğa sahip annelere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Aynı zamanda zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin içinde bulundukları ekonomik düzey düşüşe geçtikçe depresyon düzeylerinde de artış gözlenmiştir.

Dereli ve Okur (2008), engelli çocuğa sahip ebeveynlerin depresyon düzeylerini inceledikleri çalışmalarında engelli çocuğa sahip ebeveynlerin depresyon düzeylerinin daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Bununla birlikte engelli çocuğa sahip annelerin depresyon düzeylerinin babalara göre anlamlı oranda yüksek olduğu da çalışmadan elde edilen bulgular arasındadır.

Küllü (2008), yaptığı çalışmasında engelli çocuğa sahip ebeveynlerdeki depresif belirti sıklığını tespit etmek amacıyla betimleyici bir çalışma yapmıştır. Bu çalışmada ebeveynlerin demografik özelliklerinin yanı sıra, çocukların bakımıyla ilgili değişkenler üzerinde de yoğunlaşmıştır. Yapılan çalışmanın sonucunda engelli çocuğa sahip ebeveynlerin üçte birinde orta ve şiddetli depresif belirtiler tespit edilmiştir.

Üstüner Top (2008), zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin psiko-sosyal durumlarını tespit etmeyi amaçladığı çalışmasına zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip 108 ebeveyn katılmıştır. Yapılan çalışmanın sonucunda zihinsel yetersizliği olan çocuğun engel düzeyi ile ebeveynlerin çocuğun engelini öğrendikleri ilk zamanlarda çocuklarını kabullenmede yaşadıkları güçlük arasında bir farklılık tespit edilmemiştir. Bununla birlikte ebeveynlerin ekonomik düzeyleri ile yaşadıkları duygusal problemler arasında da farklılık tespit edilememiştir. Ayrıca çocuğun cinsiyetinin de ebeveynlerin yaşadığı endişe durumu üzerinde bir etkisinin olmadığı elde edilen bulgular arasındadır.

Doğan (2010), çalışmasında zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin, çocukları ile ilgili eğitim gereksinimlerini tespit etmeyi amaçlamıştır. Çalışma bulguları arasında ebeveynlerin % 41,09'u çocuklarına ilişkin konularda, daha çok uzmanların vereceği eğitim ve yönlendirmelere gereksinim duyduklarını ifade

etmiştir. Bu bağlamda ebeveynlerin gereksinimlerinin belirlenmesinde ailenin engelli bir çocuğa sahip olduğunu öğrendikleri andan itibaren yaşadıkları sorunların tespit edilmesinin önemli olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte ebeveynlerin engelli bir çocukla aile yaşantısını başarılı bir şekilde sürdürebilmesi için çocuğun ve ebeveynlerin gereksinimlerini karşılamak adına destek hizmetlerinin sunulmasının da oldukça önemli olduğu ifade edilmiştir. Araştırmada ebeveynlerin yaşadığı zorluklara zihinsel yetersizliği olan çocuğun engel derecesi, yaşı, cinsiyeti ve bağımsız hareket edebilme değişkenleri ile ebeveynlerin yaşı, eğitimi, çocuk sayısı, ailenin ekonomik durumu gibi değişkenler ele alınmıştır. Ebeveynlerin zihinsel yetersizliği olan çocuklarını nasıl yetiştireceğine ilişkin bilgisinin yetersiz oluşu aile üyelerinin yaşadıkları zorluğu arttırması araştırmanın elde edilen bulguları arasındadır.

Demir vd. (2012) çalışmalarında zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin depresyon düzeylerinin belirlenmesini amaçlamışlardır. Bu çalışma, tanımlayıcı bir araştırma olup, 215 zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annenin katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonucunda elde edilen bulgulara göre annelerin; %42,8'inin 30-39 yaş arasında olduğu, %92,1'inin başka bir zihinsel yetersizliği olan çocuğunun olmadığı, %54,4'ünün zihinsel yetersizliği olan çocuğunun erkek olduğu, %80,5'inin zihinsel yetersizliği olan çocuğunun sağlıkla ilgili başka bir sorununun olmadığı, %65,7'sinin çocukların bakımını tek başına üstlendiği tespit edilmiştir. Bununla birlikte çalışmada zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin depresyon ortalama puanlarının daha yüksek olduğu da elde edilen bulgular arasındadır.

İlgili alanyazın taramasında, zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerle ilgili yurt dışında yapılan çalışmalarda, bu kavramın daha çok cinsiyet, yaş, gelir düzeyi, eğitim durumu gibi değişkenler ile ilişkisinin araştırıldığı belirlenmiştir. Bunların yanı sıra ebeveynin sahip olduğu zihinsel yetersizliği olan çocuğun tanısı, yaşı, aldığı destek eğitim süresi gibi değişkenlerin de sıklıkla ele alındığı görülmüştür. Yurt içinde gerçekleştirilen çalışmalarda ise daha çok anneler üzerine çalışmaların yoğunlaştığı görülmektedir. Ayrıca ebeveynlerin sahip olduğu çocuk sayısı,

çocukların engellik durumu üzerinden kaç yıl geçtiği gibi değişkenlerin de önemsendiği tespit edilmiştir.

Genel olarak bakıldığında, zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin birçok çalışmada ele alındığı görülmektedir. Ebeveynlerin, zihinsel yetersizliği olan çocuğunu büyütürken karmaşık duygular yaşadıkları, kaygılandıkları, kendilerini sosyal çevreden soyutladıkları, ekonomik yönden zorlandıkları, kendilerine yeterince zaman ayıramadıkları görülmektedir. Ebeveynler için önemli bir sorun da, zihinsel yetersizliği olan çocuğun alacağı eğitimin nasıl olacağı ve gelecekte bu çocuklarla kimin ilgileneceği kaygısıdır. Tüm bu sonuçlar birlikte ele alındığında ebeveynlerin yaşam doyumu düzeylerinde azalmanın olduğu sonucu da çıkarılabilir.

2. Yaşam Doyumu İle İlgili Yapılan Araştırmalar

a) Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Diener vd. (2000) yaşam doyumu ve yaşam alanlarındaki doyum ölçümlerinden hangisinin daha iyi işlediğini 41 ülkede 7167 öğrenci ile çalışmıştır. Bireysel düzeyde yaşam doyumu ve iyimserlik genel yaşam doyumunu tahmin etmeye yardımcı olmaktadır. Ancak ülke düzeyinde iyimserliğin genel yaşam doyumuna etkisinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar aşağıdan yukarıya kuram ya da yaşam doyumu ölçümlerinin bireysel düzeyde daha uygun olduğunu belirtmektedir.

Czikszenmihayli ve Hunter, (2003); Proctor, Linley ve Maltby (2008); Seligman (2007) yaptıkları çalışmalarında cinsiyet ve sosyo- ekonomik statü arasında ilişki tespit etmiştir. Bununla birlikte yoksul olan kadınların yoksul erkeklere göre daha yüksek doyum aldıkları tespit edilmiştir. Ayrıca bireyler ergenlik dönemindeyken yaşam doyumunda düşüş gözlenmekte ve yaşı ilerledikçe yaşam doyumlarının hafifçe yükselmekte olduğu görülmüştür.

Strachan (2005), öğrenme güçlüğü olan çocukların babalarının yaşadıkları stresin yaşamsal memnuniyetleri üzerindeki etkisinin incelendiği çalışmada, normal gelişim gösteren çocuklara sahip 127 baba ile öğrenme güçlüğü olan çocuklara sahip 85 babanın stresle baş etme ve yaşamsal memnuniyet durumları karşılaştırılmıştır. Bu bağlamda çalışmada, aile yaşamındaki değişimler, bireysel ve ailesel sorun çözme, yaşamsal memnuniyet, ebeveyn stresinin öğrenme güçlüğü olan çocuğa sahip babalar ile normal gelişim gösteren çocuğa sahip babalar üzerindeki etkisi incelenmiştir. Öğrenme güçlüğü olan çocuğa sahip babaların, normal gelişim gösteren çocuğa sahip babalardan daha yüksek oranda aile yaşantısından kaynaklanan stres, ebeveynler arası sıklıkla ortaya çıkan günlük tartışmalar ve bu tartışmalara ilişkin güçlükler, yüksek oranda duygusal ve fiziksel sağlık sorunları ve bununla birlikte ebeveyn olmanın getirdiği stres ile daha düşük oranda yaşamsal memnuniyet durumları ile karşı karşıya kaldıkları tespit edilen bulgular arasındadır.

Dubey ve Agarwal (2007), yaptıkları çalışmada, kronik hastalıkların yaşam doyumu ve başa çıkma stratejileri konusunu incelemiştir. Bu çalışmaya 180 kronik rahatsızlığı olan hasta katılmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre kronik hastalık gruplarının tümünde aktif başa çıkma stratejilerinin, yaşam doyumu seviyesini yükselttiği görülmüştür. Yine aynı çalışmada demografik veriler ve yaşam doyumu seviyeleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı da tespit edilmiştir.

Plagnol ve Easterline (2008), yaşam doyumunda cinsiyet farklılıkları ve yaşın etkisini sorgulamıştır. Buna göre; kadınlar yetişkinliğin ilk döneminde daha çok maddi doyum ve aile yaşamından doyum sağlamaktadırlar. Kadınlar 41 yaşında maddi doyum, 64 yaşında aile doyum ve 48 yaşında genel yaşam doyum düzeyi bakımından erkeklerle eşitlenmektedir. Bu süreçte erkekler bu alanlardan daha yüksek doyum sağlayarak devam etmektedirler. Erkeklerin yaşam doyumundaki yükselme, gençliklerinde karşılayamadıkları isteklerinin kadınlardan daha fazla olması ve ilerleyen yaşlarda maddi durumlarındaki yükselme ile açıklanmaktadır. Kadınlarda ise azalan aile desteği ile birlikte isteklerin gerçekleşme oranının düşmesi, düşük doyumun nedeni olarak belirtilmiştir.

Syska-Bielak vd. (2010), yaptıkları çalışmalarında çocukluk döneminde farklı türdeki tiroit kanserleri nedeni ile tedavi gören hastaların, umut ve yaşam doyumu seviyelerinin belirlenmesi için yapılan çalışmada yaşam doyumu ve umut düzeylerinin oldukça yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmacılar bunun nedeninin yüksek düzeyde aile desteği olduğunu ifade etmektedirler.

Rustoen vd. (2010), umudu arabulucu değişken olarak kullandığı çalışmalarında yaşam doyumu ve psikolojik sorunlar üzerine incelemelerini yapmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre, düşük yaşam doyumu düzeyinin kanser hastalarında, umut düzeyini düşürdüğü, sağlık durumlarını etkilediği ve psikolojik sorunları arttırdığı görülürken aynı çalışmada umut düzeyinin yaşam doyumunu etkilemediği tespit etmişlerdir.

Kim vd. (2012), yaşlı bireylerin algılanan sağlık durumu, yaşam doyumu ve sosyal destek düzeyleri ile ilgili yaptıkları çalışmada; algılanan sağlık durumu ve sosyal destek düzeyinin yaşam doyumunu etkilediğini belirtmişlerdir.

Dunn vd. (2013), çalışmalarını kanserini yenen 1996 hasta ile yapmıştır. Yapılan çalışmaya göre, iyimserlik ve algılanan sosyal destek düzeyi düştükçe hastaların yaşam doyumu da düşmektedir. Artan yaşam kalitesiyle birlikte hastaların yaşam doyumu düzeylerinin de arttığı belirlenmiştir.

b) Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Alan yazında özellikle zihinsel yetersizliği olan çocukların ebeveynlerinin yaşam doyumuyla ilgili çalışmalar incelendiğinde yapılan araştırmaların çoğunlukla annelere yönelik olduğu görülür. Ayrıca zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip anne-babaların yaşam doyumunu inceleyen sınırlı sayıda araştırma olduğu görülmektedir.

Balkanlı (2008), çalışmasında yaşam doyumunu, yaş ve eğitim düzeyi değişkenlerine göre incelemiştir. Çalışmada babaların yaşı büyük olanlarının daha küçük olanlara göre yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte annelerin eğitim düzeylerinin yaşam doyumları üzerinde etkili olmadığı da çalışmada elde edilen bulgular arasındadır.

Akandere (2009), yaptığı çalışmasında bedensel yetersizliği olan, zihinsel yetersizliği ve hem zihinsel hem de bedensel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumları ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yapılan çalışmada ebeveynlere ait cinsiyet, gelir durumu, eğitim ve yaş ile engelli çocuklara ait; cinsiyet, engel durumu, yaş ve özel eğitim aldığı süre çalışmanın değişkenlerini oluşturmuştur. Çalışmada elde edilen bulgulara göre engelli çocuklara ait cinsiyet değişkeniyle ebeveynlere ait eğitim durumu, gelir düzeyi ve yaş değişkenlerinin bedensel yetersizliği, zihinsel yetersizliği ve hem zihinsel hem de bedensel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumları üzerinde etkisi olduğu görülmüştür.

Acar (2009), çalışmasında, bedensel ve zihinsel yetersizliği olan çocuklara sahip ebeveynlerin umutsuzluk düzeyleri ve yaşam doyumlarını incelemiştir. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre ebeveynlerin yaşam doyumlarının umutsuzluk düzeylerine göre manidar düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Bununla birlikte bedensel ve zihinsel yetersizliği olan çocuklara sahip annelerde yaş değişkeninin yaşam doyumu üzerinde herhangi bir etkisinin bulunmamasına karşın, bedensel ve zihinsel yetersizliği olan çocuklara sahip babalar için 51 yaş ve üzeri olanlarının 36-50 yaş aralığında olanlara göre yaşam doyumunun daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yapılan çalışmada eğitim durumu değişkenine bakıldığında ise bu değişkenin bedensel ve zihinsel yetersizliği olan çocuklara sahip annelerin yaşam doyumu üzerinde farklılık oluşturmadığı buna karşın bedensel ve zihinsel yetersizliği olan çocuklara sahip babalarda eğitim durumu okuma-yazma bilmeyen, ilkokul ve ortaokul olanların lise ve üniversite mezunu olanlara göre yaşam doyumlarının daha düşük olduğu belirtilmiştir. Bir diğer değişken olan gelir durumunun ise annelerin yaşam doyumu

üzerine etkisinin olmadığı, babalarda ise gelir durumu yüksek olanların düşük olanlara göre yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu elde edilen bulgular arasındadır. Engel durumu değişkenine bakıldığı zaman ise annelerin yaşam doyumunu etkilemezken, bedensel engelli çocuğa sahip babalarda yaşam doyumunun zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip babalara göre daha yüksek olduğu araştırmanın elde edilen sonuçları arasındadır. Bununla birlikte bedensel ve zihinsel yetersizliği olan çocuklara sahip ebeveynler için çocuklarının eğitim aldıkları sürenin yaşam doyumunu üzerinde etkisi olmadığı tespit edilmiştir.

Sarıkaya (2011), yaptığı çalışmada zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin stresle başa çıkma stratejileri ve yaşam doyumunu durumlarını bazı değişkenler açısından incelemiştir. Yapılan çalışmada ebeveynlerin yaşam doyumunu açısından bir farklılaşma tespit edilmemiş olmasına karşın zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin sosyal destek arama puanlarının babaların puanlarına göre anlamlı derecede yüksek bulunduğu görülmüştür.

Nergiz (2013), yaptığı çalışmada, görme engelli çocuğa sahip ebeveynlerin stres, yaşam doyumunu ve tükenmişlik düzeylerini incelemiştir. Yapılan çalışmadaki ilk örnekleme 6-18 yaş arası görme engelli çocuğa sahip 58 ebeveyn, ikinci örnekleme de 6-18 yaş arası görme engelli çocuğa sahip 75 ebeveyn oluşturmaktadır. Çalışmaya ait birinci örneklem sonuçlarına göre görme engelli çocuğa sahip ebeveynler arasında yaşam doyumunu, stres ve tükenmişlik düzeyi bakımından anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Ayrıca engelli çocuğa sahip annelerin inkâr eğiliminin babalara göre daha yüksek olduğu, bununla birlikte babaların da annelere göre daha fazla mali kaygı yaşadığı çalışmada elde edilen bulgular arasındadır. Çalışmaya ait ikinci örneklem sonuçlarına göre ise görme engelli çocuğa sahip ebeveynler arasında yaşam doyumunun anlamlı yordayıcıları arasında, algılanan stres düzeyi, aktif başa çıkma ile soruna odaklanma ve duyguları açığa vurma olduğunu belirtmiştir.

Akarsu (2014), yaptığı çalışmada zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerde aile yükü, özbakım becerileri ve annelerinin yaşam doyum düzeylerini

etkileyen faktörleri incelemiştir. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre çalışan ebeveynlerin yaşam doyum düzeyleri çalışmayan ebeveynlere göre daha yüksek bulunmuştur. Bununla birlikte ebeveynlerin gelir düzeyi arttıkça yaşam doyum düzeylerinin de arttığı araştırmadan elde edilen bulgular arasındadır. Ayrıca zihinsel yetersizliği olan çocukların düzeyinin ebeveynlerinin yaşam doyumlarına etki ettiği ve çocuğun engelinin tanısı ağırlaştıkça ebeveynlerin yaşam doyumunun düştüğü görülmektedir. Yine aynı çalışmanın sonuçlarına bakıldığında zihinsel yetersizliği olan çocuğun aldığı özel eğitim süresinin ebeveynlerin yaşam doyum düzeylerini etkilemediği de elde edilen bulgular arasındadır.

Kantar (2014), çalışmasında zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin, yaşam doyumlarını; stres değerlendirme ve gelişme-büyüme düzeyleri açısından incelemiştir. Çalışmaya engelli çocuğa sahip olan, 247 kadın ve 15 erkek olmak üzere toplam 262 ebeveyn katılmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre yaşam doyumunu ile gelişme-büyüme ve stres değerlendirme durumlarının alt boyutlarından biri olan başkaları tarafından kontrol edilebilirlik ile engelli çocuğun tanısının ağırlaşması arasında pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir. Buna karşın yaşam doyumunu ile stres değerlendirme durumunun bir başka alt boyutu olan tehdit ve kontrol edilemezlik arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur.

Can (2015), yaptığı çalışmada engelli çocuğa sahip olan ve olmayan ebeveynlerin evlilik uyumu ile yaşam doyumunu değerlendirmeyi ve ebeveynlerin yaşam doyumlarını etkileyen faktörleri tespit etmeyi amaçlamıştır. Çalışma 6-12 yaş grubu engelli çocuğa sahip olan (135) ve olmayan (151) toplamda 286 ebeveyn ile yapılmıştır. Çalışmada elde edilen bulgulara göre engelli çocuğa sahip olan ve olmayan ebeveynlerin evlilik uyumu ve yaşam doyumunu arasında anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte engelli çocuğa sahip ebeveynlerden işsiz ve okur- yazar olmayan, 25-35 yaş grubunda ve bir çocuğu olanların evlilik uyumunun diğerlerine göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu da çalışmada elde edilen bulgular arasındadır.

Yavuz (2016), yaptığı çalışmasında normal gelişim gösteren çocuğa sahip ve zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin evlilik uyumu ve yaşam doyumu düzeylerini incelemiştir. Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveyn ile normal gelişim gösteren çocuğa sahip ebeveyn olmak üzere toplamda 186 ebeveyn katılmıştır. Yapılan çalışmada zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin, normal gelişim gösteren çocuğa sahip ebeveynlere göre aile uyumlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yine aynı çalışmanın sonuçlarına bakıldığında zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin normal gelişim gösteren çocuğa sahip ebeveynlere göre yaşam doyumlarının daha düşük olduğu görülmüştür.

Ateş (2016), yaptığı çalışmada otizm tanısı almış olan çocuklara sahip ebeveynlerin yaşam doyumu düzeylerini, aile işlevleri ve öğrenilmiş güçlülük durumları açısından incelemiştir. Çalışmayı otizm tanısı almış olan 575 çocuğun ebeveyni oluşturmaktadır. Çalışmada elde edilen bulgulara göre ebeveynlerin gelir düzeyine, evlilik sürelerine ve çocukların özel eğitim merkezlerinde eğitim alma sürelerine göre bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Yine aynı çalışmanın sonuçlarına bakıldığında otizm tanısı almış olan çocuğa sahip ebeveynlerin eğitim düzeyi arttıkça, yaşam doyumunun daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca çocuğun otizm tanısı aldığı yaşı da; yaşam doyumu düzeyinde, anlamlı bir farklılık oluşturduğu tespit edilmiştir.

Çelik (2017), yaptığı çalışmasında zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin yaşam doyumu, tükenmişlik düzeyleri ve yalnızlık durumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmada zekâ geriliği olan çocuğa sahip annelerin yaşları arttıkça tükenmişlik düzeylerinin de arttığı görülmüştür. Yine aynı çalışmanın sonuçlarına bakıldığında zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ve aile içinde sorun yaşamayan annelerin yaşam doyumlarının aile içinde sorun yaşayan annelere göre daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Bununla birlikte zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ve psikolojik destek almayan annelerin yaşam doyumlarının psikolojik destek alan annelerin yaşam doyumlarına göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Aynı zamanda zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin medeni durumu, eğitim

düzeyleri, çalışma durumu gibi değişkenlerin de yaşam doyumları üzerinde etkili olduğu çalışmanın elde edilen diğer bulguları arasındadır.

Kasımoğlu (2017), yaptığı çalışmada zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin içselleştirilmiş damgalama, umutsuzluk ve yaşam doyumlarını incelenmiştir. Çalışma iki aşamadan oluşmaktadır. Çalışmanın birinci aşamasına 178, ikinci aşamasına ise 203 zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveyn katılmıştır. Zihinsel engelli çocuğun cinsiyeti, yaşı ve engel düzeyine göre ebeveynlerin içselleştirilmiş damgalama ve yaşam doyumunu arasında anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir.

Yaşam doyumunu kavramı ile ilgili alan yazın taramasında, yurt dışında yapılan çalışmalarda öncelikle sağlık durumu, cinsiyet, yaş, gelir durumu gibi değişkenler ile ilişkisinin araştırıldığı belirlenmiştir. Yurt içinde gerçekleştirilen çalışmaların ise sınırlı sayıda olduğu görülmektedir. Özellikle zihinsel yetersizliği olan çocukların ebeveynlerinin yaşam doyumuyla ilgili çalışmalar incelendiğinde yapılan araştırmaların çoğunlukla annelere yönelik olduğu görülür. Ayrıca zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip anne-babaların yaşam doyumunu kavramına bakıldığında, annelerin babalara göre yaşam doyumlarının daha düşük olduğu görülmüştür. Ebeveynler için önemli bir sorun da, zihinsel yetersizliği olan çocuğun alacağı eğitimin nasıl olacağı ve gelecekte bu çocuklarla kimin ilgileneceği kaygısıdır. Tüm bu sonuçlar birlikte ele alındığında ebeveynlerin yaşam doyumunu düzeylerinde azalmanın olduğu sonucu da çıkarılabilir.

3. Problem Çözme Becerisi Alanında Yapılan Araştırmalar

a) Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Çalışmalar incelendiğinde, süregelen hastalığı olan yetişkin hasta yakınlarına yönelik çalışmaların yoğunlukta olduğu görülmektedir. İncelenen çalışmalar aşağıdaki gibidir;

Intagliata ve Doyle (1984), zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynler ile gerçekleştirdiği çalışmada, ebeveynlere kişilerarası problem çözme becerileri eğitimi vermiş, ardından bu eğitimin ebeveynlerin stres düzeyi üzerindeki etkilerini incelemiştir. Yapılan çalışmaya 6-18 yaş arası çocuğa sahip 5 aile katılmıştır. Yapılan çalışmada, kişilerarası problem çözme eğitimi kapsamında; problemin durumunu fark etme ve tanımlama, çözüm üretebilme, karar verebilme ve verilen kararları uygulama gibi başlıklara yer verilmiştir. Program kapsamında verilen eğitim ardından izleme verileri alınmış ve elde edilen bulgulara göre, program kapsamında verilen eğitimin etkili olduğu görülmüştür.

Gammon ve Rose (1991), yapmış oldukları çalışmada normal gelişim göstermeyen çocuklara sahip ebeveynlerle problem çözme, bilişsel olarak yeniden yapılandırma, hedef koyma ve iletişim becerilerini geliştirmeyi amaçlayan bir eğitimin etkililiğini incelemiştir. Çalışma 10 oturumdan oluşmakta, oturumlar haftada bir kere gerçekleştirilmekte ve her oturum 2 saat sürmektedir. Alınan eğitim sonrasında annelerin problem çözme becerilerinde olumlu değişimler gözlemlenmiştir.

Nixon ve Singer (1993), çalışmalarında, zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelere beş haftadan oluşan, her hafta bir kere, iki saat süren bir eğitim programı uygulamıştır. Eğitimin içerisinde, eğitsel bilgi, grup paylaşımları ve oyunları, küçük grup alıştırmaları bulunmaktadır. Bu eğitim programıyla annelerin kendini suçlamasına sebep olan bilişsel bozulmaların ve duygu durumlarının düzeltilmesi amaçlanmıştır. Eğitim sonucunda annelerde suçluluk duygusunda, kişinin kendine karşı olumsuz sıfat kullanmasında ve kendiyle ilgili olumsuz düşüncelerinde azalma olduğu görülmüştür.

Houts, Nezu, Nezu ve Bucher' in (1996), yaptıkları çalışmada, süreğen hastalığa sahip bireylere evde bakım sağlayan aile üyelerine problem çözme becerisi kazandırmak adına, problem çözme yaklaşımını temel alan COPE ismini verdikleri bir program oluşturmuşlardır. Oluşturdukları bu programın açılımı ise, C;(creativity)-

yaratıcılık, O;(optimism)-iyimserlik, P;(planning)-planlama ve E:(expertinformation)-profesyonel bilgisi şeklinde belirtilmiş ve program kapsamında tüm bu başlıklar içeriğe dâhil edilmiştir. Bununla birlikte yapılan çalışmada problem çözme basamakları, gruba uygun olarak planlanmıştır. Program kapsamında verilen eğitimde; problemin nedenleri ve sonuçları ile ilgili genel bilgi, ne zaman sağlık personelinin yardım isteneceği, ailenin problemi önlemek veya onunla baş etmek için ne yapabileceği, yapılan planın önündeki engeller ve bunlarla baş etme, plan yapma, uygulama ve değerlendirme başlıklarına da yer verilmiştir. Yapılan çalışma kapsamında ise programın etkililiği test edilmemiş ve başka bir uygulama için kullanılmıştır.

Bucher, Houts, Nezu ve Nezu'nun (1999) yaptıkları çalışmada, kanser hastalığına sahip bireylere bakım sağlayan aile üyelerine problem çözme eğitimi uygulanarak katılımcıların görüşleri değerlendirilmiştir. Programa 2000'den fazla kanser hastalığına sahip bireylere bakım sağlayan aile üyesi katılmıştır. Eğitim kapsamında verilen program sonucunda elde edilen bulgulara göre; katılımcıların %69'unun müdahaleye "çok yardımcı oldu" şeklinde dönüt vermiş ve %88'inin de programı başkalarına tavsiye edeceği yönünde dönütte bulunduğu görülmüştür. Bununla birlikte yapılan çalışma kapsamında kanser hastalığına sahip bireylere bakım sağlayan aile üyeleri ile telefon görüşmeleri de yapılmış, bu kapsamda 36 katılımcıya ulaşılmıştır. Yapılan telefon görüşmelerine göre, katılımcılar ortalama 10,83 problem durumu paylaşmışlardır. Paylaşımlar arasında ise depresyon ve yorgunluk durumlarının iletilen problemlerin çoğunluğunu kapsamakta olduğu belirtilmiştir. Bu paylaşımların alındığı katılımcılara problem çözme basamaklarını kullanıp kullanmadıkları sorulmuş ve katılımcıların hepsinin basamakları kullandıklarını ifade ettiklerini belirtmeleri de yapılan çalışmanın bulguları arasındadır.

Russell, John ve Laksmanan'ın (1999)' da yaptıkları çalışmalarında, zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarına olan tutumlarında değişiklik sağlamak amacı ile bir eğitim programı uygulanmıştır. Çalışma iki gruptan oluşmaktadır, birinci grup çalışma ve ikinci grup kontrol grubu olarak belirtilmiştir.

Yapılan çalışmaya her iki gruptan, toplam 57 katılımcı dâhil edilmiştir. Çalışma 12 hafta süre ile gerçekleştirilmiştir. Çalışma grubunda psiko-eğitsel müdahale içerikli bir yol izlenmiş olup; çocuk yetiştirme becerileri, gelişim basamakları ve gecikmeler, zihinsel yetersizliğin nedenleri, yasal haklar ve olanaklar, problem davranışlar, davranışçı teknikler gibi konuların yanında her hafta, katılımcılar için problem çözme becerileri gibi konuların üzerinde durulmuştur. Kontrol grubunda ise izlenen yol, aynı konuları içermekle birlikte, yalnızca didaktik bilgilendirme kapsamında yapılmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara, toplam aile tutumunda, çocuk yetiştirme tarzında, zihinsel yetersizliğe yönelik bilgide ve zihinsel yetersizliği yönetmeye yönelik tutumda, çalışma grubundaki aileler kontrol grubundaki ailelere göre pozitif yönde ve anlamlı fark göstermişlerdir. Buna karşın ailelerin zihinsel yetersizliğe yönelik tutumunda anlamlı fark tespit edilmemiştir.

Gallagher- Thompson, vd (2000) gerçekleştirdiği çalışmada, fiziksel ve zihinsel yetersizlikleri olan yaşlıların bakımını üstlenen ailelere, içinde bulundukları stres durumunu azaltmak ve yaşam doyumlarını arttırmak amacı ile problem çözme eğitimi verilmiştir. Çalışmada uygulama ve kontrol grubu olmak üzere iki grupta toplam 161 katılımcı vardır. Çalışmadan elde edilen bulgulara bakıldığında uygulama grubunda bulunan katılımcıların eğitimden sonra bilişsel ve davranışsal başetme stratejilerini kontrol grubundaki katılımcılara göre daha fazla kullandıkları tespit edilmiştir. Buna karşın, uygulama sonunda hem uygulama hem de kontrol grubunda yaşam doyumlarının arttığı görülmüştür.

Horton ve Wallander (2001) yaptıkları çalışmalarında, Cp ve Spina Bfida hastası, 5-18 yaş aralığında çocuğa sahip olan 111 anneyi katılımcı olarak seçmişlerdir. Bu çalışmada, ‘umut’ kavramının işlendiği problem çözme eğitimlerinde annelerin çocuklarına bakarken yaşadıkları stresle daha iyi başa çıktıkları ve problem çözmede de daha başarılı oldukları gözlemlenmiştir.

Focus adlı problem çözme eğitimi kapsamında hazırlanan proje çalışmasında, beyin hasarı ile omurilik hasarı gibi ani gelişen ve ağır yetersizliği olan ve evde bakım

gerektiren hastalığa sahip çocuklara bakım sağlayan aile üyelerine problem çözme eğitimi verilmiştir. Proje kapsamında, Kurylo, Elliott ve Shewchuk (2001) tarafından yapılan çalışmada kullanılan eğitimi, FOCUS model olarak adlandırmışlardır. Yapılan bu çalışmanın içeriğine bakıldığında; öncelikle yıl boyunca her ay gerçekleştirilen telefon görüşmeleri ile katılımcıların desteklenmesi ve öğrenilenlerin üzerinde durulması, sonrasında öğrenilenlerin yazılı doküman haline getirilerek mail yolu ile paylaşılması ve son olarak da 6. ve 12. aylarda ek oturumların düzenlendiği görülmüştür. Yapılan çalışmada etkililiğine yönelik veriler tespit edilememiştir. Yine aynı proje kapsamında Rivera, Shewchuk ve Elliott tarafından (2003) yapılan başka bir çalışmada, gerçekleştirilen telefon görüşmeleri için görüntülü telefon görüşmesi tekniğine yer verilmiştir.

Focus projesi kapsamında yapılan bir başka çalışmada Elliott, Brossart, Berry ve Fine'in (2008) gerçekleştirdiği, omurilik hasarına sahip çocuklara bakım sağlayan aile üyeleri için video konferans şeklinde hazırladıkları bir problem çözme becerileri eğitimi düzenlemişlerdir. Çalışmada, omurilik hasarına sahip çocuklara bakım sağlayan aile üyeleri için video konferans şeklinde sunulan problem çözme eğitimi ile katılımcıların depresyon düzeyleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmada, kontrol grubu ve problem çözme becerileri eğitimi alan müdahale grubu olmak üzere iki grup oluşturulmuş ve bu sayede veriler elde edilmeye çalışılmıştır. Bununla birlikte çalışma kapsamında kontrol grubunda 54'ü kadın ve 7'si erkek olmak üzere toplamda 61 katılımcıya ulaşılırken müdahale grubunda ise 40'ı erkek ve 21'i kadın olmak üzere toplamda 61 katılımcıya ulaşılmıştır. Çalışma devam ederken 28 katılımcı süreci sonlandıramamıştır. Bu bağlamda, genç katılımcıların yaşlılara göre süreci bırakma oranının daha yüksek olduğu da tespit edilmiştir. Çalışma sonucunda elde edilen bulgulara göre, müdahale grubundaki katılımcılara verilen eğitimin ardında depresyon düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı azalma tespit edilmiştir.

Aynı proje kapsamında ele alınan başka bir çalışmada ise Riveravd (2008), travmatik beyin hasarına sahip çocuklara bakım sağlayan aile üyeleri için problem çözme eğitim programı vermiştir. Uygulamanın ardından, ebeveynlerde; sosyal

problem çözme, depresyon, sağlık şikâyetleri, algıladıkları yük ve psikolojik iyi olma durumlarını tespit etmek amaçlanmıştır. Çalışma kapsamında gerçekleştirilen uygulamada D 'Zurilla ve Nezu' nun (1987) sosyal problem çözme modeline dayalı geliştirdiği eğitim programı kullanılmıştır. Bir yıl süre ile devam edilen çalışmada, 4 ev görüşmesi ile 8 görüntülü telefonla görüşme yapılmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre uygulama grubundaki katılımcıların depresyon, sağlık şikâyetleri ve işlevsel olmayan problem çözme stillerinde azalma tespit edilmiş buna karşın katılımcıların algıladıkları yük, psikolojik iyi olma ve yapıcı problem çözme stillerinde ise farklılaşma bulunmamıştır.

Focus projesi kapsamında Elliot ve Berry (2009) tarafından yapılan çalışmada kontrol grubu ve müdahale grubu olmak üzere iki grup oluşturulmuş olup, kontrol ve müdahale gruplarının her ikisinde de 60'ar olmak üzere toplam da 120 katılımcıya kısa problem çözme eğitimi verilmiştir. Müdahale grubundaki 11 erkek ve 49 kadın katılımcı ile üçü yüz yüze eğitimden oluşan, devamında ise görüntülü telefon ve görsel materyal kullanılarak süreç devam ettirilmiştir. Yapılan çalışmada 1 yıl süre ile eğitim verilmiş olup çalışma sonucunda elde edilen bulgulara göre, müdahale grubundaki katılımcıların işlevsel olmayan problem çözme stillerinde azalma görülürken depresyon üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etki tespit edilememiştir.

Proje kapsamında gerçekleştirilmiş ve ele alınacak son çalışmada ise, Elliott, Berry ve Grant (2009), ağır yetersizliğe sahip kadınların bakımını sağlayan 64 kadın ve 17 erkek olmak üzere 81 katılımcıya problem çözme eğitimi verilmiştir. Yapılan çalışmadan elde edilen bulgulara göre, katılımcıların depresyon düzeylerinde azalma tespit edilmiş buna karşın sağlık şikâyetlerinde herhangi bir fark görülmemiştir. Aynı araştırmada katılımcıların problem çözme becerilerinde ise artış tespit edilmiştir.

Chinaveh (2010), yapmış olduğu çalışmada hazırladığı problem çözme becerisi eğitimi programıyla yaşam kalitesini arttırmayı amaçlamıştır. Bu çalışmaya toplamda 79 üniversite öğrencisi katılmıştır ve bu öğrencilerin 40'ı deney grubunda, 39'u kontrol grubundadır. Program haftada bir gün, iki saat, altı hafta sürecek şekilde

planlanmıştır. Çalışma sonucunda deney grubundaki öğrencilerin kontrol grubundaki öğrencilere göre yaşam kalitesinin arttığı, problem çözme becerilerinin geliştiği gözlenmiştir.

Berry, Elliot, Grant, Edwards ve Fine'in (2012) yaptıkları çalışmalarında ağır yetersizliği olan bireylerin bakımını üstlenen ailelerine bireyselleştirilmiş problem çözme eğitimi verilmiştir. Yapılan çalışmada kontrol grubu ve müdahale grubu olmak üzere iki grup oluşturulmuş olup, katılımcılarla ayda bir sıklıkla yapılan görüşmeler toplamda bir yıl devam etmiştir. Çalışmaya, 129' u kadın ve 18' i erkek olmak üzere toplamda 147 katılımcı katılmıştır. Çalışma sonucunda elde edilen bulgulara göre müdahale grubundaki katılımcıların yapıcı problem çözme düzeylerinde artış, işlevsel olmayan problem çözme becerileri ile depresyon düzeylerinde ise düşüş tespit edilmiştir.

Feinberg vd. (2014) yaptıkları çalışmalarında otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara sahip annelere problem çözme becerileri eğitimi vererek, annelerin stres ve depresyon belirtilerinin azaltılmasını hedeflemişlerdir. Çalışmayı 122 anne katılımcı oluştururken, katılımcılara 6 oturumluk problem çözme becerileri eğitimi verilmiş ve süreç 3 ay devam etmiştir. Yapılan çalışmada kontrol grubu ve müdahale grubu olmak üzere iki grup oluşturulmuş ve müdahale grubunda 57 anne, kontrol grubunda ise 63 anne bulunmaktadır. Program kapsamında; hedef belirleme, problemi ölçme, amaç belirleme basamakları, beyin fırtınası ve çözümleri değerlendirme, çözüm seçme, hareket planı geliştirme konuları ele alınmıştır. Çalışmada elde edilen bulgulara göre müdahale grubundaki annelerin kontrol grubundaki annelere göre ebeveyn stresi ve problem çözme beceri düzeyleri arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir.

b) Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Özen ve Kırcaali-İftar (2000), yaptıkları çalışmada zihinsel yetersizlik tanısı almış çocuğa sahip annelerin, çocuklarının davranış ve öğrenme sorunlarıyla ilgili bir eğitim uzmanıyla ilk görüşmelerinde olması gereken etkili iletişim becerileri

eğitiminin etkililiğini incelemişlerdir. Çalışmaya 6'sı deney 6'sı kontrol grubunda olacak şekilde toplam 12 anne katılmıştır. Annelere, çocuklarının sorunlarıyla ilgili bir uzmanla birlikte çözümler geliştirme, çocuklarıyla yaşadıkları sorunu fark etme, uzmanla yürütülen görüşmeyi sonlandırma becerileri başlıkları altında 15 beceri, yazılı bilgilendirme ve karşılıklı konuşma örnekleri kullanılarak farkındalık kazandırmak amaçlanmıştır. Çalışmada elde edilen bulgular araştırma grubuna katılan annelerin etkin iletişim davranışını oluşturan becerileri tahmin edilen boyutta kazandıklarını göstermiştir.

Yüksel ve Eren (2001) yaptıkları çalışmaya İstanbul'da bulunan üniversite hastanelerinin “Çocuk Ruh ve Sağlığı” ve “Çocuk Psikiyatrisi” tarafından çocuklarına “otizm” tanısı konmuş ve rehabilitasyon merkezinden eğitim almaya devam eden otizmlı çocuğa sahip olan 40 aileyi dahil etmişlerdir. Programın anlatıldığı 40 anneden 24 anne eğitimlere katılmak istediğini belirtmiştir. Annelerden, 12 anne deney grubunu 12 anne ise kontrol grubunu oluşturmuştur. Çalışma süresince deney grubuna, haftada bir gün, bir buçuk saat süren, on haftalık grupla psikolojik danışma çalışması yapılmıştır. Çalışmanın sonucunda elde edinilen sonuçlara göre deney grubunda bulunan annelerin engelli çocuklarıyla ve yaşamlarında karşılaştıkları sorunları fark edip, farklı çözüm önerileri geliştirip, probleme uygun karar alma becerilerinin geliştirmelerinde etkili olduğu görülmüştür.

Yıldız (2003), hazırladığı programda ebeveynlerin problem çözme becerilerini geliştirmeyi amaçlamıştır. Çalışmaya 20-40 yaşları arasında, okulöncesi eğitime devam eden çocuğa sahip olan 40 anne alınmış ve bu anneler deney ve kontrol grubu olarak iki gruba ayrılmıştır. Deney grubunda yer alan annelere 10 oturumluk, her oturumu 90 dakika süren problem çözme, karar verme, çatışma çözme, etkili iletişim becerilerini geliştirmek amacıyla müdahale programı uygulanmıştır. Çalışma sonucunda; problem çözme beceri eğitimi verilen ebeveynlerin olumlu problem çözme becerisini geliştirdiği gözlemlenmiştir.

Uğuz, Toros, Yazgan İnanç ve Çolakkadıoğlu (2004) yaptıkları çalışmada, 13 ve 22 yaş arası fiziksel veya zihinsel yetersizliği olan çocukların sosyo-demografik özellikleri ile çocukların annelerinde görülen depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışmaya 29 Mental Retardasyon, 26 otizm, 25 Serebral Palsi tanılı çocuk ile herhangi bir engeli olmayan 89 çocuk ve her iki grupta bulunan çocukların anneleri katılmıştır. Ebeveynlerin depresyon, anksiyete düzeyleri, bağımlılık ve kendini yönetme, aile yaşamına getirdiği sınırlılıklar ve zorlukların ölçüldüğü ve Holroyd'un tarafından geliştirilen stres ve kaynakları ölçeğinden aldıkları puanları karşılaştırmışlardır. Deney grubunda bulunan, otizmlili, Serebral Palsili ve zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip olan annelerin, herhangi bir engeli olmayan çocuklu annelere göre daha yüksek puanlar aldıkları görülmüştür. Sonuç olarak engelli çocuğa sahip olan annelere yeterli desteğin sağlanarak bu annelerin sağlığının korunmasının önemli olduğu belirtilmiştir.

Canel (2007), evli çiftler ile yaptığı çalışmada problem çözme becerisinin evlilik doyumu üzerine etkisini araştırmıştır. Çalışmaya çocuk sahibi olan 20 çift katılmıştır ve deney grubunda bulunan 10 çifte 8 oturumluk, bir oturumu ortalama iki saat süren ve evlilik doyumunu arttırmaya yönelik ailede problem çözme eğitimi verilmiştir. Çalışmanın sonucunda elde edilen sonuçlara göre müdahale programı uygulanan deney grubundaki evli çiftlerin evliliklerinden aldıkları doyumun, eşlerine olan yakınlıklarının, evlilik uyumlarının arttığını ve eşler arasındaki çatışma ve öfkenin de azalmasında etkili olduğu gözlemlenmiştir.

Çekici (2009), yapmış olduğu çalışmada, Çukurova Üniversitesinde 2008-2009 yılları arasında gönüllü 34 öğrenci ile sosyal problem çözme eğitiminin problem çözme üzerindeki etkilerini belirlemek için deneysel bir çalışma yapmıştır. 34 kişilik grup 17 'si deney, 17 'si kontrol grubu olmak üzere iki gruba ayrılmış ve kontrol grubu hiçbir eğitime tabi tutulmamıştır. Deney grubuna ise 8 hafta süren, haftada bir yapılan ve 2-2,5 saat süren bir sosyal problem çözme eğitimi uygulanmıştır. Bu araştırmada nitel verilerin yanında nicel verilerle de çalışılmıştır. Çalışma sonucunda veriler

incelendiğinde deney grubuna verilen sosyal problem çözme eğitiminin problem çözme becerileri üzerinde de olumlu yönde etki ettiği gözlemlenmiştir.

Vardarcı'nın (2011) yapmış olduğu çalışma yarı deneysel bir modeldir. Çalışmada otizmlili çocuğa sahip olan ebeveynlere aile eğitimi uygulanmış olup bu eğitimin aile içi ilişkilere, problem çözme becerilerine ve ebeveynlerin çocukları ile ilgili algılarına etkisi incelenmiştir. Çalışmaya, 3-15 yaşları arasında otizmlili çocuğa sahip olan 16 anne katılmıştır. Çalışma grubu olarak anneler, deney grubu ve kontrol grubu olarak 2'ye ayrılmıştır. Deney grubunda olan annelere 10 oturumdan oluşan bir eğitim programı uygulanmıştır. Kontrol grubuna ise herhangi bir eğitim uygulanmamıştır. Çalışma sonunda annelerin aldıkları eğitimin aile içi iletişimi, evlilik uyumunu ve problem çözme becerilerini belirgin düzeyde arttırdığı gözlenmiştir.

İnalı'nın (2012) yapmış olduğu çalışma 0-18 yaş aralığında, fiziksel veya zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip olan ve araştırmaya katılmayı kabul eden 244 anne ile gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya katılan anneler kontrol ve deney grubu olarak ayrıldıktan sonra deney grubunda bulunan annelere 9 hafta süren toplam 18 saatlik eğitim ve danışmanlık verilmiştir. Bu program kapsamında annelere engel türleri ve bunların özellikleri, engelli çocuğun bakımını gerçekleştirirken yaşayabilecekleri güçlüklerle başa çıkabilmelerine ilişkin öneri ve yöntemler aktarılmıştır. Çalışmanın sonucunda annelerin tükenmişlik seviyelerinin azaldığı, kişisel başarı seviyelerinin ise yükseldiği gözlenmiştir. Çalışmanın bir başka sonucu olarak, deney grubunu oluşturan anneler kontrol grubunu oluşturan annelere göre gerçek bir danışma ortamında çocuklarının öğrenme ya da davranış sorunlarıyla ilgili, sorunun belirlenmesi ve çözüm önerilerinin geliştirilmesi davranışları konusunda önemli derecede farklılaştıkları bulunmuştur. Her iki gruptaki annelerin eğitim öncesi duygusal tükenmişlik seviyeleri birbirine yakınken, aldıkları eğitimden sonra deney grubundaki annelerin duygusal tükenmişlik düzeylerinde düşüş gözlenmiştir.

İlgili alan yazın taramasında, problem çözme becerisi ile ilgili yurt dışında yapılan çalışmalarda, süregelen hastalığı olan yetişkin hasta yakınlarına yönelik

Çalışmaların yoğunlukta olduğu görülmektedir. Buna rağmen az sayıda olmakla birlikte, süreğen hastalığı, fiziksel ve zihinsel yetersizliği, otizm spektrum bozukluğu olan çocukların ailelerine yönelik çalışmalar da bulunmaktadır. Bununla birlikte yurt içi alan yazın incelendiğinde de genel olarak problem çözme ile ilgili deneysel çalışmalar yapıldığı görülmüştür. Yapılan çalışmalara bakıldığında ise ebeveynlerin problem çözme becerileri üzerinde de olumlu yönde etkiler bulgulanmıştır.



III. BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma evreni ve çalışma örnekleme, araştırma verilerinin toplanması, araştırmada kullanılan veri toplama araçları, araştırma sonucunda elde edilen verilerin çözümü ve yorumlanmasına yer verilmiştir.

A. Araştırma Modeli

Bu araştırmada kullanılan model ilişkisel tarama yöntemidir. Araştırmada kullanılan ilişkisel tarama yöntemi, "iki ya da daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/ya da derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir" (Karasar, 2009).

B. Araştırma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu 2017- 2018 eğitim öğretim yılında Erzincan İl Merkezindeki Sümer Özel Eğitim Mesleki Eğitim Merkezi Okulu 'nda eğitim gören, zihinsel yetersizliği olan 43 çocuğun ebeveyni ve Milli İrade Özel Eğitim İş Uygulama Merkezi Okulu 'nda eğitim gören, zihinsel yetersizliği olan 95 çocuğun ebeveyni olmak üzere toplam 138 ebeveyn oluşturmaktadır. Bu ebeveynlerden 94'ü kadın 44'ü erkektir. Araştırma grubundaki ebeveynlere ve ebeveynlerin çocuklarına ait betimsel istatistikler ise Tablo -1'de verilmiştir.

Tablo. 1

Araştırma Grubundaki Ebeveynlere ve Ebeveynlerin Çocuklarına Ait Demografik Veriler

Değişken	Düzey	N	%
Cinsiyet	Kadın	94	68,1
	Erkek	44	31,9
Yaş	25-34	21	15,2
	35-44	59	42,8
	45-54	46	33,3
	55 ve üzeri	12	8,7
Eğitim Düzeyi	Okur- Yazar Değil	8	5,8
	Okur- Yazar	10	7,2
	İlkokul	62	44,9
	Ortaokul	20	14,5
	Lise	28	20,3
	Üniversite	10	7,2
Gelir Durumu	0-1404 TL	61	44,2
	1405- 2900 TL Arası	44	31,9
	2900 TL Üstü	33	23,9
Tanı Durumu	Hafif	34	24,6
	Orta	70	50,7
	Ağır	27	19,6
	Çok Ağır	7	5,1
Özel Eğitim Süresi	3 yıl altı	24	17,4
	3 ile 7 yıl arası	50	36,2
	7 yıl üstü	64	46,4
Birden Fazla Engeli Olup Olmama Durumu	Evet	19	13,8
	Hayır	119	86,2
Toplam		138	

C. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplamak amacıyla Sümer Özel Eğitim Mesleki Eğitim Merkezi (Okulu) ve Milli İrade Özel Eğitim İş Uygulama Merkezi Okulu'nda zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlere araştırmacı tarafından geliştirilen 'Kişisel Bilgi Formu', Diener ve ark (1985) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlama çalışması Dağlı ve Baysal (2016) tarafından yapılan "Yaşam Doyumu Ölçeği", Yaman ve Dede (2008) tarafından geliştirilen 'Yetişkinler İçin Problem Çözme Ölçeği' uygulanmıştır.

1. Yaşam Doyumu Ölçeği

Yaşam Doyumu Ölçeği kişinin öznel iyilik durumunu ölçmektedir. Tek alt boyut ve 5 maddeden oluşmaktadır. Maddeleri; "Hiç katılmıyorum (1), Çok az katılıyorum (2), Orta düzeyde katılıyorum (3), Büyük oranda katılıyorum (4) ve Tamamen katılıyorum (5)", şeklindedir. Bütün maddeler olumlu şekilde ifade edilmektedir. Puanlar 5 ile 25 arasında değişmektedir. Yüksek puan kişinin yaşam doyumunun yüksek olduğunu gösterir (Dağlı ve Baysal, 2016).

Yaşam Doyumu Ölçeği, Diener ve ark. (1985) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçeye uyarlamasını Dağlı ve Baysal (2016) gerçekleştirmiştir. Açıklanan toplam varyans açımlayıcı faktör analizi sonucunda %68,389 olarak belirlenmiştir. Ölçek maddelerinin faktör yükleri 0.728 ile 0,893 arasında hesaplanmıştır. Ölçeğin uyum indekslerinden olan NFI değeri 0,99; NNFI değeri 1,00; CFI değeri 1,00; SRMR değeri 0,019; RMSEA değeri 0,030; GFI değeri 0,99 ve AGFI değeri ise 0,97 olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirliği hesaplanırken, korelasyon katsayısı $r=0,97$ ($p<,01$) olarak saptanmıştır. Bu sonuca göre, YDÖ'nin test-tekrar test güvenilirlik katsayısının yeterli olduğu söylenebilir. Bu sonuca göre YDÖ'nin test-tekrar test güvenilirlik katsayısının yeterli olduğu söylenebilir. Ölçeği oluşturan maddelerin iç tutarlılığını veren Cronbach Alpha Katsayısı 0,88 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada da ölçeğin Cronbach Alpha Katsayısı 0,91 olarak hesaplanmıştır (Tablo 2).

2. Yetişkinler İçin Problem özme Becerileri Ölçeği

Yetişkinlerin günlük yaşamlarındaki çeşitli problemlere yönelik problem çözme becerilerini ölçmek amacıyla, beşli likert tipinde 5 alt boyut ve 18 maddeden oluşan ‘Yetişkinler İçin Problem özme Ölçeği’ Yaman ve Dede (2008) tarafından geliştirilmiştir. Ölçekte yer alan maddelerin yanıt seçenekleri (1) Hiçbir Zaman, (2) Nadiren, (3) Bazen, (4) Sıklıkla, (5) Her Zaman şeklinde düzenlenmiştir. Ölçeğe verilebilecek cevaplar sonucunda alınabilecek en düşük puan 18, en yüksek puan 90’dır. Ölçekten alınan puan arttıkça cevaplayan bireylerin problem çözme beceri düzeylerinin de arttığı belirtilmektedir.

Ölçeğe ilişkin güvenilirlik belirleme çalışmaları sonucunda, tüm ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısının .88 olduğu tespit edilmiştir. Yetişkinler İçin Problem özme Ölçeği alt faktörlerinin Cronbach Afha güvenirlik katsayıları sırasıyla; Faktör-1 (Problemin özmnn Etkilerini Düşünme) için .95 ; Faktör-2 (Modelleme Yoluyla Problem özme) için .98, Faktör-3 (Alternatif özmleri Araştırma) için .82, Faktör-4 (Belirlenen özm Uygulamada Kararlılık) için .82 ve Faktör-5 (Karşılaşılan Problemi Analiz Etme) için .87’dir. Bu sonuçlara göre, ölçeğin tüm faktörlere göre güvenilir sonuçlar verdiği söylenebilir. Bu çalışmada da ölçeğin Cronbach Alpha Katsayısı 0,97 olarak hesaplanmıştır (Tablo 2).

Ölçekte yer alan 18 maddeye ilişkin döndürülmüş temel bileşenler analizine göre, maddelerin faktör yükleri .968 ile .495 arasında değişmektedir. Faktör-1’de yer alan 28. ve 20. maddeler ile Faktör-2’de yer alan 23. maddenin faktör yükleri .968 ile en yüksek, yine Faktör-1’de yer alan 21. maddenin faktör yükü .495 ile en düşük değere sahiptir. Açımlayıcı faktör analizi sonuçları, ölçeğin toplam varyansın %82’sini açıklayan beş faktöre sahip olduğunu göstermiştir. Bu çalışmada ölçeğin test-tekrar test güvenirliği hesaplanırken korelasyon katsayısı $r=0,97$ ($p<,01$) olarak saptanmıştır (Yaman ve Dede, 2008).

3. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada kullanılan diğer ölçme aracı, zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin kişisel bilgilerini elde etmek amacıyla bu çalışma kapsamında araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Etik kurallar ve gerçekçi cevaplar alabilmek amacıyla kişisel bilgi formu ile katılımcılara kimlik bilgilerini içeren sorular yöneltilmemiştir.

Bu form araştırma grubundaki zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin; cinsiyetini, yaşını, eğitim düzeyini, gelir durumunu ve bunlarla beraber çocuğunun; tanısını, başka bir engelinin olup olmama durumunu ve aldığı özel eğitim süresini belirlemek amacıyla düzenlenmiş ve kapalı uçlu sorulardan oluşturulmuştur.

D. Verilerin Toplanması

Örnekleme katılan ebeveynlere ilgili ölçekleri uygulamak için Erzincan İl Milli Eğitim Müdürlüğünden izin alınmıştır. Araştırmacı tarafından Erzincan İl Merkezindeki Sümer Özel Eğitim Mesleki Eğitim Merkezi (Okulu) ve Milli İrade Özel Eğitim İş Uygulama Merkezi Okuluna gidilerek zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlere uygulama öncesi araştırmanın amacı hakkında kısaca bilgilendirme yapılarak ölçekler uygulanmıştır. Verilerin toplanması her bir grupta yaklaşık olarak 40-50 dakika sürmüştür.

E. Veri Analizi

Elde edilen veri setinde kayıp değerler incelenmiş ve yapılan inceleme sonunda veri setinde kayıp değer olmadığı tespit edilmiştir.

İlk olarak veri setindeki tek değişkenli uç değerler incelenmiştir. Tek değişkenli uç değerler Z puanlarının hesaplanması yoluyla belirlenmiştir. Z puanı $[-3,3]$ aralığı

dışında kalan değerler uç değer olarak değerlendirilmiştir. Z puanları hesaplandıktan sonra bütün z puanlarının $[-3,3]$ aralığında kaldığı görülmüş ve veri setinde tek değişkenli uç değerlerden kaynaklı herhangi bir değişiklik yapılmamıştır.

Tek değişkenli normallik varsayımı betimsel istatistiklerden çarpıklık ve basıklık katsayıları yoluyla incelenmiştir. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin $[-1,1]$ aralığında olması tek değişkenli normallik varsayımının sağlandığını gösterir (Büyüköztürk, 2012). Ölçek için çarpıklık ve basıklık katsayıları hesaplanmıştır. Yapılan incelemede çarpıklık katsayısı değerleri $[-1,1]$ aralığında olduğu görülmüştür. Basıklık katsayıları incelendiğinde basıklık katsayısı değerlerinin $[-1,1]$ aralığında yaşam doyumuna ait basıklık katsayısının ise $-1,236$ olduğu görülmüştür. Elde edilen çarpıklık ve basıklık katsayıları birlikte değerlendirildiğinde boyutların çoğunluğunun çarpıklık ve basıklık katsayıları için istenen aralıkta yer aldığı görülmektedir. Bu sebeple tek değişkenli normallik varsayımının sağlandığı kabul edilmiştir.

Verilerin analizinde zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin cinsiyetlerine, gelir durumlarına ve çocukların aldığı özel eğitim süresine göre problem çözme becerileri ile yaşam doyumlarının karşılaştırılmasında parametrik testlerden Bağımsız Örneklem t Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi kullanılmıştır. Buna karşın zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem çözme becerileri ile yaşam doyumlarının; yaş, eğitim durumu, çocuklarının tanı durumu ve çocuğun birden fazla engelinin olup olmaması değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı parametrik olmayan testlerden Kruskal Wallis H ve Maan Whitney U Testi ile analiz edilmiştir. Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumu ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesinde de Pearson Korelasyon analizine başvurulmuştur. Ayrıca zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumlarını anlamlı bir yordayan değişkenlerin belirlenmesinde çoklu Regresyon analizine başvurulmuştur.

IV. BÖLÜM

BULGULAR

Bu kısımda, öncelikli olarak zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumlarının cinsiyet, yaş, eğitim durumu, gelir durumu, çocuğunun tanı durumu, çocuğun engel durumu, çocuğun aldığı özel eğitim süresi gibi değişkenler açısından farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Yine zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem çözme becerilerinin yaşam doyumlarının anlamlı bir yordayıcısı olup olmadığı da bu kısımda yer verilmiştir.

Araştırma Sorusu 1. Ebeveynlerin yaşam doyumları ile problem çözme becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumları ile problem çözme becerileri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı incelenmiş ve elde edilen bulgular Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2

Yaşam Doyumu Ölçeği ve Problem Çözme Becerileri Ölçeğine Ait Betimsel İstatistikler

	n	Min	Max	$\bar{X}$	Ss	Ç	B	α	YD	PÇ
YD	138	5	24	14.09	5,30	.107	-1.236	.91	-	.592*
PÇ	138	20	90	64.01	19,60	-.808	-.577	.97	.592*	-

(YD= Yaşam Doyumu; PÇ= Problem Çözme; Ç=Çarpıklık; B= Basıklık)

Araştırmada kullanılan ölçeklerden elde edilen puanlar için değerlendirme yapıldığında, Yaşam Doyumu Ölçeği için aritmetik ortalamanın 14.09, standart sapmanın 5.30, çarpıklık değerinin .107, basıklık değerinin -1.236 ve Cronbach α değerinin .91 olduğu, Problem Çözme Becerileri Ölçeği için ise aritmetik ortalamanın 64.01 , standart sapmanın 19.60, çarpıklık değerinin -.808, basıklık değerinin -.577 ve

Cronbach α değerinin de .97 olduğu görülmektedir. Bununla birlikte yukarıdaki tabloya bakıldığında yaşam doyumu ile problem çözme becerileri arasında ($r = .592$, $p < .05$), pozitif yönde manidar bir ilişki olduğu elde edilen bulgular arasındadır.

Araştırma Sorusu 2. Ebeveynlerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumları cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumlarının cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiş ve elde edilen bulgular Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3

Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisinin Cinsiyetleri Açısından Farklılaşmasına İlişkin Bağımsız

Örneklem T Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	S	sd	t	p	η^2
Yaşam Doyumu	Kadın	94	13.11	4.87	136	-3.251	.001	.007
	Erkek	44	16.15	5.61				
Problem Çözme	Kadın	94	62,03	19,66	136	-1,750	,082	.022
	Erkek	44	68,25	18,98				

Yaşam doyumu ve problem çözme becerisinin ebeveynlerin cinsiyetine göre manidar bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Gruplar t testi yapılmıştır. Yapılan testin sonuçlarına göre erkekler ve kadınların yaşam doyumu ($t_{(136)} = -3.251$, $p < .01$), puanları arasında manidar bir farklılık bulunmuştur ($p < .05$). Erkeklerin yaşam doyumlarının ($\bar{X} = 16.15$) kadınlara göre ($\bar{X} = 13.11$) daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu yaşam doyumu ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu şeklinde de yorumlanabilir. Yapılan test sonucunda hesaplanan η^2 değeri .007'dir. Buna göre yaşam doyumu puanlarında gözlenen varyansın yaklaşık %7'sinin cinsiyete bağlı olduğu ifade edilebilir. Buna karşın erkekler ve kadınların

problem çözme becerileri ($t_{(136)} = -1.750$), arasında manidar bir farklılık bulgulanmamıştır. ($p > .05$).

Araştırma Sorusu 3. Ebeveynlerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumları yaşlarına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumlarının yaşlarına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiş ve elde edilen bulgular Tablo 4’de sunulmuştur.

Tablo 4

Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisinin Yaşları Açısından Farklılaşmasına İlişkin Kruskal Wallis Analizi

Sonuçları

	Yaş	N	$\bar{X}$	SO	χ^2	sd	p
Yaşam Doyumu	25-34	21	13,5238	65,45	,399	3	,940
	35-44	59	14,2373	70,96			
	45-54	46	14,1957	70,35			
	55 ve üzeri	12	13,9167	66,17			
Problem Çözme	25-34	21	60,9048	62,67	2,815	3	,421
	35-44	59	66,5593	75,65			
	45-54	46	63,1739	67,14			
	55 ve üzeri	12	60,1667	60,25			

Yaşam doyumu ($\chi^2=,399$) ve problem çözme becerisinin ($\chi^2=2,815$) ebeveynlerin yaşlarına göre manidar farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için gruplar arası Kruskal Wallis analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda yaşam doyumu ve problem çözme becerisinin ebeveynlerin yaşlarına göre manidar bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir ($p > .05$)

Araştırma Sorusu 4. Ebeveynlerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumları çocuklarının tanı durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumlarının çocuklarının tanı durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiş ve elde edilen bulgular Tablo 5’te sunulmuştur.

Tablo 5

Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisinin Çocuğunun Tanı Durumu (Hafif, Orta, Ağır, Çok Ağır) Açısından Farklılaşmasına İlişkin Kruskal Wallis Analizi Sonuçları

	Tanı	N	$\bar{X}$	SO	χ^2	sd	p	Anlamlı Fark
Yaşam Doyumu	Hafif	34	16,1176	84,22	13,530	3	,004	H- A H- ÇA O- A
	Orta	70	14,3857	72,07				
	Ağır	27	11,5926	50,30				
	Çok Ağır	7	10,8571	46,36				
Problem Çözme	Hafif	34	67,0000	75,60	16,131	3	,001	H- ÇA O- ÇA A- ÇA
	Orta	70	66,9429	75,69				
	Ağır	27	60,1481	59,26				
	Çok Ağır	7	35,1429	17,43				

(* $p < .05$) (H= Hafif, O= Orta, A= Ağır, ÇA= Çok Ağır)

Ebeveynlerin yaşam doyumu ve problem çözme becerisinin zihinsel yetersizliği olan çocuğun tanı durumuna (hafif, orta, ağır, çok ağır) göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için gruplar arası Kruskal Wallis analizi yürütülmüştür.

Yapılan analiz sonucunda zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumlarında çocuklarının tanı durumuna göre manidar bir farklılık saptanmıştır (χ^2 (sd= 3, n=138) = 13,530, $p < .05$).

Kruskal Wallis analizi sonrası belirlenen manidar farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için Mann Whitney U testi ile kıyaslamalar yapılmıştır. Yapılan kıyaslamalar sonucunda farklılığın hafif düzey zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ailelerle ağır düzey zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip aileler arasında ($U=274,00$; $z= -2,698$) hafif düzeyde zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip aileler lehine manidar farklılık, hafif düzey zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ailelerle çok ağır düzey zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip aileler arasında ($U= 62,000$; $z= -1,985$) hafif düzeyde zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip aileler lehine manidar farklılık ve orta düzey zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ailelerle ağır düzey zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip aileler arasında ($U= 617,500$; $z= -2,643$) orta düzeyde zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip aileler lehine manidar farklılık bulgulanmıştır. Sıra ortalamaları dikkate alındığında, hafif, orta ve ağır düzeyde zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ailelerin yaşam doyum düzeylerinin çok ağır düzeyde zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ailelere göre daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır.

Yapılan analiz sonucunda zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem çözme becerilerinde çocuklarının tanı durumuna göre manidar bir farklılık saptanmıştır (χ^2 (sd= 3, n=138) = 16,131, $p<.05$).

Kruskal Wallis analizi sonrası belirlenen manidar farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için Mann Whitney U testi ile kıyaslamalar yapılmıştır. Yapılan kıyaslamalar sonucunda farklılığın hafif düzey zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ailelerle çok ağır düzey zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip aileler arasında ($U= 18,000$; $z=-3,502$) hafif düzeyde zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip aileler lehine manidar farklılık, orta düzey zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ailelerle çok ağır düzey zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip aileler arasında ($U= 45,000$; $z=-3,547$) orta düzeyde zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip aileler lehine manidar farklılık ve ağır düzey zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ailelerle çok ağır düzey zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip aileler arasında ($U=31,000$; $z=-2,709$) ağır düzeyde zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip aileler lehine manidar farklılık

bulgulanmıştır. Sıra ortalamaları dikkate alındığında, hafif, orta ve ağır düzeyde zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ailelerin problem çözme becerilerinin çok ağır düzeyde zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ailelere göre daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır.

Araştırma Sorusu 5. Ebeveynlerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumları çocuklarının birden fazla engelinin olup olmaması durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumlarının çocuklarının birden fazla engelinin olup olmaması durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiş ve elde edilen bulgular Tablo 6’da sunulmuştur.

Tablo 6

Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisinin Çocuklarının Engel Durumu Sayısı Açısından Farklılaşmasına İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Engel Durumu	N	$\bar{X}$	SO	ST	U	p
Yaşam Doyumu	Evet	19	14,2105	69,50	1320,50	1130,500	1,000
	Hayır	119	14,0672	69,50	8270,50		
Problem Çözme	Evet	19	63,4211	64,61	1227,50	1037,500	,565
	Hayır	119	64,1092	70,28	8363,50		

Ebeveynlerin yaşam doyum ve problem çözme becerisinin zihinsel yetersizliği olan çocuğun birden fazla engelinin olup olmaması durumuna bağlı olarak anlamlı farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek için Mann Whitney U testi yürütülmüştür. Yapılan analiz sonucuna göre birden fazla engeli olan çocuğa sahip olan ve olmayan ebeveynlerin yaşam doyum ve problem çözme becerileri arasında manidar bir farklılık bulunmamıştır ($p>.05$).

Araştırma Sorusu 6. Ebeveynlerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumları çocuklarının aldığı özel eğitim süresine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumlarının çocuklarının aldığı özel eğitim süresine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiş ve elde edilen bulgular Tablo 7’de sunulmuştur.

Tablo 7

Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisinin Çocuklarının Aldığı Özel Eğitim Süresi Açısından Tek yönlü Varyans Analizi Sonuçları

		Kareler		Kareler		F	p	η^2	Anlamlı Fark
Faktörler		Toplamı	Sd	Ortalaması					
Yaşam Doyumu	Gruplar Arası	194,034	2	97,017	4,459 ,015	.05			A- C
	Grup içi	3652,923	135	27,059					
	Toplam	3846,957	137						
Problem Çözme	Gruplar Arası	400,075	2	200,038	,517 ,598				B- C
	Grup içi	52241,896	135	386,977					
	Toplam	52641,971	137						

(A= 3 yıl altı; B= 3 ile 7 yıl arası; C= 7 yıl üstü)

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının özel eğitim süresi açısından yaşam doyumu ve problem çözme becerisine ilişkin tek yönlü varyans analizi yürütülmüştür. Analiz sonucunda varyans analizinin varsayımlarından olan varyansların homojenliğinin yaşam doyumu puanları ($LF= 3.278$; $p<.05$) ve problem çözme puanları için ($LF= 3,199$; $p<.05$) sağlanamadığı görülmüş, bu nedenle Welch’in ANOVA testi kullanılmıştır (Moder, 2010). Analiz sonuçları incelendiğinde yaşam doyumunun ebeveynlerin çocuklarının özel eğitim süresine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir ($F_{3-135}=3,585$; $p<.05$). Anlamlı farkın kaynağını tespit etmek üzere LSD testi yapılmıştır. LSD testi sonuçları A-B grupları arasında B lehine ve A-C grupları arasında C lehine bulgulanmıştır. Etki büyüklüğünü

belirlemek için hesaplanan eta kare değerinin düşük düzeyde olduğu saptanmış ($\eta^2=.05$), bu durumda özel eğitim süresinin gözlenen varyansın % 5'inin yaşam doyumuna bağlı olduğu söylenebilir. Buna karşın zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının özel eğitim süresi açısından problem çözme becerileri arasında manidar bir farklılık bulgulanmamıştır. ($p> .05$).

Araştırma Sorusu 7. Ebeveynlerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumları eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumlarının eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiş ve elde edilen bulgular Tablo 8'de sunulmuştur.

Tablo 8

Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisinin Eğitim Düzeyleri Açısından Farklılaşmasına İlişkin Kruskal Wallis Analizi Sonuçları

	Tanı	N	$\bar{X}$	SO	χ^2	sd	p
Yaşam Doyumu	Okur- Yazar Değil	8	15,6250	82,69	7,220	5	,205
	Okur- Yazar	10	14,5000	73,35			
	İlkokul	62	13,0484	60,94			
	Ortaokul	20	13,6000	66,68			
	Lise	28	15,6786	81,98			
	Üniversite	10	15,4000	78,90			
Problem Çözme	Okur- Yazar Değil	8	64,3750	69,31	5,987	5	,307
	Okur- Yazar	10	59,0000	52,85			
	İlkokul	62	64,4677	71,10			
	Ortaokul	20	58,9000	56,60			
	Lise	28	67,7500	80,25			
	Üniversite	10	65,7000	72,10			

Yaşam doyumu ve problem çözme becerisinin ebeveynlerin eğitim düzeyine bağlı olarak anlamlı farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek için gruplar arası Kruskal Wallis analizi yürütülmüştür. Yapılan analiz sonucuna göre yaşam doyumu ve problem çözme becerisinin ebeveynlerin eğitim düzeyi açısından manidar bir farklılık bulgulanmamıştır ($p>.05$).

Araştırma Sorusu 8. Ebeveynlerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumları gelir durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem çözme becerileri ve yaşam doyumlarının gelir durumlarına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiş ve elde edilen bulgular Tablo 9’da sunulmuştur.

Tablo 9

Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisinin Gelir Durumları Açısından Tek yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Faktörler		Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2	Anlamlı Fark
Yaşam Doyumu	Gruplar Arası	353,638	2	176,819	6,833	,001	.09	A-C
	Grup içi	3493,318	135	25,876				B-C
	Toplam	3846,957	137					
Problem Çözme	Gruplar Arası	1316,218	2	658,109	1,731	,181		
	Grup içi	51325,753	135	380,191				
	Toplam	52641,971	137					

(A= 0-1404 TL; B=1405- 2900 TL arası; C= 2900 TL üstü)

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin gelir durumu açısından yaşam doyumu ve problem çözme becerisine ilişkin tek yönlü varyans analizi yürütülmüştür. Analiz sonuçları incelediğinde yaşam doyumunun ebeveynlerin gelir düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir ($F_{3-135}=6,833$, $p < .05$). Anlamlı farkın kaynağını tespit etmek üzere LSD testi yapılmıştır. LSD testi sonuçları A-C grupları arasında C lehine ve B-C grupları arasında C lehine

bulgulanmıştır. Etki büyüklüğünü belirlemek için hesaplanan eta kare değerinin orta düzeyde olduğu saptanmış ($\eta^2=.09$), bu durumda gelir düzeyinin gözlenen varyansın % 9'unun yaşam doyumuna bağlı olduğu söylenebilir. Buna karşın zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin gelir durumlarını ve problem çözme becerileri arasında manidar bir farklılık bulgulanmamıştır. ($p>.05$).

Araştırma Sorusu 9. Ebeveynlerin yaşam doyumlarını anlamlı yordayan değişkenler nelerdir?

Araştırma kapsamında yapılan analizler sonucunda yaşam doyumu ile ilişkili olduğu belirlenen problem çözme becerisi, cinsiyet, çocuğun aldığı özel eğitim süresi, çocuğun tanı durumu ve ebeveynlerin gelir durumu değişkenleri üzerinden regresyon analizi gerçekleştirilmiş, elde edilen sonuçlar Tablo 10'da verilmiştir. Regresyon analizini yürütebilmek gelir durumu, çocuğun aldığı özel eğitim süresi ve tanı durumu değişkenleri ilk önce “kukla (dummy)” değişken olarak kodlanmıştır.

Tablo 10

Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumlarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Model	Değ.	B	S.H.	Beta	t	İkili r	Kısmi r	R	R ²	F
1	Sabit	3,847	1,251	-	3,076*	-	,592	,592	,350	73,281
	PÇ	,160	,019	,592	8,560**	,592	-			
2	Sabit	4,120	1,187	-	3,472**	-	,626	,649	,421	49,097
	PÇ	,166	,018	,613	9,336**	,592	-,330			
	Süre	-3,722	,915	-,267	-4,067**	-,218	-			
3	Sabit	3,845	1,156	-	3,326**	-	,628	,677	,458	37,765
	PÇ	,162	,017	,598	9,339**	,592	-,358			
	Süre	-3,955	,892	-,284	-4,433**	-,218	,253			
	Tanı	2,377	,785	,194	3,027*	,220	-			
4	Sabit	3,736	1,132	-	3,300**	-	,617	,696	,485	31,289
	PÇ	,155	,017	,573	9,049**	,592	-,325			
	Süre	-3,517	,889	-,252	-3,957**	-,218	,242			
	Tanı	2,215	,771	,181	2,874*	,220	,222			
	Gelir	2,082	,793	,168	2,624*	,303	,592			

Not: *= $p<.05$; **= $p<.001$; PÇ= problem çözme; Süre= Özel eğitim süresi; Tanı= Çocuğun tanı durumu; Gelir= Gelir durumu

Bu kapsamda cinsiyet için kadın “0”, erkek “1” olarak, gelir durumu değişkeni için 0- 1404 TL ve 1405- 2900 TL arası “0”, 2900 TL üstü “1” olarak, çocuğun tanı durumu değişkeni için orta, ağır ve çok ağır düzey “0”, hafif düzey “1” olarak, çocuğun özel eğitim süresi değişkeni için ise 3 yıl ve üstü “0”, 3 yıl altı “1” olarak kodlanmıştır.

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumlarını yordayan değişkenleri belirlemek için değişkenlerin istatistiksel değerlerine bağlı olarak yordama sırasının belirlendiği adımsal regresyon analizi yürütülmüştür. Adımsal regresyon analizi model testinden ziyade model kurmada daha uygun görülmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu nedenle zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumlarına ilişkin çalışmaların yeterli sayıda olmadığı düşünüldüğünde bu konuya ilişkin modeller geliştirebilecek çalışmalara yön vermesi amacıyla adımsal regresyon analizi tercih edilmiştir.

Adımsal (stepwise) regresyon analizine ilişkin ANOVA tablosu incelendiğinde, açıklanan varyansların istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($F_{1-136} = 73.281$; $F_{2-135} = 49.097$; $F_{3-134} = 37.765$; $F_{4-133} = 31.289$, $p < .000$). Yordayan değişkenler model üzerinde yordama işlemini başarı ile yerine getirdiğinden bir sonraki aşamada yaşam doyumunun yordanmasına ilişkin adımsal çoklu regresyon analizi uygulanmıştır.

Adımsal regresyon analizinin birinci adımında *Problem Çözme Becerisinin* ebeveynlerin yaşam doyumlarını yordamadaki beta katsayısı ,592 olup, beta katsayısının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları anlamlı bulunmuştur ($t_{p, \text{çözme}} = 8,560$; $p < .000$). Buna göre tek başına *Problem Çözme Becerisinin*, ebeveynlerin yaşam doyumlarını yönelik tutumlarının % 35’ini açıkladığı görülmüştür ($R = .592$; $R^2 = .350$; $p < .000$).

Adımsal regresyon analizinin ikinci adımında *Problem Çözme Becerisinin* yanına *Özel Eğitim Süresi* değişkeni de eklenmiştir. Modeldeki diğer değişkenler sabit tutulduğunda *Problem Çözme Becerisinin* ebeveynlerin yaşam doyumlarını

yordamadaki beta katsayısı ,613 ; *Özel Eğitim Süresi* değişkenin yaşam doyumlarını yordamadaki beta katsayısı -,267 olup, beta katsayısının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları anlamlı bulunmuştur ($t_{p.çözme}= 9.336$; $p<.000$ / $t_{ö.e.süresi}= -4.067$; $p<.000$). Buna göre diğer değişkenler sabit tutulduğunda *Problem Çözme Becerisinin* ve *Özel Eğitim Süresi* değişkeninin ebeveynlerin yaşam doyumlarını yönelik tutumlarının % 42'sini açıkladığı görülmüştür ($R=.649$; $R^2=.421$; $p<.000$).

Adımsal regresyon analizinin üçüncü adımında *Problem Çözme Becerisi*, *Özel Eğitim Süresi* ve yanına *Tanı Durumu* değişkeni de eklenmiştir. Modeldeki diğer değişkenler sabit tutulduğunda *Problem Çözme Becerisinin* ebeveynlerin yaşam doyumlarını yordamadaki beta katsayısı ,598 ; *Özel Eğitim Süresi* değişkenin yaşam doyumlarını yordamadaki beta katsayısı -,284; *Tanı Durumu* değişkenin yaşam doyumlarını yordamadaki beta katsayısı ,194 olup, beta katsayısının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları anlamlı bulunmuştur ($t_{p.çözme}= 9.339$; $p<.000$ / $t_{ö.e.süresi}= -4.433$; $p<.000$ / $t_{tanıdurumu}= 3.027$; $p<.05$). Buna göre diğer değişkenler sabit tutulduğunda *Problem Çözme Becerisini*, *Özel Eğitim Süresi* ve *Tanı Durumu* değişkeninin ebeveynlerin yaşam doyumlarını yönelik tutumlarının % 45'ini açıkladığı görülmüştür ($R=.677$; $R^2=.458$; $p<.000$).

Adımsal regresyon analizinin dördüncü adımında modele *Gelir Durumu* değişkeni de eklenmiştir. Modeldeki diğer değişkenler sabit tutulduğunda *Problem Çözme Becerisinin* ebeveynlerin yaşam doyumlarını yordamadaki beta katsayısı ,573; *Özel Eğitim Süresi* değişkenin yaşam doyumlarını yordamadaki beta katsayısı -,252; *Tanı Durumu* değişkenin yaşam doyumlarını yordamadaki beta katsayısı ,181; *Gelir Durumu* değişkenin yaşam doyumlarını yordamadaki beta katsayısı ,168 olup, beta katsayısının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları anlamlı bulunmuştur ($t_{p.çözme}= 9.049$; $p<.000$ / $t_{ö.e.süresi}= -3.957$; $p<.000$ / $t_{tanıdurumu}= 2.874$; $p<.05$ / $t_{tanıdurumu}= 2.624$; $p<.05$). Buna göre diğer değişkenler sabit tutulduğunda *Problem Çözme Becerisini*, *Özel Eğitim Süresi*, *Tanı Durumu* ve *Gelir Durumu* değişkeninin ebeveynlerin yaşam doyumlarını yönelik tutumlarının % 49'unu açıkladığı görülmüştür ($R=.696$; $R^2=.485$; $p<.000$).

Standardize edilmiş regresyon katsayısına göre, (β) zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumunu yordayan değişkenlerin grel önem sırası; problem çözme becerisi, çocuğun aldığı özel eğitim süresi, çocuğun tanı durumu ve ebeveynlerin gelir durumudur.



V. BÖLÜM

SONUÇ VE TARTIŞMA

A. Sonuçlar

Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisi Arasındaki İlişkiye İlişkin Sonuç ve Tartışma:

Araştırmanın alt amaçlarında öncelikli olarak yaşam doyumu ile problem çözme becerisi arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Gerçekleştirilen araştırmanın bulgularına göre yaşam doyumu ile problem çözme becerisi arasında anlamlı ilişki olduğu ve korelasyon değerlerinin pozitif yönde orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Alan yazın incelendiğinde ailede engelli bir çocuğun olması, engeli ne olursa olsun bazı özel güçlükleri de beraberinde getirmektedir. Ailelerin yaşadığı bu güçlükler; psikolojik, ekonomik, eğitimsel, yaşam tarzı, aile çevresi ve sosyal çevre ile ilişkiler ve çocuğun tanı durumundan kaynaklanabilmektedir (Işıksan, 2005). Bununla birlikte zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin çeşitli düzeylerde kaygı, depresyon, düşük özsaygıya sahip oldukları, engellenmişlik hissi yaşadıkları ve şahsi doyumlarının düşük olduğu belirtilmiştir (Okanlı ve diğ., 2004). Bu bağlamda ebeveynlerin problem çözme becerisini geliştirerek ailenin yaşadığı güçlükler karşısında daha kolay çözüme ulaşması sağlanabilir. Ayrıca ebeveynlerin problem çözme becerisini geliştirerek kaygı ve depresyon durumları ile de baş etmelerini kolaylaştırıp bu sayede yaşam doyumlarının artması sağlanabilir.

Ayrıca alan yazında zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumu ve yetişkinlerde problem çözme becerilerini konu alan çalışmaların sınırlı olduğu tespit edilmiştir. İlgili yurt içi ve yurt dışı alan yazın incelendiğinde her iki değişkenin de beraber incelendiği görülmemiştir.

Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Cinsiyetlerine Göre Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisine İlişkin Sonuç ve Tartışma:

Araştırmanın bir diğer alt amacı olarak ebeveynlerin cinsiyetlerine göre yaşam doyumu ile problem çözme becerisi arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre cinsiyet değişkenine bağlı olarak yaşam doyumunda manidar bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Cinsiyet değişkenine bağlı olarak yaşam doyumu açısından erkeklerin ortalama puanlarının, kadınların ortalama puanlarından anlamlı biçimde farklılık gösterdiği saptanmıştır. Yaşam doyumu açısından erkeklerin lehine bir farklılık bulunmaktadır. Buna karşın cinsiyet değişkeni ile problem çözme becerileri arasında manidar bir farklılık bulgulanmamıştır.

Ebeveynlerin cinsiyetlerine göre yaşam doyumu ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki alan yazında incelendiğinde farklı sonuçlar görölmüştür. Yaşam doyumu değişkeninin cinsiyete göre farklılaştığını gösteren sonuçlar olmakla birlikte (Akarsu, 2014, Kaner, 2004), farklılaşmadığını (Lavalley, Hatch, Michalos ve McKinley, 2007, Arslan, Hamarta ve Deniz, 2002) gösteren bulgular da saptanmıştır. Benzer durum problem çözme kavramı için de geçerlidir. Problem çözme becerisinin cinsiyete göre farklılaşmadığını gösteren sonuçlar olmakla birlikte (Vatan, Dağ 2009, Tavlı, 2009, Güner, 2006) , farklılaştığını (Serin, 2010) gösteren sonuçlar da bulunmaktadır.

Bu bağlamda, aile içindeki roller dikkate alındığında, söz konusu bakım yükünün en çok annelerin omuzlarına yüklendiği görölmektedir. Zihinsel engelli çocuğa sahip olmak; annelerin enerjilerini tüketmesi, kendilerine ayıracak boş zamanının kalmaması ve evde sürekli iş gören kişiler haline gelmeleri nedeniyle yaşamlarında önemli bir etkiye sahiptir (Duygun, 2001). Dolayısıyla zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin babalara göre yaşam doyumu puanlarının daha düşük olması beklenebilir.

Problem çözme becerisi ve cinsiyet değişkeni arasında manidar bir farklılık bulunmamıştır. Günümüzde kadınlar günlük hayatın içerisinde daha fazla yer almaktadırlar (Kaya, 2014). Bu durumun da kadınların problem çözme becerilerini olumlu yönde etkilediği düşünülmektedir

Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşlarına Göre Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisine İlişkin Sonuç ve Tartışma:

Araştırmanın alt amaçlarından bir diğeri de ebeveynlerin yaşlarına göre yaşam doyumu ile problem çözme becerisi arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının incelenmesidir. Araştırma sonuçlarına göre yaş değişkenine bağlı olarak yaşam doyumu ve problem çözme becerilerinin ebeveynlerin yaşlarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

Ebeveynlerin yaşlarına göre yaşam doyumu ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki alan yazında farklı sonuçlarla yer bulmuştur. Yaşam doyumunun yaş değişkenine göre farklılaştığını gösteren sonuçlar olmakla birlikte (Kavas, 2013, Çelik, 2017), farklılaşmadığını (Taş, 2011) gösteren bulgular da saptanmıştır. Bununla birlikte problem çözme kavramına bakıldığında da ebeveynlerin yaşına göre farklılaşmadığı (Kaya, 2014, Demirkıran, 2017) gösteren sonuçlar olmakla birlikte farklılaştığını (D’Zurilla ve diğ., 1998, MacPherson, 2002) gösteren sonuçlar da tespit edilmiştir. D’Zurilla ve arkadaşları da (1998), problem çözme becerisinin yaş ilerledikçe artış gösterdiğini, 60 yaşından sonra ise tekrar düşmeye başladığını ifade etmişlerdir. MacPherson (2002) da, 30 yaşın üstündeki bireylerin problem çözme becerilerinin 30 yaşın altındakilere göre daha yüksek olduğunu ifade etmiştir.

Yapılan çalışmada yaşam doyumu ve problem çözme becerisi ile yaş değişkeni arasında manidar bir farklılık bulunmamıştır. Bu durumun olası nedenleri arasında ebeveynlerin çocukları küçük yaşlarda iken az olan beklentilerin çocukları büyüdükçe artması ve bu süreçte zihinsel yetersizliği olan çocukları ile normal yaşlıları arasındaki farkın büyümesi, çocuklarındaki problemlerin eğitimle ortadan kalkmadığını

görmeleri ve ebeveynler ve çocukları yaş aldıkça uygun eğitim kurumlarının ve sosyal servislerin yetersizliği gösterilebilir (Akıncı, 1999).

Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisinin Çocuğunun Tanı Durumu (Hafif, Orta, Ağır, Çok Ağır) Açısından Farklılaşmasına İlişkin Sonuç ve Tartışma:

Araştırmanın diğer bir alt amacı olarak zihinsel yetersizliği olan çocuğun tanı durumuna (hafif, orta, ağır, çok ağır) göre ebeveynlerinin yaşam doyumu ile problem çözme becerisi arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre çocuğun tanı durumu değişkenine bağlı olarak ebeveynlerin yaşam doyumu ve problem çözme becerilerinin anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir.

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumunu belirlemek için yapılan analiz sonucunda tanı grupları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Yapılan kıyaslamalar sonucunda hafif düzey zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip aileler, ağır düzey zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip aileler ve çok ağır düzey zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip aileler arasında; hafif düzeyde zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip aileler lehine anlamlı farklılık bulgulanmıştır. Orta düzey zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip aileler ve çok ağır düzey zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip aileler arasında; orta düzeyde zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip aileler lehine anlamlı farklılık bulgulanmıştır.

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem çözme becerilerini belirlemek için yapılan analiz sonucunda tanı grupları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Yapılan kıyaslamalar çok ağır düzey zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ailelerle, hafif, orta ve ağır düzeyde zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip aileler arasında; hafif, orta ve ağır düzeyde tanısı olan çocuğa sahip aileler lehine anlamlı farklılık belirlenmiştir.

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının tanı durumuna göre yaşam doyumu ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki alan yazında incelendiğinde farklı sonuçlar tespit edildiği görölmüşür. Yaşam doyumunun çocuklarının tanı durumu değikenine göre farklılaştığını gösteren sonuçlar olmakla birlikte Akarsu (2014), farklılaşmanın olmadığını gösteren Sarıkaya (2011) alışmalarda bulgulanmıştır. Bununla birlikte problem çözme kavramına bakıldığında yapılan araştırmada Sarıkaya (2011), problem çözme becerilerinin çocukların engellilik düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterdiğini tespit etmiştir. Buna karşın problem çözme becerilerinin çocukların engellilik düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği bir çalışmaya alan yazında rastlanmamıştır.

Yapılan çalışmada yaşam doyumu ve problem çözme becerisi ile çocuğun tanı durumu değişkeni arasında manidar bir farklılık tespit edilmiştir. Arman (2009) yaptığı çalışmada, çocuğun zihinsel engel düzeyi arttıkça ailelerin, duygusal tükenmişlik ve duyarsızlaşma alt boyutlarında tükenmişlik düzeylerinin arttđını tespit etmiştir. Bununla birlikte çocuğun zihinsel engel düzeyi arttıkça problem çözme yönteminin kullanımının azaldığı, engel düzeyinin daha az olmasının, iyileşme beklentisini arttırabileceği, kişilerin bu nedenle daha fazla problem çözme eğiliminde olabileceği düşünölmektedir. Bunun sonucunda zihinsel engel düzeyinin azalmasının ebeveynlerin, yaşam doyumu ve problem çözme becerilerinde artışa neden olması beklenmektedir.

Zihinsel Yetersizliği Olan ocuğun Birden Fazla Engelinin Olması Durumuna Göre Ebeveynlerinin Yaşam Doyumu ve Problem özme Becerisine İlişkin Sonuç ve Tartışma:

Araştırmanın diğer bir alt amacı olarak zihinsel yetersizliği olan çocuğun birden fazla engelinin olması durumuna göre ebeveynlerinin yaşam doyumu ile problem çözme becerisi arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre birden fazla engeli olan ve olmayan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam

doyumunu ve problem çözme becerilerinin puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Çocuğun engel sayısının artmasının ailenin karşılaştığı problemlerin artmasına ve bu problemlerin üstesinden gelmesinin zorlaşmasına neden olacağı düşünülmektedir (Acar, 2009). Yapılan çalışmada, zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumu ve problem çözme becerisini çocuğun başka bir engelinin olması durumunda düşmesi beklenmiştir. Ancak yapılan çalışmada manidar bulunamamasının nedenleri arasında gruplar arası dağılımın eşit olmaması gösterilebilir. Diğer taraftan ailenin birden fazla engeli olan çocuğa sahip olması onların engeller veya sıkıntılar karşısında daha tecrübeli olmalarını ve bu duruma daha fazla düzeyde alışmalarını sağlamış olabilir. Ancak ilgili alanyazın incelendiğinde her iki değişkenin de beraber incelendiği yeterli düzeyde çalışma görülmemektedir. Bu nedenle, birden fazla engeli olan çocuklara sahip ailelere yönelik çalışmaların alan yazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğun Aldığı Özel Eğitim Süresine Göre Ebeveynlerinin Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisine İlişkin Sonuç ve Tartışma:

Araştırmanın diğer bir alt amacı olarak zihinsel yetersizliği olan çocuğun aldığı özel eğitim süresine göre ebeveynlerinin yaşam doyumu ile problem çözme becerisi arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre; yaşam doyumu üzerinde manidar farklılık bulunurken problem çözme becerilerinde manidar farklılık bulunmamıştır.

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumlarının çocuklarının özel eğitim süresine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için yapılan analiz sonucunda özel eğitim süreleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Yapılan kıyaslamalarda; 3 yıl altı özel eğitim almış çocukların ebeveynleri ile 3- 7 yıl arası özel eğitim almış çocukların ebeveynleri arasında 3- 7 yıl arası özel eğitim almış

çocukların ebeveynleri lehine, 3 yıl altı özel eğitim almış çocukların ebeveynleri ile 7 yıl üstü özel eğitim almış çocukların ebeveynleri arasında 7 yıl üstü özel eğitim almış çocukların ebeveynleri lehine anlamlı farklılık belirlenmiştir.

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının aldığı özel eğitim yılına göre yaşam doyumu ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki alan yazında incelendiğinde de farklı sonuçlar tespit edildiği bulgulanmıştır. Yaşam doyumu değişkeninin çocuğun aldığı özel eğitim yılına göre farklılaştığını (Akıncı, 1999) , farklılaşmadığını (Acar, 2009) gösteren sonuçlar bulgulanmıştır

Diğer taraftan problem çözme kavramına bakıldığında yapılan araştırmalar da Konukbay'ın (2005) çocukların özel eğitim alma yılının artmasının ebeveynlerin problem çözme becerileri üzerinde manidar bir farklılık tespit edememiş, Demirkıran (2017)'de çalışmasında çocuklarının özel eğitim alma yıllarının problem çözme becerisi üzerinde manidar bir farklılık oluşturduğunu tespit etmiştir.

Bu bağlamda zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynler, çocukları özel eğitim aldıkları müddetçe onlara karşı yaklaşımları konusunda bir eğitime dâhil olurlar. Böylelikle çocuklarının eğitimlerine karar vermeyi, eğitimlerini üstlenmeyi, hak ve sorumluluklarını paylaşmayı öğrenirler. Çocuklarına yardımcı olduklarını düşünen ebeveynler psikolojik olarak daha iyi hissederler (Özgür & Zan, 2004). Ailelerin belirli aralıklarla bir araya gelerek kendilerine ve çocuklarına ilişkin duygu ve düşüncelerini paylaşmaları yaşam doyumlarını artabilir.

Buna karşın zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem çözme becerisinin çocuğun aldığı özel eğitim süresi değişkenine göre incelendiği araştırmada, manidar bir farklılıktan söz edilememesinin olası nedenleri arasında, ebeveynlerin çocuklarının eğitim aldıkları süre içinde kendi uyum süreçlerinde ilerleme kaydedebilecekleri, çocuklarını daha iyi tanıyarak uygun çözümlere ulaşabilecekleri düşünülürken büyük umutlarla başlanan eğitimden beklentilerin karşılanamaması,

eğitim alınan süre arttıkça olumsuz duygularla daha çok karşı karşıya kalmaları olabilir (Acar, 2009).

Ebeveynlerin Eğitim Düzeyi Göre Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisine İlişkin Sonuç ve Tartışma:

Araştırmanın diğer bir alt amacı olarak ebeveynlerin eğitim düzeylerine göre yaşam doyumu ile problem çözme becerisi arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre ebeveynlerin yaşam doyumu ve problem çözme becerisi ile eğitim düzeyi değişkeni arasında manidar farklılık bulgulanmamıştır.

Alan yazın incelendiğinde Taş'ın (2011), yaptığı çalışmada yaşam doyumu kavramını eğitim düzeyi değişkenini ele alarak incelemiştir. Yapılan çalışmada eğitim düzeyi değişkenine göre yaşam doyum düzeyleri arasında anlamlı fark olmadığını bulgulanmıştır. Benzer sonuç Balkanlı' nın (2008), çalışmasında yaşam doyumunu eğitim düzeyi değişkenlerine göre incelemiş ve çalışmasında annelerin eğitim düzeylerinin yaşam doyumları üzerinde etkili olmadığı da çalışmada elde edilen bulgulara da gözlenmiştir. Buna rağmen Akandere' nin (2009), çalışmasında yaşam doyumunu ebeveynlerin eğitim düzeyi değişkenine göre incelemiş, ebeveynlere ait eğitim düzeyi değişkeninin bedensel yetersizliği olan, zihinsel yetersizliği olan ve hem zihinsel hem de bedensel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumları üzerinde olumlu etkisi olduğu görülmüştür.

Bununla birlikte problem çözme kavramına bakıldığında (Ayyıldız ve ark. 2012) tarafından yapılan çalışmada annelerin eğitim düzeylerinin problem çözme becerileri üzerinde etkili olduğu gözlenmektedir. Ayrıca Quine ve Pahl'ın (1991) yapmış olduğu araştırmada eğitim düzeyi yüksek olan anne-babaların problem çözme yeteneklerinin daha iyi olduğu bulunmuştur. Buna karşın (Kaya, 2014) tarafından yapılan başka çalışmada da eğitim düzeyi problem çözme becerileri üzerinde etkisi olmadığı görülmektedir.

Günümüzde eğitimden beklenen, demokratik, yaratıcı, üretici, eleştirel ve çok yönlü düşünebilen, öğrenmeyi öğrenen, problem çözebilen, insanlara saygılı ve düşüncelere hoşgörü ile bakabilen sorumluluk sahibi bireyler yetiştirmektir (Tümekaya, Aybek, Alda 2009). Bu bağlamda eğitimin, problem çözme becerilerine olumlu yönde katkısı beklenmektedir. Bununla birlikte Stein ve Book (2003) problemlerinin üstesinden gelebilen ve etkili çözümler üretebilen eğitilmiş bireylerin, yaşamda karşılaştığı durumlar karşısında uyum yeteneğinin yüksek olması ve esnek davranışlar gösterebilen bireyler olması, yaşam doyumlarının da yüksek olduğunu belirtilmektedir. Bu bağlamda, zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumu ve problem çözme becerisinin eğitim düzeyi değişkenine göre incelendiği araştırmada, manidar bir farklılıktan söz edilememesinin olası nedenleri arasında, araştırmalardaki katılımcıların eğitim düzeyi değişkenine göre gruplar arası dağılımın eşit olmaması gösterilebilir.

Ebeveynlerin Gelir Durumuna Göre Yaşam Doyumu ve Problem Çözme Becerisine İlişkin Sonuç ve Tartışma:

Araştırmanın diğer bir alt amacı olarak ebeveynlerin gelir durumuna göre yaşam doyumu ile problem çözme becerisi arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Yaşam doyumu üzerinde manidar farklılık bulunurken, problem çözme becerisinde manidar farklılık bulgulanmamıştır.

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumlarının gelir durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için yapılan analiz sonucunda; geliri 0-1404 TL ve 2900 TL üstü geliri olan ebeveyn grupları arasında 2900 TL üstü geliri olan ebeveynler lehine, 1405-2900 TL ve 2900 TL üstü geliri olan ebeveyn grupları arasında 2900 TL üstü geliri olan ebeveynler lehine bulgulanmıştır.

Alanyazın incelendiğinde Kavas'ın (2013) yapmış olduğu araştırmada stresle başa çıkmaya yönelik tutumların gelir durumuna göre istatistiksel olarak manidar

düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir. Buna rağmen Akandere ve diğ. (2009)'nin gelir durumu yüksek olan bireylerin gelir durumu düşük olan bireylere göre yaşam doyumu düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaştığı görülmektedir.

Bununla birlikte yapılan diğer bir çalışmada engelli çocuğa sahip olan annenin gelir düzeyine göre, problem çözme becerilerinde anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Gelir düzeyi yüksek olan annelerin problem çözme becerilerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır (Atam, 2009). Fakat alanyazında bunun aksine bulgular tespit eden çalışmalara da rastlanmaktadır. Demirkan (2017) tarafından yapılan gelir düzeyleri farklı olan engelli çocuğa sahip annelerin problem çözme düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edildiği bir çalışmadır.

Floyd ve Saitzyk (1992)' in de, çalışmalarında, zihinsel yetersizliği olan çocukların ailelerinin sosyo ekonomik düzeyleri yükseldikçe, olumlu ebeveynlik tutumları ve destekleyici aile yapısının güçlendiğini belirtmişlerdir. Ayrıca çalışmalarında, ekonomik sorunların az olmasının, aile içi ilişkileri olumlu yönde etkilenmesine neden olarak, çiftler arası iletişim üzerinde pozitif bir etki sağladığını ifade etmiştir. Bu durumda ebeveynlerin yaşam doyumu puanlarının daha yüksek olması beklenebilir. Buna karşın problem çözme beceresi ve gelir durumu değişkeni arasında manidar bir farklılık bulunamamasını bu ailelerin yaşantılarında karşılaştıkları aksiliklere rağmen yoluna devam edebilmek, sıkıntılara ve her türlü olumsuzluklara rağmen, bu olumsuzluklarla başa çıkabilmek, kendini başkalarının yerine koyabilmek ve hiçbir zaman umudunun kırılmasına izin vermemek gibi tavırlar geliştirmiş olmaları ile açıklanabilir (Palmer ve ark.2002).

Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumlarının Yordanmasına İlişkin Sonuç ve Tartışma:

Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin problem çözme becerileri, çocuklarının aldığı özel eğitim süresi, çocuklarının tanı durumu ve ebeveynlerin gelir durumlarının yaşam doyumlarını anlamlı bir düzeyde açıkladığı görülmektedir.

Yordayıcı değişkenlerin yaşam doyumu üzerindeki göreceli önem sırası; problem çözme becerileri, çocuklarının aldığı özel eğitim süresi, çocuklarının tanı durumu ve ebeveynlerin gelir durumudur. Bu dört değişkenin yaşam doyumunun toplam varyansının %49'unu açıkladığı görülmektedir.

Bu bağlamda ailelerin zihinsel engelli bir çocuğa sahip olmaları nedeniyle yaşadıkları stresle başa çıkmada önemli etmenlerden biri krizi karşılamaya yönelik sahip oldukları iç ve dış kaynaklardır (Küçükler, 2001). Zihinsel engelli çocukların aileleri yaşadıkları bu psikolojik açıdan zorlayıcı süreçlerde çocuklarının gelişimi, bakımı ve günlük yaşamlarını sürdürebilmeleri için pek çok alanda sorunla karşılaşmaktadır. Ebeveynlerin bu problemlerin üstesinden gelebilmesinin yaşam doyumlarını olumlu yönde etkileyeceği düşünülmektedir. Bu nedenle de zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin farklı alanlardaki problem çözme becerileri yaşam doyumlarının bir yordayıcısı olabilir.

Bununla birlikte zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin çocuklarının aldıkları özel eğitim süresi, çocuklarının tanı durumu ve gelir durumlarına bakıldığında; ebeveynlerin çocuklarının aldıkları özel eğitim süresi ailelerin çocuklarına yardım ettiklerini düşünmelerini ve bu durumda ebeveynlerin psikolojik olarak rahatlamalarını sağlar (Özgür & Zana, 2004). Bu sayede çocukların aldığı özel eğitim süresi arttıkça ebeveynlerin yaşam doyumlarının da artacağı düşünülmektedir. Ebeveynlerin çocuklarının tanı durumu incelendiğinde ise engel düzeyinin daha alt grupta olmasının, ailelerde çocuklarının iyileşme beklentisini arttırabileceği düşünülmektedir (Sarıkaya, 2011). Bu durumun da zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumlarını arttıracağı düşünülmektedir. Son olarak ebeveynlerin gelir durumları ele alındığında da, ebeveynler arasında asgari ücret alanların umutsuzluklarının diğer gruplara oranla en yüksek düzeyde olduğu, gelir düzeyinin yükselmesi ile birlikte umutsuzluk düzeyinin düştüğü ve en çok gelire sahip olan grupta umutsuzluğun da en düşük düzeyde olduğu düşünülmektedir (Akıncı, 1999). Bu nedenle de ebeveynlerin maddi olarak imkânlarının fazla olmasının olmasının olumsuz duyguları daha da azaltacağı, bu durumun da ebeveynlerde yaşam

doyumununu arttıracakđı düşünölmektedir. Sonuç olarak zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerde çocuklarının aldığı özel eğitim süresi, çocuklarının tanı durumu ve gelir durumlarının yaşam doyumlarının bir yordayıcısı olabilir.

B. Öneriler

1. Ebeveynlere bakıldığında annelerin yaşam doyumları daha düşük bulunduğu için daha çok desteğe ihtiyaç duydukları göz önünde bulundurulmalı ve anneler için destek mekanizmaları oluşturulmalıdır. Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik durumlarının yakından izlenmesi ve ihtiyaç duyduklarında uzmanlar tarafından gerekli desteğin sağlanması faydalı olacağı düşünölmektedir.

2. Ağır düzeyde zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumlarının daha düşük olduğu dikkate alınarak, zihinsel yetersizliği olan çocuğun tanılanma süreci gerçekleştirildikten sonra ebeveynlerin çocuklarının engel türüne dair bilgilendirilmesi ve bu süreçte doğru yönlendirilmesini ve aileye destek sağlayan birimlerin oluşturulmasının faydalı olacağı düşünölmektedir.

3. Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin gelir düzeyi yükseldikçe yaşam doyumları arttığından, bu bireylere ekonomik destek sağlanmalıdır. Bu bağlamda zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip bireylere yönelik olarak meslek edindirme kurslarıyla iş bulmalarının kolaylaştırılması gibi uygulamalar yapılabilir.

4. Çocuğun aldığı özel eğitim süresi arttıkça ebeveynlerin yaşam doyumunun arttığı dikkate alınarak, özel eğitim kurumlarının yaygınlaştırılması, çocukların aldıkları özel eğitim süresinin arttırılması ve ebeveynlerin bu sürece daha çok dahil edilmesi sağlanabilir.

5. Bu araştırmada ulaşılan problem çözme becerisi ile yaşam doyumunu arasında pozitif bir ilişki olduğu sonucu dikkate alındığında, ebeveynlerin problem çözme becerilerini geliştirmek ve yaşam doyumlarını arttırmak için aileye sosyal destek sağlanabilir ve ebeveynlerin başa çıkma becerilerini geliştirebilmek için eğitim programları düzenlenebilir.

6. Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşam doyumunu ve problem çözme becerilerinin araştırıldığı bu çalışma sadece zihinsel yetersizlik düzeyi ile sınırlıdır. Dolayısıyla ebeveynlerin yaşam doyumunu ve problem çözme becerilerini farklı şekilde yordayacak diğer engel türlerini de (otizm, işitme, görme, down sendromu) kapsayan çalışmalar yapılmasının bu alanda olumlu bir etki sağlayacağı düşünölmektedir.

KAYNAKÇA

- AAIDD, “American Association on Intellectual and Developmental Disabilities”, <http://aaidd.org/intellectualdisability/historicalcontext#.WV03WxXyjIV>. 2007.
- AAIDD. Intellectual disability: definition, classification and systems of supports. 11th ed. Washington (DC): American Association on Intellectual and Developmental Disabilities, 2010.
- ACAR, Meryem, “Zihinsel ve Fiziksel Özürlü Çocuğa Sahip Anne ve Babaların Yaşam Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya, 2009.
- AÇIKGÖZ, Kamile Ün, “Aktif Öğrenme”, Kanyılmaz Matbaası, İzmir.
- AHMETOĞLU, Emine, "Zihinsel Engelli Çocukların Kardeş İlişkilerinin Anne ve Kardeş Algılarına Göre Değerlendirilmesi", Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, 2004.
- AHMETOĞLU, Emine, “Zihinsel Engelli Çocukların Kardeş İlişkilerinin Anne ve Kardeş Algılarına Göre Değerlendirilmesi”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, 2004.
- AKANDERE, Mehibe, ACAR, Meryem ve BAŞTUĞ, Gülsüm, “Zihinsel ve Fiziksel Engelli Çocuğa Sahip Anne ve Babaların Yaşam Doyumu ve Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi”, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Sayı 22, 2009, s. 24-32.
- AKARSU, Özlem, “Zihinsel Yetersiz Çocukların Aile Yüğü, Özbakım Becerileri, Annelerinin Yaşam Doyumu ve Etkileyen Faktörler”, Yüksek Lisans Tezi, Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Edirne, 2014.
- AKARSU, Özlem, “Zihinsel Yetersiz Çocukların Aile Yüğü, Özbakım Becerileri, Annelerinin Yaşam Doyumu ve Etkileyen Faktörler”, Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Trakya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Edirne, 2014.

- AKKÖK, Füsün, "Farklı Özelliği Olan Çocuk Anne Babalarının Yaşadıkları Farklılıkla Yaşamak: Aile Ve Toplumun Farklı Gereksinimi Olan Bireylerle Birlikteliği", Türk Psikologlar Derneği, Ankara, 1997.
- AKKÖK, Füsün, "Farklı Özelliğe Sahip Olan Çocuk Aileleri ve Ailelerle Yapılan Çalışmalar", Ed. A. Ataman, Özel Eğitime Giriş, Gündüz Eğitim Yayıncılık, Ankara, 2003.
- AKSOY, Bülent, "Problem Çözme Yönteminin Çevre Eğitiminde Uygulanması", Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt28, Sayı 14, 2003, s. 83-98.
- ALTUĞ ÖZSOY, Süheyla, ÖZKAHRAMAN, Şükran ve ÇALLI, Fatma, "Zihinsel Engelli Çocuk Sahibi Ailelerin Yaşadıkları Güçlüklerin İncelenmesi", Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, Cilt9, Sayı9, 2006 s. 69–77.
- ALTUN, Murat, "İlköğretim İkinci Kademe (6, 7 ve 8. Sınıflarda) Matematik Öğretimi", 4. Baskı, Aktüel Yayınları, Bursa, 2005, s. 80.
- ALTUN, Murat, "İlköğretimde Problem Çözme Öğretimi", Milli Eğitim Dergisi, Sayı 147, 2000, s. 27-33.
- ARGYLE, Michael, "The Psychology of Happiness", Methuen, London, 1987.
- ARMAN, N, Zihinsel engelli çocuğa sahip anne ve babaların algıladıkları sosyal destek düzeyleri ile tükenmişlik ve kaygı düzeylerinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2009.
- AŞAN, Öznur ve ERENLER, Esra, "İş Tatmini ve Yaşam Tatmini İlişkisi", Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, Cilt 13, Sayı 2, 2008, s.203-216.
- ATEŞ, Gülay Ezgi, "Rehabilitasyon Merkezlerinde Eğitim Alan Otizm Tanısı Almış Olan Çocuklara Sahip Ebeveynlerin Yaşam Doyumunun, Aile İşlevlerinin ve Öğrenilmiş Güçlülüğünün İncelenmesi", Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Bilim Dalı, 2016.

- AVŞAROĞLU, Selahattin, DENİZ, M. Engin ve KAHRAMAN, Ali, “Teknik Öğretmenlerde Yaşam Doyumu İş Doyumu ve Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi”, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Cilt 14, 2005, s. 115-127.
- AVŞAROĞLU, Selahattin, DENİZ, M. Engin ve KAHRAMAN, Ali, "Teknik Öğretmenlerde Yaşam Doyumu İş Doyumu ve Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi", Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Cilt 14, 2005, s. 115-129.
- AYDIN, Mahmut, “Sorun Çözme Becerisi ile Yaratıcılık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 2009.
- AYKARA, Aslıhan, "Zihinsel Engelli Kardeşe Sahip Bireylerin Yaşantılarının Değerlendirilmesi", Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, 2015.
- BALKANLI, Nazlı, “Otistik Çocuğu Olan ve Olmayan Annelerde Yaşam Kalitesi, Yaşam Doyumu ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2008.
- BALTACI, Önder, “Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Kaygı, Sosyal Destek ve Problem Çözme Yaklaşımları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya, 2010.
- BARON, Robert A., “Essentials of Psychology”, Allyn & Bacon Com, Boston, 1996.
- BARTON, Len, “Sociology, Disability, Studies and Education: Some Observations, The Disability Reader: Social Science Perspectives”, 1998, s. 53-64.
- Başbakanlık Özürllüler İdaresi Başkanlığı, “Türkiye Özürllüler Araştırması”, Ankara, 2003.
- BATIGÜN DURAK, Ayşegül, "Problem Çözmeye Yönelik Terapiler: Tanımı ve Değerlendirme", Türk Psikoloji Bülteni, Cilt 6, Sayı 19, 2000, s. 40-49.

- BAYKOÇ, N, "Üstün; Akıl, Zekâ, Deha, Yetenek Gelişimleri ve Eğitimleri", Vize Yayıncılık, Ankara,2014.
- BECKMAN, Paula, "Influence of Selected Child Characteristics On Stress in Families of Handicapped Infants", American Journal of Mental Deficiency, Cilt 2, 1983, s. 150-156.
- BEİRNE SMİTH, Mary, ITTENBACH, Richard F. ve PATTON, James R., "Mental Retardation", 5. Baskı, Prentice Hall, 1998.
- BEİRNE-SMİTH, Mary, PATTON, James R. ve SHANNON H. Kim, "Mental Retardation: An Introduction to Intellectual Disabilities", 7. Baskı, NJ: Pearson Merrill Prentice Hall, 2006.
- BERRY, Jack W. ELLİOT, Timothy R., GRANT, Joan S., EDWARDS, Gary ve FİNE, Philip R., "Does Problem- Solving Training for Family Care Givers Benefit Their Care Recipients with Severe Disabilities A Latent Growth Model of the Project CLUES Randomized Clinicaltrial", Rehabilitation Psychology, Cilt 2, Sayı 57, 2012, s.98-112.
- BESİRİ, Arzuve İnsan Hakları Hukuku Yüksek Lisans Programı, "Yoksulluk Ekseninde Engellilerin Eğitimi", TBB Dergisi, Sayı 83, 2009.
- BINGHAM, Alma, "Çocuklarda Problem Çözme Yeteneklerinin Geliştirilmesi", Çev. Ferhan Oğuzkan, Milli Eğitim Basımevi, İstanbul, 1983.
- BINGHAM, Alma, "Çocuklarda Problem Çözme Yeteneklerinin Geliştirilmesi, Çev. Ferhan Oğuzkan, Meb Yayınları, İstanbul, 2004, s. 117.
- BİLGE, Filiz, SAYAN, Ayşegül ve KABAKÇI Ömer Faruk, "Aile Mahkemesi Uzmanlarının Meslek Doyumları, Yaşam Doyumları ve İlişkilere Yönelik İnançlarının İncelenmesi", Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, Cilt 4, Sayı 32, 2009, s. 20-31.
- BRAUN, Patricia W., "Psychological Well-Being and Location in The Social Structure", Unpublished Doctoral Dissertation, University of Southern California, USA, 1977.

- BRAYANT, Fred B. ve VEROFF, Joseph, "The Structure of Psychological Well-Being: A Sociohistorical Analysis", Journal of Personality and Social Psychology, Cilt 43, Sayı 4, 1982, s. 653-673.
- BUCHER, Julia A., HOUTS, Peter S., NEZU, Christine Magulh ve NEZU, Arthur M., "Improving Problem-Solving Skills of Family Caregivers Through Group Education", Journal of Psychosocial Oncology, Cilt 3-4, Sayı 16, 1999, s. 73-84.
- BUDAK, Selçuk, "Psikoloji Sözlüğü", Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara, 2005, s. 611.
- BUTCHER, James N., MİNEKA, Susan ve HOOLEY, Jill M., "Abnormal Psychology", 1. Baskı, Pearson International Edition, United States of America, 2008.
- BÜYÜKKARAGÖZ, Savaş, "Genel Öğretim Metotları", Atlas Kitabevi, Konya, 1994.
- CAMPBELL, Angus, "The Sense of Well-Being in America: Recent Patterns and Trends", Mc Graw-Hill, New York, 1981.
- CAMPBELL, Angus, CONVERSE, Philip E. ve RODGERS, Willard L., "The Quality of American Life: Perceptions, Evaluations, and Satisfaction", Russell Sage Foundation, New York, USA, 1976.
- CAN, Fatma Gül, "Engelli Çocuğu Olan ve Olmayan Ebeveynlerin Evlilik Uyumu Yaşam Doyumu ve Etkileyen Faktörler", Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, 2015.
- CANEL, Azize Nilgün, "Ailede Problem Çözme, Evlilik Doyumu ve Örnek Bir Grup Çalışmasının Sınanması", Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul, 2007.
- CAVKAYTAR, Atilla ve DİKEN, İbrahim H., "Özel Eğitime Giriş", 2. Baskı, Kök Yayıncılık, Ankara, 2006.
- CHARLES, Randall, LESTER, Frank ve O'DAFFER, Phares G., "How to Evaluate Progress in Problem Solving", NCTM, Inc., Sixth Printing, Reston, VA, 1987.

- CHİNAVEH, Mahbobeh, “Training Problem- Solving to Enhancequality of Life: Implication Towards Diverse Learners”,Procedia-Social and Behavioral Sciences, Cilt 7, 2010, s. 302-310.
- CHRİSTOPHER, John Chambers,"Situating Psychological Well-Being: Exploring the Cultural Roots of Its the Oryand Research", Journal of Counseling& Development, Cilt 2, Sayı 77, 1999,s. 141-152.
- CSİKSZENTMİHALYİ, Mihaly ve HUNTER, Jeremy,“Happinessin Everyday Life: The Uses of Experience Sampling”,Journal of Happiness Studies, Cilt 4, 2003, s.185-199.
- CÜCELOĞLU, Doğan, "İyi Düşün Doğru Karar Ver", Sistem Yayıncılık, İstanbul, 1995.
- ÇAĞLAR, Doğan, “GeriZekalı Çocuklar ve Eğitimi”, 2. Baskı, Ankara Üniversitesi Yayınları, Ankara, 1979.
- ÇEKİCİ, Ferah,“Problem Çözme Terapisine Dayalı Becerilerin Geliştirme Grubunun Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Problem Çözme Becerileri, Öfkeyle İlişkili Davranış ve Düşünceler İle Sürekli Kaygı Düzeylerine Etkisi”, Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana, 2009.
- ÇELİK, Baran Şükrü,“Zekâ Geriliği Olan Çocukların Annelerinin Yaşam Doyumu, Tükenmişlik ve Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi”, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Bilim Dalı, 2017.
- ÇOBAN ESEN, Esra, “Tıbbi-Eğitsel Yaklaşımla Zihinsel Engel Okyanusun Kıyısı”, Nobel Basımevi, Ankara,2003.
- DAĞLI, A., & BAYSAL, N. Yaşam Doyumu Ölçeğinin Türkçe’ye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 2016, 15(59).

- D' ZURİLLA, Thomas J. ve NEZU, Arthur M., "The Heppnerand Krauskopf Approach: A Model of Personal Problem Solving or Social Skilss",The Counseling Psychologist, Cilt 3, Sayı 15,1987, s. 463-470.
- DASTMALCHIAN, Ali ve ADAMSON, Ray, "The Climate of Work Place Relations",Routledge, London, 2014.
- DEMİR, Gökçe, ÖZCAN, Ayşegül ve KIZILIRMAK, Aynur,"Zihinsel yetersizliği olan çocuğaSahip Annelerin Depresyon Düzeylerinin Belirlenmesi", Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, Cilt 4, Sayı 13,2012, s. 53-58.
- DEMİR, Yurdanur, AK, Bedriye, BİLGİN, Nevin, EFE, Hatice, ALBAYRAK, Esra, ÇELİKPENÇE, Zeynep ve GÜNERİ, Nurgülay,"Hemşirelik Uygulamalarında Araştırma Sonuçlarının Kullanımındaki Engeller ve Kolaylaştırıcı Faktörler", Journal of ContemporaryMedicine, Cilt 2, Sayı 2, 2012.
- DEMİRKIRAN, Handan, "Engelli Çocuğa Sahip Olan Anneler İle Engelli Çocuğa Sahip Olmayan Annelerin Depresyon Düzeyi Ve Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi", Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Arel Üniversitesi, İatanbul, 2017.
- DERELİ, Feyza ve OKUR, Sibel,"Engelli Çocuğa Sahip Olan Ailelerin Depresyon Durumunun Belirlenmesi", Yeni Tıp Dergisi, Cilt 3, Sayı 25, 2008, s. 164–168.
- DIENER, Ed ve SELİGMAN, Martin EP, "Beyond Money: Towardan Economy of Well-Being", Psychological Science in thePublic Interest, Cilt 1, Sayı 5, 2004, s. 1-31.
- DIENER, Ed, "Assessing Subjective Well-Being: Progressand Opportunities", SocialIndicators Research, Cilt 2, Sayı 31, 1994, s. 103-157.
- DIENER, Ed, "Subjective Well-Being", Psychological Bulletin, Cilt 3, Sayı 95, 1984, s. 542-575.
- DIENER, Ed, "Subjective Well-Being: The Science of Happinessand A Proposalfor A National Index", American Psychologist, Cilt 1, Sayı 55, 2000, s. 34-43.

- DIENER, Ed, EMMONS, Robert A., LARSEN, Randy J. ve GRIFFIN, Sharon, “The Satisfaction with Life Scale”, Journal of Personality Assessment, Cilt 1, Sayı 49, 1985, s. 71-75.
- DIENER, Ed ve LUCAS, Richard E., “Explaining Differences in Societal Levels of Happiness: Relative Standards, Need Fulfillment, Culture and Evaluation Theory”, Journal of Happiness Studies, Cilt 1, 2000, s. 41-78.
- DIENER, Ed. ve LUCAS, Richard E., “Subjective Well-being: Three Decades of Progress”, Psychological Bulletin, Cilt 2, Sayı 125, 1999, s. 276.
- DIENER, Ed, “Subjective Well-being: The Science of Happiness and a Proposal for a National Index”, Psychological Bulletin, Cilt 3, Sayı 95, 1984, s. 542-575.
- DİKMEN, Ahmet Alpay, "İş Doyumu ve Yaşam Doyumu İlişkisi", Ankara Üniversitesi SBF Dergisi, Cilt 3, Sayı 50, 1995.
- DİE, “Devlet İstatistik Enstitüsü”, http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt_id=1017 Engelin türüne göre engelli nüfus oranı, 20.
- DİE, “Devlet İstatistik Enstitüsü”, Özürlüler İdaresi Başkanlığı. Türkiye Özürlüler Araştırması 2002 (İkinci baskı). Ankara: Devlet İstatistik Enstitüsü Matbaası, 2009.
- DOĞAN, Sultan, “Zihin Engelli Çocuğu Olan Ailelerin Eğitim İhtiyaçlarının Belirlenmesi”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 2010.
- DORAHY, Martin J., CHRISTOPHER, Alan Lewis, SCHUMAKER, John F., ROBERT, Akuamoah, DUZE, Mustapha C. ve THOKOZİLE Sibiya E., “A Cross-Cultural Analysis of Religion and Life Satisfaction”, Mental Health, Religion & Culture, Cilt 1, Sayı 1, 1998, s. 37-43.
- DOST TUZGÖL, Meliha, "Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi", Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt 22, Sayı 22, 2007, s. 132-143.

- DSM-IV, “Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı”, Çev. Ed. Köroğlu, Amerikan Psikiyatri Birliği Hekimler Yayın Birliği, Medikomat Basımevi, Ankara, 1998.
- DUBEY, Anubhuti ve AGARWAL, Adesh, “Coping Strategies and Life Satisfaction: Chronically ill Patients’ Perspectives”, Journal of the Indian Academy of Applied Psychology, Cilt 2, Sayı 33, 2007, s. 161- 168.
- DUNN, Jeff, NG, Shu Kay, BREITBART, William, AITKEN, Joanne, YOUL, Pip, BAADE, Peter D. ve CHAMBERS, Suzanne K., “Health-related Quality of Life and Life Satisfaction in Colorectal Cancer Survivors: Trajectories of Adjustment”, Health and Quality of Life Outcomes, Cilt 46, Sayı 11, 2013, s. 1-8, <http://www.hqlo.com/content/11/1/46>.
- DUYGUN, T. (2001). Zihinsel engelli ve sağlıklı çocuk annelerinde stres belirtileri stresle başa çıkma tarzları ve algılanan sosyal desteğin tükenmişlik düzeyine olan etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- DUYGUN, Tolga ve SEZGİN, Nihal, “Zihinsel Engelli ve Sağlıklı Çocuk Annelerinde Stres Belirtileri, Stresle Başa Çıkma Tarzları ve Algılanan Sosyal Desteğin Tükenmişlik Düzeyine Olan Etkisi”, Türk Psikoloji Dergisi, Cilt 52, Sayı 18, 2003, s. 37 – 52.
- D’ZURILLA, T.J., MAYDEU-OLÍVARES, A. KANT, G.L. Age and gender differences in social problem-solving ability. Personality and Individual Differences, 25 (2), 241-252, (1998).
- ELLIOTT, Timothy ve BERRY, Jack W., “Brief Problem- Solving Training for Family Caregivers of Persons with Recent-Onset Spinal Cord Injury: A Randomized Controlled Trial”, Journal of Clinical Psychology, Sayı 65, 2009, s. 406-422.
- ELLIOTT, Timothy, BERRY, Jack W. ve GRANT, Joan S., “Problem-Solving Training for Family Caregivers of Women with Disabilities: A Randomized Clinical trial”, Behaviour Research and Therapy, Sayı 47, 2009, s. 548-558.

- ELLIOTT, Timothy, BROSSART, Daniel, BERRY, Jack W. ve FINE, Philip R.,
“Problem-Solving Training Via Video Conferencing for Family Caregivers of
Persons with Spinal Cord Injuries: A Randomized Controlled Trial”, Behaviour
Research and Therapy, Sayı 46, 2008, s. 1220–1229.
- EMERSON, Eric, HATTON, Chris, LEWELLYN, Gareth, BLACKER, John ve
GRAHAM, Catherine H., “Socio-Economic Position, Household Composition,
Health Status and Indicators of the Well-Being of Mothers of Children with and
Without Intellectual Disabilities”, Journal of Intellectual Disability Research,
Sayı 50, 2006, s. 862-873.
- ERACAR, Nevin, “Farklı Gelişen Çocukların Aileleriyle Eğitim/Sağıtım Çalışmaları,
Farklı Gelişen Çocuklar”, Ed. A. Kulaksızoğlu, Epsilon Yayınevi, İstanbul, 2003.
- ERDOĞAN, İrfan, “Okul Yönetimi ve Öğretim Liderliği”, Sistem Yayıncılık, 2000.
- ERİPEK, Süleyman, “Zihinsel Engelli Çocuklar”, Genişletilmiş 2. Baskı, Anadolu
Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Eskişehir, 1996.
- ERSOY, Özlem ve AVCI, Neslihan, "Özel Gereksinimi Olan Çocuklar ve Eğitimleri
Özel Eğitim", Ya-Pa Yayıncılık, 2001, s. 7-25.
- ERSOY, Özlem, “İşitme ve Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Annelerin Kaygı Düzeyleri
ve Çocuklarını Kabullenme Durumlarına Destekleyici Eğitim Programlarının
Etkisi”, Doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi Ev Ekonomisi Yüksek Okulu,
Çocuk Sağlığı ve Eğitimi Bölümü, Ankara, 1997.
- ERWIN, Peter J. ve IVERSON, Roderick D., "Strategies in Absence
Management", Asia Pacific Journal of Human Resources, Cilt 3, Sayı 32, 1994,
s. 13-32.
- ESKİN, Mehmet, “Sorun Çözme Terapisi”, HYB Basım Yayın, Ankara, 2009, s. 368.
- EYDER, “ Engelsiz Yaşam Derneği”, <https://ey-der.com/ana-sayfa/turkiye-ve-dunyada-engelliler>, 2019
- FARRELL, Daniel ve RUSBULT, Caryl E., "Exchange Variables As Predictors of Job
Satisfaction, Job Commitment and Turnover: The Impact of Rewards, Costs,

- Alternatives and Investments", *Organizational Behavior and Human Performance*, Cilt 1, Sayı 28, 1981, s. 78-95.
- FEINBERG, Emily, AUGUSTYN, Marilyn, FITZGERALD, Elaine, SANDLER, Jenna, FERREIRA-CESARSUAREZ, Zhandra, CHEN, Ning, CABRAL, Howard, BEARDSLEE, William ve SILVERSTEIN, Michael, "Improving Maternal Mental Health After a Child's Diagnosis of Autism Spectrum Disorder: Results from a Randomized Clinical Trial", *Jama Pediatrics*, Cilt 1, Sayı 168, 2014, s. 40-46.
- FLORIAN, Victor ve FINDLER, Liora, "Mental Health and Marital Adaptation Among Mothers of Children with Cerebral Palsy", *American Journal of Orthopsychiatry*, Sayı 71, 2001, s. 358-367.
- FLOYD, Frank ve GALLAUGHER, Erin, "Parental Stress, Care Demands and Use of Support Services for School Problems", *Family Relations*, Sayı 46, 1997, s. 359-371.
- FLOYD, F. J., ve SALTZYK, A. R. (1992). Social Class And Parenting Children With Mild And Moderate Mental Retardation. *Journal Of Pediatric Psychology*, 17: 607- 631. FLYNN, Samuel ve WOOD, Thomas, "Stress and Coping of Mothers of Children with Moderate Mental Retardation", *American Journal of Mental Retardation*, Cilt 3, 1989, s. 278-283.
- FOGLER, H. Scott ve LEBLANC, Steven E., "Strategies for Creative Problem Solving", Prentice Hall, Englewood Cliffs, NJ, 1995.
- FREY, Karin, GREENBERG, Mark ve FEWELL, Rebecca, "Stress and Coping Among Parents of Handicapped Children: A Multidimensional Approach", *American Journal of Mental Retardation*, Sayı 94, 1989, s. 240-249.
- FRIEL, John C. ve FRIEL, Linda D., "İyi Ebeveynlerin Yaptığı En Kötü 7 Şey", Çev. Tuğba Şahin, İstanbul, 2003, s.12.
- GALLAGHER, James ve BECKMAN, Paula, "Families of Handicapped Children: Sources of Stress and Its Amelioration", *Family Relations*, Sayı 50, 1983, s. 10-19.

- GALLAGHER-THOMPSON, Dolores, LOVETT, Steven, ROSE, Jonathan, MCKIBBEN, Christine, COON, David, FUTTERMAN, Andrew ve THOMPSON, Larry W., "Impact of Psycho Educational Interventions on Distressed Caregivers", *Journal of Clinical Geropsychology*, Cilt 6, 2000, s. 91-110.
- GAMMON, Elizabeth Ann ve ROSE, Sheldon D., "The Coping Skills Straining Program for Parents of Children with Developmental Disabilities: An Experiment Evaluation", *Research on Social Work Practice*, Cilt 3, Sayı 1, 1991, s. 244-256.
- GARDNER, Howard, "Multiple Intelligences as a Partner in School Improvement", *Educational Leadership*, Cilt 1, Sayı 55, 1997, s. 20-21.
- GARGIULO, Richard M., "Working with Parents of Exceptional Children: A Guide for Professionals", Houghton Mifflin Co, Boston, 1985.
- GELBAL, Selahattin, "Problem Çözme", *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt 6, Sayı 6, 1991, s. 167-173.
- GEORGE, Jennifer M. ve BRIEF, Arthur P., "Feeling Good-Doing Good: A Conceptual Analysis of The Mood at Work-Organizational Spontaneity Relationship", *Psychological Bulletin*, Cilt 2, Sayı 112, 1992, s. 310-329.
- GOFFMAN, Erving, "Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity", Englewood Cliffs, Prentice Hall, New Jersey, 1968.
- GOWEN, Jean, MARTIN, Nancy, GOLDMAN, Barbara ve APPLEBAUM, Mark, "Feelings of Depression and Parenting Competence of Mothers of Handicapped and Nonhandicapped Infants", *A Longitudinal Study*, *American Journal of Mental Retardation*, Cilt 3, 1989, s. 259-271.
- GÖNENER, Demet, GÜLER, Yelda, ALTAY, Birsen ve AÇIL, Argun, "Zihinsel Engelli Çocukların Evde Bakımı ve Hemşirelik Yaklaşımı" *Gaziantep Tıp Dergisi*, Cilt 16, 2010, s. 57-65.

- GREENSPAN, Stanley I. ve WIEDER, Serena, “Engaging Autism: Using Floortime Approach to Help Children Relate, Communicate and Think”, Da Capo Press, Cambridge, 2006.
- GREENSPAN, Stanley I. ve WIEDER, Serena, “Özel Gereksinimli Çocuk/Zihinsel ve Duygusal Gelişim”, Özgür Yayınevi, İstanbul, 2004.
- GREENSPOON, Peter J. ve SAKLOFSKE, Donald H., "Confirmatory Factor Analysis of the Multidimensional Students Life Satisfaction Scale", Personality and Individual Differences, Cilt 5, Sayı 25, 1998, s. 965-971.
- GÜLER ŞAHİN, Rüveyda, “Bireylerin Proaktif Kişilik Yapısı ile Benlik Saygısı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya, 2006.
- GÜMÜŞ, Hülya, "Farklı Mesleklerde Çalışanların İş ve Yaşam Doyumlarının Tükenmişlik Düzeyleri Açısından Karşılaştırılması", Yayımlanmamış Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum, 2006.
- GÜNER, Perihan, "Sorunlarla Etkili Baş Etme Yolu: Problem Çözme”, Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, Cilt 1, Sayı 3, 2000, s. 62-67.
- HAVEMAN, Meindert, BERKUM, Gonda, RENE, Reijnders ve HELLER, Tamar, “Differences in Service Needs, Time Demand and Caregiving Burden Among Parents of Persons with Mental Retardation Across The Life Cycle”, Family Relations, Cilt 16, 1997, s. 417-425.
- HELANDER, Einar, "Prejudice and Dignity: An Introduction to Community-Based Rehabilitation", United Nations Development Program Report, United Nations Development Programme, New York, 1993.
- HELLER, Tamar, HSİCH, Kelly ve ROWİTZ, Louis, “Maternal and Parental Caregiving of Persons with Mental Retardation Across The Life Span”, Family Relations, Sayı 46, 1997, s. 407-415.
- HEPPNER, P. Paul ve PETERSEN, Chris H., "The Development and Implications of A Personal Problem-Solving Inventory", Journal of Counseling Psychology, Cilt 1, Sayı 29, 1982, s. 66-75.

- HEPPNER, P. Paul, "Introduction: Broadening the Conceptualization of Problem Solving within Career Planning", *Journal of Career Development*, Cilt 1, Sayı 14, 1987, s. 3-7.
- HEPPNER, Paul P. ve PETERSEN, Chris H., "The Development and Implications of A Personal Problem-Solving Inventory", *Journal of Counseling Psychology*, Cilt 1, Sayı 29, 1982, s. 66.
- HODAPP, Robert, DYKENS, Elisabeth ve MASSINO, Linda, "Families of Children with Prade Syndrome: Stres Support and Relationsto Child Characteristic", *Journal of Autism and Developmental Disorders*, Cilt 4, 1997, s. 407-415.
- HORTON, Trudi Venters ve WALLANDER, Jan L., "Ho peand Social Support as Resilience Factors Against Psychological Distress of MothersWho Care for Children with Chronic Physical Condition", *Rehabilitation Psychology*, Cilt 4, Sayı 46, 2001, s. 382.
- HOUTS, Peter S., NEZU, Arthur M., NEZU, Christine Maguth ve BUCHER, Julia A., "The Prepared Family Caregiver: A Problem-Solving Approach to Family Caregiver Education", Cilt 1, Sayı 27, 1996, s. 63-73.
- HUEBNER, E. Scott, "Correlates of Life Satisfaction in Children", *School Psychology Quarterly*, Cilt 2, Sayı 6, 1991, s. 103-111.
- INTAGLIATA, James ve DOYLE, Nancy, "Enhancing Social Support for Parents of Developmentally Disabled children: Training in Interpersonal Problem SolvingSkills", *Mental Retardation*, Cilt 1, Sayı 22, 1984, s.4-11.
- IŞIKHAN, Vedat, "Türkiye' de Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Annelerin Sorunları", Hacettepe Üniversitesi Yayınları, Ankara, 2005.
- IVERSON, Roderick D. ve ROY, Parimal, "A Causal Model of Behavioral Commitment: Evidence From A Study of Australian Blue-Collar Employees", *Journal of Management*, Cilt 1, Sayı 20, 1994, s. 15-41.

- IVERSON, Roderick D. "Employee Acceptance of Organizational Change: The Role of Organizational Commitment", International Journal of Human Resource Management, Cilt 1, Sayı 7, 1996, s. 122-149.
- IVERSON, Roderick D. "Employee Intent to Stay: An Ampirical Test of Revision of the Price and Muiller Model", The University of Iowa, 1992.
- IVERSON, Roderick D. DEERY, Stephen J. ve ERWIN, Peter J., "Absenteeism in the Health Services Sector: A Causal Model and Intervention Strategies", AGPS, 1995, s. 257-294.
- İNALI, Çiğdem, "Zihinsel ve/veya Bedensel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Annelerin Yaşam Kalitesi ile Tükenmişlik Düzeylerine Anneye Verilen Eğitimin ve Danışmanlığın Etkisi", Harran Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, Şanlıurfa, 2012.
- JUDGE, Timothy A. ve LOCKE, Edwin A., "Effect of Dysfunctional Thought Processes on Subjective Well-Being and Job Satisfaction", Journal of Applied Psychology, Cilt 3, Sayı 78, 1993, s. 475-490.
- JUDGE, Timothy A., LOCKE, Edwin A., DURHAM, Cathy ve KLUGER, Avraham, "Dispositional Effects on Job and Life Satisfaction: The Role of Core Evaluations", Journal of Applied Psychology, Cilt 1, Sayı 83, 1998, s. 17-34.
- KALAYCI, Nurdan, "Sosyal Bilgilerde Problem Çözme ve Uygulamalar", Gazi Kitabevi, Ankara, 2001.
- KALDIRIM, Havva, "Engelli Bir Çocuğa Sahip Olmak Ve Ailelerin Karşılaştığı Güçlükler", 2010.
- KANER, Sema, "Engelli Çocukları Olan Ana Babaların Algıladıkları Stres, Sosyal Destek ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi", Bilimsel Araştırma Projesi Kesin Raporu, Ankara Üniversitesi, Ankara, 2004.

- KANTAR, Özge, “Engelli Çocuğu Olan Ebeveynlerde Bilişsel Değerlendirmenin, Gelişme-Büyümenin Yaşam Doyumu ile İlişkisi”, İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı,2014.
- KARAÇENGEL, Fusun Jale,“Zihinsel yetersizliği olan çocuğa Sahip Anneler ile Sağlıklı Çocuğa Sahip Annelerin Atılganlık ve Suçluluk-Utanç Düzeyleri Açısından Karşılaştırılması”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2007.
- KARATEKİN, Hilal,“Benlik Yapılarına Göre Başa Çıkma Stratejileri ve Yaşam Doyumunun İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2013.
- KASIMOĞLU, Necla, “Zihinsel Engeli Olan Çocukların Ebeveynlerinde İçselleştirilmiş Stigma, Umutsuzluk ve Yaşam Doyumunun İncelenmesi”, Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, 2017.
- KAVANAGH, Michael J. ve HALPERN, Michael, "The Impact of Job Level and Sex Differences on the Relationship Between Life and Job Satisfaction", Academy of Management Journal, Cilt 1, Sayı 20, 1977.
- KAZAK, Anne E. ve MARVIN, Roberts,“Differences, Difficulties and Adaption: Stres and Social Network in Families with a Handicapped Child”, Family Relations, Sayı 33, 1984, s.67-77.
- KAZAK, Anne E.,“Families with Disabled Children: Stres Ana Social Networks in Three Samples”, Journal of Abnormal Child Psychology, Cilt 15, 1987, s. 137-146.
- KESER, Aşkın, "İş Doyumu ve Yaşam Doyumu İlişkisi: Otomotiv Sektöründe Bir Uygulama", Çalışma ve Toplum Dergisi, Cilt 1, Sayı 4, 2005, s. 77-95.
- KILIÇ, Serap, “Fiziksel Engelli Çocuğun Evde Bakım Gereksiniminin Aileye Etkisi”, Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, İstanbul, 2009.

- KIM, Sook Youngve SOK, Sohyune R.,“Relationships Amongthe Perceived Health Status Family Support and Life Satisfaction of Older Korean Adults”, International Journal of Nursing Practice, Cilt 18,2012, s. 325 -331.
- KRİNG, A. M., JOHNSON, S. L., DAVİSON, G., ve NEALE, J. (2017). Anormal psikoloji(12). (Çeviri Edt. M. Şahin). Nobel Akademik Yayıncılık: Ankara.
- KOIVUMAA-HONKANEN, Heli, HONKANEN, Richard ve VIINAMAKI, Heimo, “Life Satisfaction and Suicide: A 20-year Follow-up Study”,Am J Psychiatry, Cilt 3, Sayı 158, 2001, s. 433-439.
- KURYLO, Monica F., ELLIOTT, Timothy R. ve SHEWCHUK, Richard M., “FOCUS on the Family Caregiver: A Problem-Solving Train Ingintervention”,Journal of Counselling and Development, Cilt 3, Sayı 79, 2001, s. 275-281.
- KÜÇÜKER, S. (2001). Erken Eğitimin Gelişimsel Geriliği Olan Çocukların AnneBabalarının Stres ve Depresyon Düzeyleri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi, Özel Eğitim Dergisi, 3(1), 1-11
- KÜLLÜ, Zahide,“Özürlü Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Depresyon Durumunun Değerlendirilmesi”, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi, Kayseri, 2008.
- LAFÇI, Diğdem, ÖZTUNÇ, Gürsel ve ALPARSLAN Z. Nazan, "Zihinsel Engelli Çocukların (MentalRetardasyonlu Çocukların) Anne ve Babalarının Yaşadığı Güçlüklerin Belirlenmesi", Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, Cilt 2, Sayı 3, 2014, s. 723-735.
- LANCE, Charles E., MALLARD, Alison G. ve MICHALOS, Alex C., "Tests of the Causal Directions of Global- Life Facet Satisfaction Relationships", Social Indicators Research, Cilt 1, Sayı 34, 1995, s. 69-92.
- LATTERELL, Carmen, "NCTM-Oriented VersusTraditional Problem-Solving Skills",Joint Mathematics Meeting, Baltimore, MD,2003.
- LAWLER, Edward E., “Pay and Organizaitonal Effectiveness, Mcgraw- Hill, New York, 1971.

- LORENZ, Edward H., "Trustand the Flexible Firm: International Comparisons", *Industrial Relations: A Journal of Economy and Society*, Cilt 3, Sayı 31, 1992, s. 455-472.
- LUCKASSON, Ruth, BORTHWICK- DUFFY, Sharon, BUNTINX, WillH. E., COULTER, David L., CRAIG, Ellis M., REEVE, Alya, SCHALOCK, Robert L., SNELL, Martha E., SPITALNICK, Deborah M., SPREAT, Scott ve TASSE, Marc J., "Mental Retardation: Definition, Classification, and Systems of Supports", 10. Baskı, Washington DC: American Association on Mental Retardation, 2002.
- MACPHERSON, K. Problem-solving ability and cognitive maturity in undergraduate students. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 27 (1), 5-22, (2002).
- MAGİLL-EVANS, Joyce, DARRAH, Johanna ve PAİN, Kerrie, "Are Families with Adolescents and Young Adults with Cerebral Palsy the Same as Other Families", *Developmental Medical Child Neurology*, Sayı 43, 2001, s. 466-472.
- MALLERY, Anne L., "CreatingA Catalyst for Thinking: the Integrated Curriculum", Allyn& Bacon A Pearson Education Company, USA, 2000.
- MARTIN, Thomas N., "A Contextual Model of Employee Turn over Intentions", *Academy of Management Journal*, Cilt 2, Sayı 22, 1979, s. 313-324.
- MAYER, Richard E., "Cognitive, Metacognitive, and Motivational Aspects of Problem Solving", *Instructional Science*, Cilt 1-2, Sayı 26, 1998, s. 49-63.
- Meslekî Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi (MEGEP), "Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Zihinsel Engelliler", MEB, Ankara, 2007.
- MILLER, Delbert C., "Handbook of Research Design and Social Measurement, 5. Baskı, Sage Publications, CA, 1991.
- MODER, K. (2010). Alternatives to F- Test in One Way ANOVA in case of heterogeneity of variances (a simulation study). *Psychological Test and Assessment Modeling*, Volume 52, 2010 (4), 343-353.
- MORGAN, Clifford Thomas, "Psikolojiye Giriş", Meteksan, Ankara, 1999.

- MORGAN, Clifford Thomas, “Psikolojiye Giriş”, Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü Yayınları, Ankara, 2004.
- NADKARNI, Sangeeta ve STENING, Bruce W., "Human Resource Management in Remote Communities", Asia Pacific Journal of Human Resources, Cilt 3, Sayı 27, 1989, s. 41-63.
- NATAN, Karin, “Zihinsel Engelli Çocuğu Olan ve Zihinsel Engelli Çocuğu Olmayan Annelerin Depresyon ve Kaygı Düzeyleri”, Yüksek lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2007.
- NERGİZ, Hüseyin, “Görme Engelli Çocuk Ebeveynlerinin Yaşadığı Güçlüklerin Belirlenmesi ve Tükenmişlik ile Yaşam Doyumuna Yönelik Yordayıcı Değişkenler”, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, 2013.
- NEZU, Arthur M. ve D'ZURİLLA, Thomas J., “Problem-Solving Therapy: A Positive Approach to Clinical Intervention, Third Edition, Springer Publishing Company, 2006.
- NEZU, Arthur M. ve WILKINS, Victoria M., "Problem Solving-Depression", Encyclopedia of Cognitive Behavior Therapy, Springer Science-Business Media, New York, USA, 2005, s. 298-301.
- NIXON, Charles D. ve SINGER, George H., “Group Cognitive Behavior Altreatment for Excessive Parental Self-Blame and Guilt”, American Journal on Mental Retardation, 1993.
- OKANLI, A. , Ekinci, M. Gözüağca, D. , Sezgin, S. (2004). Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Ailelerin Yaşadıkları Psikososyal Sorunlar. Uluslar arası İnsan Bilimleri Dergisi,
- ÖĞÜLMÜŞ, Selahiddin, “Kişilerarası Sorun Çözme Becerileri ve Eğitimi”, Nobel Yayınları, Ankara, 2001.
- ÖĞÜLMÜŞ, Selahiddin, “Kişilerarası Sorun Çözme Becerileri ve Eğitimi”, Nobel Yayınevi, Ankara, 2006.

- ÖMEROĞLU, Esra ve KANDIR, Adalet, "Bilişsel Gelişim", Morpa Kültür Yayınları, İstanbul, 2005.
- ÖNGİDER, Nilgün, “Evli ve Boşanmış Ailelerde Algılanan Ebeveyn Kabul veya Reddinin Çocuğun Psikolojik Uyumu Üzerindeki Etkisi”, Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir, 2006, s. 117.
- ÖRKÜN, Ümran ve EROĞUL, Rezan Çeçen, "Tekstil Sektörü Mavi Yaka Çalışanlarının Yaşam Doyumu ve Tükenmişlik Düzeylerinin İş Doyumu Tarafından Yordanması", Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Cilt 1, Sayı 21, 2012, s. 323-338.
- ÖZDEVECİOĞLU, Mahmut ve AKTAŞ, Aylin, "Kariyer Bağlılığı, Mesleki Bağlılık ve Örgütsel Bağlılığın Yaşam Tatmini Üzerindeki Etkisi: İş-Aile Çatışmasının Rolü", Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, Sayı 28, 2007.
- ÖZEN, Arzu ve KIRCAALİ-İFTAR, Gönül, “Ailelere Uzmanlarla Çalışırken Sahip Olmaları Gereken Etkili İletişim Becerilerinin Öğretimi”, Ankara Üniversitesi Özel Eğitim Dergisi, Cilt 2, Sayı 4, 2000.
- ÖZER, Melek ve KARABULUT Özlem Ö., "Yaşlılarda Yaşam Doyumu", Geriatri, Cilt 2, Sayı 6, 2003, s. 72-74.
- ÖZGÜR, İskender, “Engelli Çocuklar ve Eğitimi: Özel Eğitim”, Karahan Kitabevi, İstanbul, 2004.
- ÖZGÜR, İ. ve ZAN, B. (2004). Engelli Çocuk, Engelli Aile. Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2: 18-27.
- ÖZSOY, Gökhan, "Üstbiliş", Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, Cilt 6, 2008, s.713-740.
- ÖZTÜRK CAN, Hafize, ÖNER, Özlem ve ÇELEBİ, Evrim, "Üniversite Öğrencilerinde Eğitimin Sorun Çözme Becerisine Etkisinin İncelenmesi", Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi, Cilt 4, Sayı 10, 2004.
- ÖZTÜRK, M. Orhan, “Ruh Sağlığı ve Bozuklukları”, Nobel Tıp Kitabevi, İstanbul, 2014.

- ÖZTÜRK, Mustafa, “Hayata Dokunuş-2”, İlke Yayıncılık, İstanbul, 2008.
- PLAGNOL, Anke C. ve EASTERLINE, Richard A., “Aspirations, Attainments, and Satisfaction: Life Cycle Differences Between American Women and Men”, *Journal of Happiness Studies*, Cilt 9, 2008, s. 601–619.
- PRICE, James L. ve MUELLER, Charles W., "A Causal Model of Turn over for Nurses", *Academy of Management Journal*, Cilt 3, Sayı 24, 1981, s. 543-565.
- PROCTOR, Carmel L., LİNLEY P. Alex ve MALTBY John, “Youth Life Satisfaction: A Review of The literature”, *Journal of Happiness Studies*, 2008, DOI 10.1007/s10902-008-9110-9.
- RASK, Katja, ASTEDT-KURKI, Päivi ve LAIPPALA, Pekka, "Adolescent Subjective Well-Being and Realized Values", *Journal of Advanced Nursing*, Cilt 3, Sayı 38, 2002, s. 254-263.
- RIVERA, Patricia A., ELLİOTT, Timothy R., BERRY, Jack W. ve GRANT, Joan S., “Problem-Solving Training for Family Caregivers of Persons with Traumatic Brain Injuries: A Randomized Clinicaltrial”, *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, Sayı 89, 2008, s. 931-941.
- RIVERA, Patricia, SHEWCHUK, Richard ve ELLİOTT, Timothy, “Project FOCUS: Using Video Conferencing to Provide Problem Solving Training to Family Caregivers of Persons with Spinal Cord Injuries”, *Topics in Spinal Cord Injury Rehabilitation*, Cilt 1, Sayı 9, 2003, s. 53-62.
- ROBERTSON, Ian, "Imitative Problem Solving: Why Transfer of Learning Often Fails to Occur", *Instructional Science*, Cilt 4, Sayı 28, 2000, s. 263-289.
- ROSS, Brian H. ve KENNEDY, Patrick T., "Generalizing From the Use of Earlier Examples in Problem Solving", *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory and Cognition*, Cilt 1, Sayı 16, 1990, s. 42-55.
- ROTH, Wolff Micheal ve MCGINN, Michelle, “Toward a New Perspective on Problem Solving”, *Canadian Journal of Special Education*, Cilt 1, Sayı 22, 1997, s. 18–32.

- RUSSELL, Paul Swamidhas Sudhakar, JOHN, Jacob Kochukaleekal ve LAKSMANAN, Jeyaseelan L., "Family Intervention for Intellectually Disabled Children", British Journal of Psychiatry, Sayı 174, 1999, s. 254-258.
- RUSTØEN, Tone, COOPER, Bruce A. ve MIASKOWSKI, Christine, "The Importance of Hope as a Mediator of Psychological Distress and Life Satisfaction in a Community Sample of Cancer Patients", Cancer Nursing, Cilt 4, Sayı 33, 2010, s. 258-267.
- RYAN, Richard M. ve DECI, Edward L., "On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being", Annual Review of Psychology, Cilt 1, Sayı 52, 2001, s. 141-166.
- RYDE-BRANT, Brita, "Anxiety and Defence Strategies of Children with Different Disabilities", Journal of Abnormal Child Psychology, Sayı 63, 1990, s. 183-192.
- SALOVITA, Timo, ITALINNA, Mauri ve LEINONEN, Elina, "Explaining the Parental Stress of Fathers and Mothers Caring for a Child with Intellectual Disability: A Double ABCX Model", Journal of Intellectual Disability Research, Cilt 4/5, Sayı 47, 2003, s. 300-312.
- SANDERS, John ve MORGAN, Sam, "Family Stress and Adjustment as Perceived by Parents of Children with Autism and Down Syndrome Implications for Intervention", Journal of Abnormal Child Psychology, Cilt 4, 1997, s. 15-32.
- SARIKAYA, Seçil, "Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Ebeveynlerin Stresle Başa Çıkma Düzeylerinin ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 2011.
- SCHALOCK, R. L., R.A., ve SHOGREN, K.A., "The Renaming of Mental Retardation: Understanding the Change to the Term Intellectual Disability." Intellectual and Developmental Disabilities, 45, 200, s. 116-124.
- SCHWARZ, Norbert ve CLORE, Gerald L., "Mood, Misattribution and Judgments of Well-Being: Informative and Directive Functions of Affective States", Journal of Personality and Social Psychology, Cilt 3, Sayı 45, 1983, s. 513-523.

- SELIGMAN, Martin E.P.,“Gerçek Mutluluk. Kalıcı Doyum Potansiyelinizi Geliştirmek İçin Yeni Olumlu Psikolojinin Kullanılması”, HYB Yayıncılık, Ankara,2007.
- SELTZER, Marsha, KRAUSS, Marty ve TSUNEMATSU, Naoyuki,“Adults with Down Syndrome and Their Aging Mothers. Diagnostic Group Differences”, American Journal of Mental Retardation, Cilt 5, 1993, s. 196-505.
- SENEMOĞLU, Nuray, “Gelişim 1 Öğrenme ve Öğretim”,Gazi Kitapevi, Ankara, 2003.
- SENEMOĞLU, Nuray,“Gelişim, Öğrenme ve Öğretim, Kuramdan Uygulamaya”, Gazi Kitabevi, Ankara, 1995.
- SERAP, Nazlı,“Aile Danışmanlığı”, 2.Baskı, Ankara,2001, s.16.
- SERİN, O. Sınıf öğretmenlerinin problem çözme becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Eğitim ve Bilim, 32(142), (2010).
- SEZGİN, A. “Genetik Problemi Olan Ailelerin Bilgi Gereksinimlerinin Belirlenmesi”, Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 1992.
- SHEWCHUK, Richard M., JOHNSON, Mallory O. ve ELLIOTT, Timothy R., "Self –Appraised Social Problem Solving Abilities, Emotional Reactions and Actual Problem Solving Performance", Behaviour Research and Therapy, Cilt 7, Sayı 38, 2000, s. 727-740.
- SMITH, Timothy, INNOCENTI, Mark, BOYCE, Glenna ve SMITH, Cindy,“Depressive Symptomatology and Interaction Behaviour of Mothers Having Child with Disabilities”, Psychological Reports, Sayı 73, 1993, s. 84-86.
- SODEN, R. ve PITHERS, R.T. Knowledge matters in vocational problem-solving: A cognitive view. Journal of Vocational Education and Training, 53 (2),205-222, (2001).
- STRACHAN, John Weir,“Fathers of Children with Educational Disabilities: The Role of Stress in Life Satisfaction”, The Florida State University, 2005.

- SUCUOĞLU, Bülbin, "Zihinsel Engelliler ve Eğitimleri", 8. Baskı, Kök Yayıncılık, Ankara, 2016.
- SYSKA-BIELAK, Anna JARZĄB, Magdalena, KROPİŃSKA, Aleksandra, HEYDA, Alicja, HANDKIEWICZ- JUNAK, Daria, HESE, Robert ve JARZĄB, Barbara, "Positiveresources: Feeling of Hope and Life Satisfaction in a Group of Patients Treated in Childhood Because of Differentiated Thyroid Gland Cancer", Współczesna Onkologia, Cilt 5, Sayı 14, 2010, s. 316 -320.
- ŞAN, İ. "Özürlü Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Sorunlarının Yıllara Göre Belirlenmesi ve Değerlendirilmesi", Özel Eğitimde Aile Sempozyumu, T.C. Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları, Ankara, 2000, s.163-169.
- ŞİMŞEK, Eylem, "Örgütsel İletişim ve Kişilik Özelliklerinin Yaşam Doyumuna Etkileri", Doktora Tezi, Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir, 2011.
- TEKİNARSLAN, İlknur Çiftçi, "Zihinsel Yetersizliği Olan Öğrenciler", Ed. İ. H. Diken, Özel Eğitime Gereksinimi Olan Öğrenciler ve Özel Eğitim, Pegem Akademi, Ankara, 2010, s. 135-164.
- TEZEL, Ayfer, ARSLAN, Sevban, TOPAL, Meryem, AYDOĞAN, Öznur, KOÇ, Çiğdem ve ŞENLİK, Melek, "Hemşirelik Öğrencilerinin Problem Çözme Becerileri ve Depresyon Düzeylerinin İncelenmesi", Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, Cilt 4, Sayı 12, 2009, s. 1-10.
- THORNTON, Stephanie, "Çocuklar Problem Çözüyor", Gendaş Yayınları, İstanbul, 1998.
- TOP, Mehmet Şerif, ÖZDEN, Salih Yaşar ve EFE SEVİM, Meltem, "Psikiyatride Yaşam Kalitesi", Düşünen Adam Dergisi, Cilt 1, Sayı 16, 2003.
- TÜMKAYA, Songül, HAMARTA, Erdal, DENİZ, M. Engin, ÇELİK, Metehan ve AYBEK, Birsal, "Duygusal Zekâ Mizah Tarzı ve Yaşam Doyumu: Üniversite Öğretim Elemanları Üzerine Bir Araştırma", Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, Cilt 3, Sayı 30, 2008, s. 1-18.

- TDK, “Türk Dil Kurumu”, Problemin Tanımı, 1979.
- UĞUZ, Şükrü, TOROS, F., İNANÇ, Banu Yazgan ve ÇOLAKKADIOĞLU, Oğuzhan, “Zihinsel ve Bedensel Engelli Çocukların Annelerinin Anksiyete, Depresyon ve Stres Düzeylerinin Belirlenmesi”, Klinik Psikiyatri Dergisi, Cilt 7, 2004, s. 42-47.
- ULUPINAR, Sevim, "Hemşirelik Eğitiminin Öğrencilerin Sorun Çözme Becerilerine Etkisi", Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı, İstanbul, 1997, s. 10-11.
- ÜN YILDIRIM, Necmettin ve YILMAZ, İlker, “Mental Retardasyon ve Fiziksel Uygunluk”, T.C. Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı, Öz – Veri Dergisi, Cilt 1, Sayı 1, 2004.
- ÜSTÜNER TOP, Fadime, “Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Ailelerin Yaşadığı Sorunların İncelenmesi”, Öz-Veri Dergisi, Cilt 2, Sayı 5, 2008, s.1279-1292.
- VARA, Şenay, "Yoğun Bakım Hemşirelerinde İş Doyumu ve Genel Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi", Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 1999.
- VARDARCI, Gülser, “Otistik Çocuklu Ailelere Uygulanacak Aile Eğitim Programının Aile İçi İletişim Becerilerine, Ailenin Problem Çözme Becerilerine ve Otistik Çocuklarıyla İlgili Algılarına Etkisi”, Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir, 2011.
- VEENHOVEN, Ruut, "The Four Qualities of Life Ordering Concepts and Measures of the Good Life", Journal of Happiness Studies, Cilt 1, 2000, s. 1-39.
- WATSON, David, PENNEBAKER, James W. ve FOLGER, Robert, "Beyond Negative Affectivity: Measuring Stress and Satisfaction in the Workplace", Journal of Organizational Behavior Management, Cilt 2, Sayı 8, 1987, s. 141-157.

- WILTON, Keri ve RENAUT, Jenny, “Stress Level in Families with Intellectually Handicapped Preschool Children”, Journal of Mentally Deficiency Research, Sayı 30, 1986, s. 163-169.
- YAMAN, S., ve DEDE, Y. “Yetişkinler İçin Problem Çözme Becerileri Ölçeği”, Journal of Educational Sciences & Practices, 7(14), 2008.
- YAVUZ, Fadim, “Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Ailelerin Karşılaştıkları Sosyal Dışlanma Sorunsalı Üzerine Bir Araştırma”, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyoloji Anabilim Dalı, 2016.
- YAVUZ, Sümeyye, “Normal Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip Ebeveynler İle Zihinsel yetersizliği olan çocuğa Sahip Ebeveynlerin Evlilik Uyumu ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin İncelenmesi”, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Uygulamalı Psikoloji Bilim Dalı, 2016.
- YETİM, Ünsal, "Kişisel Projelerin Organizasyonu ve Örüntüsü Açısından Yaşam Doyumu", Doktora Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir, 1991.
- YETİM, Ünsal, “Toplumdan Bireye Mutluluk Resimleri”, Bağlam Yayınları, İstanbul, 2001.
- YILDIZ, Serhat Armağan, “Ebeveynin Problem Çözme Becerisini Geliştirmeye Yönelik Deneysel Bir Çalışma”, Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul, 2003.
- YILMAZ, Gözde, KESER, Aşkın ve YORGUN, Sayım, "Konaklama İşletmelerinde Çalışan Sendika Üyelerinin İş ve Yaşam Doyumunu Belirlemeye Yönelik Bir Alan Araştırması", Paradoks Ekonomi, Sosyoloji ve Politika Dergisi, Cilt 1, Sayı 6, 2010, s. 87-107.
- YÜKSEL YUKAY, Müge ve EREN BOSTANCI, Serap, “Otistik Çocuğa Sahip Ailelerle Yapılan Grupla Psikolojik Danışma Çalışmasının Ailelerin Depresyon ve Problem Çözme Becerileri Üzerine Etkisi”, VI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresinde Bildiri Kitabı, 2001.

YÜKSEL, Nevzat,“Ruhsal Hastalıklar”, 5. Baskı, Çizgi Tıp Yayınevi, Ankara,2001.

YÜKSEL, Öznur,“İnsan Kaynakları Yönetimi”, Altıncı Baskı, Gazi Kitabevi, Ankara, 2007.



EKLER

EK-1

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Değerli Katılımcılar,

Bu çalışma yüksek lisans bitirme çalışması kapsamında yapılmaktadır. Anne- babaların kendilerini nasıl değerlendirdiklerini belirlemeye yönelik ölçeklerde, sorulara vereceğiniz yanıtların doğruluğu ya da yanlışlığı söz konusu değildir. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır. Cevaplarınız gizli tutulacak olup, yalnızca araştırmacı tarafından bilimsel çalışmalarda kullanılacaktır. Araştırmanın güvenilirliği açısından soruları samimiyetle cevaplamanız oldukça önemlidir. Lütfen tüm soruları işaretleyiniz. Yardımlarınız için teşekkür ederim.

Feray BAŞGÖZE

Lütfen aşağıdaki sorularda size uygun olan seçeneği (X) olarak işaretleyiniz.

Aileye ilişkin bilgiler;

1. () Anne () Baba

2. Yaşınız:

() 25 yaşından küçük, () 25-35 yaş, () 35-45 yaş, () 45-55 yaş, () 55 yaş üstü

3. Eğitim durumunuz:

() Okur-yazar değil () Okur-yazar () İlkokul () Ortaokul () Lise
() Üniversite

4. Ortalama aylık gelir düzeyiniz:

() 1404 TL ve altı () 1405 – 2900 TL () 2900 TL üstü

Çocuğa ilişkin bilgiler;

5. Çocuğunuzun Tanısı:

() Hafif Düzeyde Zihinsel Engelli () Orta Düzeyde Zihinsel Engelli
() Ağır Düzeyde Zihinsel Engelli () Çok Ağır Düzeyde Zihinsel Engelli

6. Çocuğunuzun zihinsel engeli dışında başka bir engeli var mı?

() Evet () Hayır

7. Çocuğun kaç yıldır destek eğitim alıyor?

() 3 yıl ve altı () 3- 7 yıl arası () 7 yıl üstü

EK-2

YASAM DOYUMU ÖLÇEĞİ

Aşağıda 5 cümle ve her bir cümlenin yanında da cevaplarınızı işaretlemeniz için 1’ den 5’ e kadar rakamlar verilmiştir. Her cümlede söylenenin sizin için ne kadar çok doğru olduğunu veya olmadığını belirtmek için o cümlenin yanındaki rakamlardan yalnız bir tanesini daire içine alarak işaretleyiniz. Bu şekilde 5 cümlenin her birine bir işaret koyarak cevaplarınızı veriniz. Sizce doğruya en yakın olan rakamı işaretleyiniz.

Ek: 1 Yaşam Doyumu Ölçeği

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

EK-3

YETİŞKİNLER İÇİN PROBLEM ÇÖZME ÖLÇEĞİ

Yetişkinlerin problem çözme beceri düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilen ölçek Likert tiptedir. Ölçekte yer alan maddelerin yanıt seçenekleri 5=Her Zaman, 4=Sıklıkla, 3=Bazen, 2=Nadiren ve 1=Hiçbir Zaman, şeklinde düzenlenmiştir. Ölçekteki puanlar 1 ile 5 arasında olduğundan, puanlar 5'e yaklaştıkça bireylerin önermeye katılım düzeylerinin yüksek, 1'e yaklaştıkça düşük olduğu kabul edilmiştir.

	1	2	3	4	5
1. Bir problemle karşılaştığımda ilk olarak problemin ne olduğunu anlamaya çalışırım					
2. Problemi çözmeye başlamadan önce probleme ilişkin bütün bileşenleri elde etmeye çalışırım					
3. Bir problemi çözmek için birkaç tane çözüm yolu bulursam en yararlı olanını seçerim					
4. Bulduğum çözümün farklı problemlerin çözümüne uygulanabilir olmasına dikkat ederim					
5. Bir problemi çözerken her çözümü göz önüne alırım					
6. Tesadüfen karşıma çıkan bir problemin ne olduğu ve ne olabileceği arasındaki farka dikkat ederim					
7. Karşılaştığım bir probleme uyguladığım çözüm yolu uygun olmazsa başka çözüm yolları denerim					
8. Problemlerle ilgili mümkün olan her çözümün sonuçlarını değerlendiririm					
9. Bir problemi çözmeden önce mümkün olan çözümlerin hepsine göz atmaya çalışırım					
10. Bir probleme yönelik bir çözüm belirledikten sonra çözmek için hemen harekete geçerim					
11. Bir probleme ilişkin mümkün olan çözümlerin ileriye yönelik etkilerini gözden geçirmeye çalışırım					
12. Bir çözüm yolu belirledikten sonra çözüme başlamadan önce bir süre onun hakkında düşünürüm					
13. Bir problemin farklı çözümlerini karşılaştırdığım zaman, her çözümün etkilerini dikkate alırım					
14. Bir problemi çözdüğümde, çözümümün işe yarayıp yaramadığını görmek için beklerim					
15. Bir problemi çözmek için daha önce karşılaştığım problemlerin çözümünde kullandığım çözüm yollarını tekrar uygulayım					
16. Bir problemin çözümü için en iyi yolu seçtiğime inandığımda hemen onu uygulayım					
17. Bir problemin hangi durumlarda farklı anlamlara geleceğini tahmin ederim					
18. Bir problemin en iyi çözümünü bulmak için mümkün olan her çözümü karşılaştırırım					