

# Özel Gereksinimi Olan Çocuğa Sahip Ailelerde Psikolojik Sağlamlık Üzerine SistematiK Bir Derleme\*

## A Systematic Review On Psychological Resilience In Families With A Child With Special Needs

Bahar AKOĞLU\*\*

Doi: 10.32739/usmut.2022.7.13.11

### Öz

Çalışma özel gereksinimi olan çocuğa sahip ailelerde psikolojik sağlamlık üzerine yapılmış araştırmaların sistematiK bir derlemesini yapmak amacıyla gerçekleştirilmiştir. Çalışmada; özel gereksinimi olan çocukların ailelerinde psikolojik sağlamlık konusunda gerçekleştirilmiş yayınların literatüre kazandırdıkları perspektifler, ulusal ve uluslararası yayınlarda birbirini tamamlayan ve birbiriyle çelişen sonuçlar, ilgili konuya yönelik yaklaşık son 10 yıldır bilimsel araştırmalarda neler yapıldığı özetlenmiştir. Çalışma kapsamında 2013-2021 yılları arasında yapılmış 42 araştırmadan gerekli elemeler yapılarak, psikolojik sağlamlık düzeyini konu alan 10 çalışma değerlendirilmiştir. Bu amaç doğrultusunda ScienceDirect, Dergipark, Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı Tez Merkezi gibi elektronik platformlarda yayınlanmış olan bilimsel araştırmaların başlıklarında ve anahtar kelimelerinde özel gereksinimli çocuk, otizm, zihinsel yetersizlik, psikolojik sağlamlık kelimeleri Türkçe ve İngilizce olarak taratılmıştır. Verilerin bir araya getirilmesinde bir araştırma özet formu hazırlanmıştır. Yayınlanmış araştırmaların karşılaştırılması sonucunda, yüksek eğitim düzeyi olan ve yüksek gelir düzeyine sahip ailelerde psikolojik sağlamlık düzeyinin yüksek bulunduğu görülmüştür. Araştırmaların önemli bir kısmında özel gereksinimli çocuğu olan ailelerin psikolojik sağlamlık düzeyinin orta düzeyde olduğu gözlenirken; normal gelişim gösteren çocukların ailelerinin psikolojik sağlamlık düzeyi ile karşılaştırıldığında psikolojik sağlamlık düzeylerinin daha düşük olduğu bilgilerine ulaşılmıştır. Çocukta meydana gelen duygusal ve davranışsal problemler ile ebeveynlerin psikolojik sağlamlık düzeyi arasında ilişki görülmektedir. Araştırmalar sonucunda sosyal kaynakların ailelerin psikolojik sağlamlık düzeyi üzerinde koruyucu bir unsur olduğu kanısına varılmıştır. Ebeveynlerin psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek olduğunda aile tatmini ve pozitif algıların da yükseldiği sonucuna varılmıştır. Psikolojik sağlamlık bir tampon görevindedir. Alanyazındaki bilgiler ışığında özel gereksinimi olan çocuğa sahip aileler için çocuktaki semptomları etkili şekilde nasıl yöneteceklerini öğreten müdahalelerin fayda sağlayabileceği, bilhassa otizm spektrum bozukluğu tanısı olan çocuklarda oluşan davranışsal problemler için tasarlanmış eğitimlerin ve danışmanlık hizmetlerinin ebeveynlerin psikolojik sağlamlık düzeylerini arttırabileceği öngörülmektedir.

### Anahtar Kelimeler:

Özel Gereksinim, Psikolojik Sağlamlık, Otizm

### Abstract

This study was carried out to make a systematic review of research on psychological resilience in families with children with special needs. In the study, the perspectives brought to the literature by publications on resilience in families of children with special needs, complementary and conflicting results in domestic and international research, and what has been done in scientific research on the relevant subject for the last 10 years are summarized. In the study, the necessary eliminations from 42 studies published in 2013-2021 were made. Out of 42, 10 studies on psychological resilience that are domestic and international, reviewed and analyzed. Such Science Direct, Dergipark, Board of Higher Education Thesis has been scanned in Turkish and English in the titles and keys of researchers whose studies could be found online. The keywords were: children with special applications, autism, mental disability, and resilience. A research summary sheet was prepared while collecting the data. After detailed comparison and analysis of published studies, level of psychological resilience among families with a high education level and a high-income level are strong. The level of psychological resilience of families in most of the studies is moderate. However, the level of psychological

\* Bu makale 4.Uluslararası Pozitif Psikoloji Kongresi'nde sunulmuş ve özet bildiri olarak yayınlanmıştır.

\*\* Nişantaşı Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Psikoloji Bölümü Dr. Öğr. Üyesi, bahar.akoglu@nisantasi.edu.tr, ORCID ID: 0000-0002-1457-2531.

resilience of the families of children with normal development was found to be lower. It has been observed that there is a relationship between emotional and behavioral problems in children and the level of psychological resilience of families. As a result of the research, it has been found that social resources are a protective factor on the level of psychological resilience of families. It was concluded that family satisfaction and positive perceptions were also high in mothers and fathers with high levels of psychological resilience. Psychological resilience acts as a buffer. In the light of the analysis of the studies on selected papers published, it is concluded that interventions that teach the families of children with special needs how to effectively manage the symptoms in the child can be beneficial, and education programs and counseling services designed especially for behavioral problems in children with autism spectrum disorder can increase the psychological resilience levels of families.

**Keywords:**

Special Needs, Psychological Resilience, Autism

## GİRİŞ

### Psikolojik Sağlamlık

Psikolojik sağlamlık kişilerin yaşamlarında önemli değişikliklere yol açan, uyum düzeylerini tehdit eden, zorlayıcı ve sıkıntılı durumlar karşısında sağlıklı baş etme becerisi göstererek yaşama yeniden uyumlanabilmelerini ifade etmektedir (Fletcher ve Sarkar, 2013). Psikolojik sağlamlık kavramını Amerikan Psikiyatri Birliği, olumsuz yaşam olaylarından sonra; travma, önemli sağlık sorunları, ekonomik problemler gibi, kendini uyarılma, toplama becerisi, yeni yaşam olayları karşısında değişim gösterebilme ve büyük sorunlar karşısında uyumlu baş etme yeteneği şeklinde tanımlamıştır (APA, 2019).

Psikolojik sağlamlık; bireylerin stres düzeylerinin hafifletilmesi, yaşam memnuniyetlerinin artırılması ile meta-bilişsel ve duygusal süreçlerinin kullanılmasını kapsamaktadır (Foster vd., 2018). Yirminci yüzyılın sonuna doğru gelişen pozitif psikoloji ile psikolojik sağlamlık kavramı da doğmuş ve geçtiğimiz 40 yıl içinde araştırmalarda ele alınan önemli bir konu olmuştur (Eroğlu vd., 2015; Fletcher ve Sarkar, 2013).

### Özel Gereksinimi Olan Çocukların Ailelerinde Psikolojik Sağlamlık

Aile üyelerindeki kronik hastalıklar kronik bir stres kaynağı olarak görülmektedir. Dolayısıyla özel gereksinim ihtiyacı olan bir çocuğa sahip anne-babalar başa çıkmaları gereken önemli bir stres faktörüne sahiptir (Macias vd., 2003). Annelerin çocuğunun farklı gelişim gösterdiğini öğrenmeleriyle beraber ilk başta şok ve inkâr tepkileri verdikleri belirtilmektedir. Aileler yas sürecinin evrelerini tek tek deneyimlemekte, suçluluk, hayal kırıklığı gibi duygularla baş etmek zorunda kalmaktadır. Süreç içinde ise ebeveynlerin zamanla kabullenme ve yapılandırma evresine geçtikleri ifade edilmektedir (Doğan, 2010). Ailelerin bireysel zamanlarının azlığı, yaşadıkları uyku sorunları, öz bakımlarını bile giderecek enerjiyi kimi zaman kendilerinde bulamamaları dikkat çeken unsurlar olarak yer almaktadır. Anneler çocuktaki sorunlarla uzun zaman baş etmekte kimi zaman yetersiz kalabilmekte ve bundan ötürü bir noktadan sonra onların psikolojik sağlamlıkları da azalabilmektedir.

Farklı gelişen bir çocuğa sahip anne ve babalar, diğer ebeveynlere kıyasla birçok ruhsal sorun yaşayabilmektedir. Çocuğun gelişim sürecindeki farklı seyir ebeveynlerin kendi dinamiklerinde ve başkalarıyla etkileşimlerinde sorunlara yol açabilmektedir (Eracar, 1999). Bir diğer önemli nokta ölüm kaygısıdır. Türkiye’de gerçekleştirilen bir çalışmanın sonucunda mental retarde çocukları olan ebeveynlerin ölüm kaygısı ölçeğinin korku, isyan ve inkâr alt boyutlarının, gelişim süreci normal olan çocuğa sahip ebeveynlerinkine kıyasla anlamlı

düzeyde yüksek olduğu bildirilmiştir (Demir vd., 2021). Aileler birçok açıdan güçlü mücadeleler vermek durumunda kaldıkları için iyilik halleri ve psikolojik sağlık düzeyleri azalabilmektedir. Alanyazında nörogelişimsel bozukluğu olan çocuğa sahip ailelerde ebeveynlik stres düzeylerinin de yüksek olduğuna ve depresif belirtilerinin de bulunduğu vurgu yapılmaktadır (Oelofsen vd., 2006). Çalışmalarda ailelerin stres düzeyinde en önemli yordayıcı olarak, çocuğun düşük sosyal yetenekleri gösterilmekte, ayrıca çocuktaki davranışsal sorunlara dikkat çekilmektedir (Davis ve Carter, 2008). Bir diğer önemli konu, bakım yüküdür. Uzun dönemli bakım verme ailelerde kaygı ve depresyon gibi durumların gelişmesi üzerinde etkili bir unsur olarak görülmektedir (Karaaslan ve Çelebioğlu, 2018). Öte yandan yurtdışı araştırmaları incelendiğinde; birçok annenin güçlük yaşamasına rağmen pozitif bakış açılarını koruyabildiğine yönelik sonuçlar da elde edildiği görülmektedir (Hasting vd., 2002; Scorgie vd., 2004).

Ebeveynlerin destekleyici eğitimler alması, profesyonel destek alması, sosyal ağlarını koruması ve geliştirmesi önem arz etmektedir. Ailelere çocuklarındaki yetersizliğin ne olduğu konusunda, rahatsızlığın düzeyi ve olası sonuçları hakkında bilgi sağlamak, eğitim olanaklarını anlatmak durumun kavranması ve uyum sürecinin sağlanması açısından önemli görülmektedir (Calderon ve Naidu, 2002). Eğitim sürecinde, önemli iki nokta bulunmaktadır, bunlardan birincisi çocuğun becerilerini artırıcı çalışmalar sağlamak, ikincisi ise ailelere yapılan çalışmaları öğretmek evlerinde devamlılığını sağlayabilecek bilgiyi kazandırmaktır (Turan, 2012). Ailelerin bireysel farklılıklar konusunda bilgi ve beceri kazanması önemlidir (Cole ve Flexer, 2007). Sağlık profesyonelleri özel gereksinime ihtiyaç duyan çocukların anne ve babalarına psikolojik ve eğitici destek sağlamanın önemini vurgulamaktadırlar.

## YÖNTEM

Bu çalışma özel gereksinimi olan çocukların ailelerinde psikolojik sağlık düzeyine yönelik araştırmaların sistematik derlemesini yaparak, alanyazındaki çalışmalara ilişkin genel bir çerçeve sunmak amacıyla gerçekleştirilmiştir.

Çalışmaya dâhil edilen araştırmalarda bakılan kriterler şu şekildedir:

1. En az iki gruplu, tek gruplu çalışmalar,
2. Özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerin yer alması,
3. Katılımcıları tek kişilik olan olgular dâhil edilmemiştir.

Araştırma için makale özelliklerini belirlemeye yönelik 5 maddelik bir özet çalışma formu hazırlanmıştır. Bu formda; araştırmacı, örneklem, gruplar, değişkenler ve çocukların sahip olduğu tanılar yer almaktadır.

Araştırmalar grup büyüklüğü noktasında benzerdir. Örneklem büyüklüğü bakımından, deneysel çalışma dışarıda bırakılırsa, 97 kişi ile 312 kişi arasında değişmektedir. Öte yandan yurtdışı çalışmalarda örneklem birçok ülkeden anne ve baba ile gerçekleştirilmiş ve birçok araştırma psikolojik sağlık için model sunmuştur. Bu bağlamda uluslararası çalışmaların daha kapsayıcı ve psikolojik sağlık düzeyini geliştirici şekilde tasarlandığı görülmüştür.

**BULGULAR***Tablo-1.Çalışmaların özellikleri*

Araştırmacı	Örneklem	Gruplar	Değişkenler	Çocuktaki Tanı
Bitsiko vd.(2013)	108 kişi 73 anne, 35 baba	Tek grup	Psikolojik Sağlamlık, Stres, Depresyon	Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB)
Eroğlu vd. (2015)	172 kişi 86 anne 86 anne	İki gruplu	Psikolojik Sağlamlık, İyilik hali, Mutluluk	Özel gereksinimli, Normal gelişim
Tura (2017)	150 kişi 75 anne 75 anne	İki gruplu	Psikolojik Sağlamlık, Anksiyete, Depresyon	Engelli, Normal gelişim
Ülgüt (2018)	80 anne baba 52 normal 28 OSB	İki gruplu	Psikolojik Sağlamlık, Benlik algısı, Evlilik uyumu	OSB
Halstead vd. (2018)	312 anne	İki gruplu	Psikolojik Sağlamlık, Psikolojik iyi oluş	OSB, Gelişimsel bozukluk
Kara (2019)	120 anne baba	Tek gruplu	Psikolojik Sağlamlık, Baba katılım ölçeği	Zihinsel
Engin (2019)	206 anne	Tek gruplu	Psikolojik Sağlamlık, Bilinç farkındalığı, Psikolojik iyi oluş	Özel gereksinim
Çiçek (2020)	60 kişi	Üç gruplu	Psikolojik Sağlamlık, Depresyon, Anksiyete, Stres, Bakım verme yükü	OSB, Down, Zihinsel
Cerezuela vd. (2020)	97 anne	Üç gruplu	Psikolojik Sağlamlık, Stres	OSB, Down, Normal gelişim
Uçar (2021)	207 anne, 101 ve 106	İki gruplu	Psikolojik dayanıklılık, Ebeveyn yeterlik	Serebral palsi Normal gelişim

## TARTIŞMA

Bu çalışmada, özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerde psikolojik sağlık üzerine yapılmış çalışmaların sistematik bir derlemesi yapılmıştır. Böylece ailelerde psikolojik sağlık düzeyi ve psikolojik sağlıkla ilişkili görülen değişkenlere dair bilgilerin sunulması amaçlanmıştır. Alanyazında yapılan çalışmaların çoğu ilişkisel yöntemle incelenen araştırmalar olduğu için, çalışmada incelenen araştırmalardan biri deneysel yöntem iken; diğerleri ilişkisel yöntemi içeren araştırmalar olmuştur. İncelenen araştırmalarda yer alan ebeveynlerin en az bir çocuğu özel gereksinimi tanımlayan bir tanı almıştır.

Bitsiko ve arkadaşları (2013) otizmlili çocuğa sahip 108 ebeveynin yer aldığı bir araştırma gerçekleştirmiştir. Çalışmada 73 anne ve 35 baba yer almıştır. Araştırmada stres ve depresyona karşı psikolojik sağlamlığın koruyucu rolüne değinilmiştir. İlgili çalışmada araştırmacılar psikolojik sağlamlık azaldıkça depresyon ve anksiyete düzeyinin artış gösterdiğini bildirmişlerdir.

Eroğlu ve arkadaşlarının 2015 yılındaki araştırmalarında iki grup yer almıştır. Elde edilen bulgular sonucunda özel gereksinimli çocuğa sahip annelerin psikolojik sağlamlık puanlarının diğer gruptaki annelerin puanlarına kıyasla daha düşük olduğu bildirilmiştir. Araştırmacılar gruplar arası sonuçlarda annelerin iyilik hali ve mutluluk düzeyleri arasındaki farklılıkların yüksek olduğunu, psikolojik sağlamlık düzeylerinde ise farklılıkların düşük düzeyde olduğunu belirtmişlerdir. Elde edilen sonucun, özel gereksinimli çocuğa sahip annelerin yaşadıkları sorunların zorluklarla başa çıkabilme becerilerini güçlendirmesini sağlamasından ötürü olabileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda özel bir çocuğun sorumluluğunu taşımak annelerin yaşamında bir güdülenme kaynağı gibi görülmektedir.

Tura (2017) araştırmasını engelli çocuğa sahip olan ve olmayan 150 anne ile gerçekleştirmiştir. Araştırma sonuçlarına göre; engelli çocuğu olan annelerin anksiyete ve depresyon düzeylerinin yüksek, psikolojik sağlamlık puanlarının ise düşük düzeyde olduğu bildirilmiştir.

Ülgüt (2018) OSB'li çocuğu olan 28 kişi ve normal gelişimli çocuğa sahip 52 kişiyi içeren toplam 80 anne ve babanın yer aldığı araştırmasında, psikolojik sağlamlık, evlilik uyumu ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Normal gelişimli çocuğa sahip ebeveynlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri otizmlili çocuğa sahip ebeveynlerinkinden daha yüksek bulunmuştur. Gruplar arası evlilik uyumu puanlarında ise anlamlı bir farklılık bildirilmemiştir. Tüm gruplarda benlik algısı olumlu yönde arttıkça psikolojik sağlamlık düzeyinin de arttığı belirtilmiştir.

Halstead ve arkadaşları 2018 yılındaki araştırmalarını çocuğunda otizm spektrum bozukluğu olan ve diğer gelişimsel bozukluklarına sahip olan 312 anne ile gerçekleştirmişlerdir ve bu çalışmada annenin iyi oluşu ile çocuğun davranışsal problemleri arasında psikolojik sağlamlığın koruyucu role sahip olduğu bildirilmiştir. Araştırmacılar psikolojik sağlamlık düzeyi arttıkça, stres, anksiyete ve depresyon düzeylerinin azaldığını, aile tatmini, bağlılık ve pozitif algıların ise arttığını saptamışlardır.

Kara (2019) araştırmasında zihinsel yetersizliği olan 120 çocuğun anne ve babasında psikolojik sağlamlık düzeyleri ile baba katılım düzeyini incelemiştir. Çalışmasında gelir düzeyi düştükçe annelerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin de azaldığını belirtmiştir. Aynı

zamanda eğitim düzeyi yükseldikçe babaların katılımının da arttığı bildirilmiştir.

Engin (2019) araştırmasında özel gereksinimli çocuğa sahip 206 anne ile çalışmıştır. Psikolojik sağlamlık düzeyi ve bilinç farkındalık düzeyi arttıkça, psikolojik iyi oluş düzeyinde artış olduğunu bildirmiştir.

Çiçek (2020) zihinsel yetersizlik, otizm ve Down sendromu gibi farklı tanılara sahip çocuğu olan 60 ebeveynde kabul ve kararlılık terapisini içeren müdahalelerin psikolojik sağlamlık düzeylerine etkisini incelediği deneysel bir araştırma gerçekleştirmiştir. Özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin araştırma müdahalesi ile psikolojik sağlamlıklarının arttığı belirtilmiştir. Aynı zamanda çalışmada; psikolojik katılık, depresyon ve anksiyete düzeylerinin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. İlgili araştırmada ebeveynlerde başlangıçta orta düzeyde psikolojik sağlamlık düzeyi saptanmışken, müdahale sonrası psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek bulunmuştur. Elde edilen sonuçlar alanyazındaki araştırmalar ile benzerlik göstermektedir (Fung vd., 2018; Gould vd., 2018).

Cerezuela ve arkadaşları (2020) OSB'li, Down sendromlu ve normal gelişime sahip çocuğu olan 97 kişinin yer aldığı çalışmada psikolojik sağlamlık ile aile stres düzeyini ele almışlardır. Çalışmada OSB' li çocuğa sahip ebeveynlerde aile stres düzeyinin diğer gruplara kıyasla daha yüksek olduğu bildirilmiştir. Bu bulgu Engin (2019)'in araştırması ile benzerdir. Otizm ve Down sendromu olan çocuğa sahip ailelerde stres düzeyi normal gelişimi olan çocuğa sahip ailelerde daha yüksek bulunmuşken, psikolojik sağlamlık düzeyi ise daha düşük bulunmuştur.

Uçar (2021) araştırmasında serebral palsi tanısı olan çocukların anneleri ile normal gelişim gösteren çocukların annelerinde ebeveyn yeterlik düzeyi arasında anlamlı düzeyde farklılık olmadığını; ancak psikolojik dayanıklılık düzeyi açısından serebral palsi tanısı olan çocukların annelerinde sonuçların daha düşük olduğunu bildirmiştir.

Yapılan sistematik derleme sonucunda, ailelerde psikolojik sağlamlık düzeyi; ekonomik nedenler, sahip alınan çocuk sayısı, çocuğun bakımını sağlama ve sürdürmede destek ihtiyacı, çocukta görülen davranışsal ve duygusal sorunlara bağlı olarak değişmektedir. Finansal zorluğun babaları daha çok ilgilendiren bir konu olduğu ve babalar için bir stres kaynağı oluşturduğu alanyazında bildirilmektedir (Kara, 2019). Annelerde psikolojik sağlamlık düzeyini etkileyen faktörlerin temelinde, besleyici, duygu odaklı bir temanın var olabileceği öngörülmektedir. Babaların ise, ailedeki rolüne dayalı olarak psikolojik sağlamlık düzeyinin düşük olabileceği düşünülmektedir. Bu bulgu yurtdışı çalışmalarda da benzer sonuçları göstermiş ve bu çalışmalarda kültürel unsurların etkisine dikkat çekilmiştir, özellikle Asya toplumlarında yapılan çalışmalarda finansal güçlük babalarda bir stres kaynağı olarak görülmektedir (Pisula, 2011). Gelir düzeyine yönelik bulgularda Engin (2019) yüksek gelir düzeyine sahip ailelerde psikolojik sağlamlık düzeyinin de yüksek olduğunu ortaya koymuşken, Uçar (2021) gelir düzeyine bağlı psikolojik sağlamlık düzeyinde anlamlı bir farklılık olmadığını bildirmiştir.

İncelenen araştırmalarda eğitimin önemine vurgu yapılmıştır ve ebeveynler de eğitim düzeyi yüksek olduğunda psikolojik sağlamlığında geliştiği ön görülmektedir. Alanyazında Bildiri (2014) yüksek eğitim düzeyine sahip ailelerde psikolojik sağlamlık düzeyinin yüksek olduğunu bildirmiştir. Eğitim düzeyi yüksek ailelerde, anne ve babaların çocuklarıyla

iletisimleri daha etkili biçimde ilerleyebilmektedir ve onların çocuklarının duygularını ifade etmelerine olanak sunmaları da önemli görülmektedir (Kale vd., 2013).

Elde edilen bir diğer sonuç, çalışan annelerde psikolojik sağlık düzeyinin çalışmayan annelere göre daha yüksek bulunmasıdır (Çiçek, 2020; Uçar, 2021). Annelerin gelir düzeyinin artmasının, onların iç kaynaklarını ve dış kaynaklarını güçlendirebileceği düşünülmektedir. Araştırmalarda dikkat çekilen önemli bir unsur da ailelerdeki sahip olunan çocuk sayısıdır, çocuk sayısı arttıkça ailelerde psikolojik sağlık düzeyi azalabilmektedir (Temel, 2015).

Çocukta görülen duygusal ve davranışsal sorunlar annenin iyi oluş düzeyi ile ilişkili olabilmektedir. OSB düzeyi arttıkça çocuklarda önemli davranışsal problemler görülebilmektedir ve bu durum anne de iyi oluş halini azaltabilmektedir, çocukta yüksek seviyede davranışsal problemler olduğunda annenin de psikolojik sağlık düzeyi düşebilmektedir (Kara, 2019). İncelenen yurtdışı çalışmalarda annelerin günlük stres düzeyleri yüksek bulunmuştur (Cerezuela vd., 2020; Bitsiko vd., 2013). Söz konusu puanlar annelerin özel gereksinimi olan çocukla daha fazla zaman geçirmeleri ile açıklanabilir. Çocuktaki davranışsal sorunlar; kendine veya çevresine zarar verici davranışlar, annenin stresi düzeyini etkileyen unsurlar arasındadır (Richman vd., 2009). Ailelerin yaşamında günlük yaşamlarındaki yüksek düzeyde stres deneyimlerinden anksiyete ve depresyona doğru bir ilerleyiş görülmektedir ve bu açıdan psikolojik sağlık bir tampon görevindedir.

Çocukların gelişim dönemleri ebeveynlerin psikolojik sağlık düzeyleri üzerinde etkide bulunabilecek bir faktördür. Okul öncesi çocuğa sahip ailelerde psikolojik sağlık düzeyi düşük çıkmıştır (Engin, 2019; Temel, 2015). Çocuğun yaşı ne kadar küçükse ailelerin koruyuculuklarının o kadar arttığı, bu durumun da stres ve psikolojik sağlık düzeyini etkilediği düşünülmektedir.

Zaman içinde çocuğun yaşı ile zekâ yaşı arasındaki farkın artmasının çocuktaki özel durumun başkaları tarafından daha fark edilebilir olmasına yol açması, ailelerin çocuğun yaşı ilerledikçe toplumsal alandan kendilerini çekmeleri ve sosyal kaynaklarının azalması ile psikolojik sağlıklarının azalabileceği düşünülmektedir. Toplum biyolojik yaşın artışı ile davranışlarda da gelişim görme ve her birey için kurallara uygun bir davranış beklentisi içindedir, bunu gelişimsel bozukluklarda kısıtlı şekilde görmek sosyal düzlemde sıkıntılara neden olabilmektedir, bu sorunlardan en çok vurgulananı yabancılaşmadır. Hollahan (2003) çocuğun yaşı ile zekâ yaşı arasındaki farka dikkat çekerek, fark arttıkça etiketlenme olasılığının da o kadar artacağını belirtmiştir. Öte yandan çocuğun yaşı küçük olduğunda akranları ile arasındaki farklılık çok belirgin değildir, yaş ilerledikçe aradaki fark artacak, çocuk akranlarını yakalayamadığında bu durumdan ailelerin umut düzeyi de etkilenecektir.

## SONUÇ

Gelişim dönemleri açısından ailelerle gerçekleştirilecek eğitsel çalışmalar yaşa bağlı sorunların üstesinden gelebilmeleri için fayda sağlayacaktır; çünkü özel gereksinimli bir çocuğun yaşamın ilk yıllarında ve buluş çağında göstereceği sorunlar değişmekte, ailelerin başa çıkmak durumunda kalacağı sorunların nitelikleri farklılaşmaktadır, bu durum aslında normal gelişim gösteren çocukların ailelerinin de deneyimlediği bir durumdur, bazı sorun-

lar yaş ilerledikçe azalırken bazı sorunlar ise artmaktadır.

Çocuğun semptomlarının şiddeti yüksek olduğunda tablo daha sarsıcıdır, eş tanılarının varlığı da durumu zorlaştırmaktadır. Özel gereksinimli çocuklarda mevcut tanıyı ve buna eşlik eden problemleri belirlemek gereklidir. Destekleyici bir aile ve dış çevrenin kombinasyonu psikolojik sağlık için önemli bir unsur olarak görülmektedir. Ailelerin psikolojik sağlık düzeyini artırmak için ebeveyn depresyonunu azaltacak, aile uyumunu ve iletişim becerilerini artıracak pozitif müdahale girişimleri önerilmektedir.

Son olarak Türkiye'deki özel çocuğa sahip ailelerde çocuğun tanısına ilişkin bilgi düzeylerinin ve erken eğitim çalışmalarının sayı ve nitelikçe artırılmasının ebeveynlere faydalı sonuçlar doğuracağı düşünülmektedir. Özel gereksinimli çocuk sahibi ailelerin; ihtiyaçlarına uygun olarak çocuğa eğitim verilmesinin çocuğun uyum becerilerine yapacağı katkı bilmesi, aile eğitimi ile ebeveynlerin çocuklarına beceri ve kavram kazandırma yollarını öğrenebilmesi, ailelerin güven kazanmalarına ve psikolojik sağlık düzeylerinin artmasına katkı sağlayabilir.

#### KAYNAKÇA

- Bitsiko, V., Sharpley, C. F., & Bell, R. (2013). The buffering effect of resilience upon stress, anxiety and depression in parents of a child with an autism spectrum disorder. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 25(5), 533-543.
- Bildirici, F. (2014). Özel eğitime gereksinimi olan çocuğa sahip ailelerde aile yükü ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişki [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Haliç Üniversitesi.
- Calderon, R. & Naidu, (2002) S. Further support for the benefits of early identification and intervention for children with hearing loss. *Volta Review*. 100 :53 -84.
- Cerezuela P., G., Fernandez-Andres M. ve Perez Molina D. (2020). Parental stress and resilience in autism spectrum disorder and Down syndrome. *Journal of Family Issues*. <https://doi.org/10.1177/0192513X20910192>.
- Cole, E. B. & Flexer, C (2007). Children with hearing loss: Developing listening and talking, birth to six. (pp. 3-9) San Diego, Oxford, Brisbane: Plural Publishing.
- Çiçek- Gümüş, E. (2020). Özel gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerle uygulanan kabul ve kararlılık terapisi temelli girişimlerin psikolojik sağlık, depresyon, anksiyete, stres düzeylerine ve bakım yüküne etkisi [Doktora tezi]. Akdeniz Üniversitesi.
- Davis, N. O., & Carter, A. S. (2008). Parenting stress in mothers and fathers of toddlers with autism spectrum disorders: Associations with child characteristics. *Journal of autism and developmental disorders*, 38(7), 1278-1291.
- Demir, Z. G., Güler, K., Aktan, E. A., & Sevimli, D. (2021). Comparison and examination of the death anxiety of parents with and without having mental retarded children. *The Journal of Neurobehavioral Sciences*, 8(1), 28.
- Doğan, S. (2010). *Zihin engelli çocuğu olan ailelerin eğitim ihtiyaçlarının belirlenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Eracar, N. (1999). *Biraz yer açar mısınız? Normaller için kitapçılık*. Beyaz Yayınları.
- Eroğlu, Y., Özcan Arıcı N., Peker A. (2015). Özel gereksinimli çocuğa sahip anneler ile tipik gelişim gösteren çocuğa sahip annelerin psikolojik sağlık, iyilik hali ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi. *Sakarya University Journal of Education*, 142-150. <http://dx.doi.org/10.19126/suje.31090>.
- Engin, C. (2019). Özel eğitim gereksinimi olan çocukların annelerinde psikolojik iyi oluş, psikolojik

- sağlamlık ve bilinçli farkındalık ile ilişkisi [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Haliç Üniversitesi.
- Fung, K., Lake J, Steel L, Bryce K, Lunskey Y. (2018). ACT processes in group intervention for mothers of children with autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*. 48(8): 2740-2747. doi:10.1007/s10803-018-3525-x.
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience. *European psychologist*.
- Foster, K., Roche, M., Delgado, C., Cuzzillo, C., Giandinoto, J. A., & Furness, T. (2019). Resilience and mental health nursing: An integrative review of international literature. *International journal of mental health nursing*, 28(1), 71-85.
- Gould, E. R., Tarbox, J., & Coyne, L. (2018). Evaluating the effects of acceptance and commitment training on the overt behavior of parents of children with autism. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 7, 81-88.
- Halstead, E., Ekas, N., Hastings, R. P., & Griffith, G. M. (2018). Associations between resilience and the well-being of mothers of children with autism spectrum disorder and other developmental disabilities. *Journal of autism and developmental disorders*, 48(4), 1108-1121.
- Hastings, R. P., Allen, R., McDermott, K., & Still, D. (2002). Factors related to positive perceptions in mothers of children with intellectual disabilities. *Journal of applied research in intellectual disabilities*, 15(3), 269-275.
- Hollahan, N.C. (2003). *Parental coping and family functioning in families with children with mental retardation and chronic illness*.(Doktora tezi) USA: Georgia State University, College of Arts and Sciences.
- Kale, Ü., Çağdaş, A., & Tepeli, K. (2013). Anne-baba eğitim düzeyinin ilköğretim 1. sınıf öğrencilerinin duyguları ifade etme becerilerine etkisinin incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 254-262.
- Kara A. (2019). *Zihinsel özel gereksinimi olan çocuk annelerinde psikolojik sağlamlık ve baba katılımı ilişkisi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Sivas Cumhuriyet Üniversitesi.
- Karaaslan, M. ve Çelebioğlu, A. (2018). Lise öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının belirlenmesi. *Journal of Human Sciences*, 15(2), 1355-1361.
- Kronenberger, W. G., & Thompson Jr, R. J. (1992). Psychological adaptation of mothers of children with spina bifida: Association with dimensions of social relationships. *Journal of Pediatric Psychology*, 17(1), 1-14.
- Macias, M. M., Saylor, C. F., Rowe, B. P., & Bell, N. L. (2003). Age-related parenting stress differences in mothers of children with spina bifida. *Psychological reports*, 93(3\_suppl), 1223-1232.
- Norman, Elaine (2000). *Resiliency enhancement: Putting the strengths perspective into socialwork*, New York: Columbia University Press.
- Oelofsen, N., & Richardson, P. (2006). Sense of coherence and parenting stress in mothers and fathers of preschool children with developmental disability. *Journal of Intellectual and Developmental Disability*, 31(1), 1-12.
- Pisula, E. (2011). Parenting stress in mothers and fathers of children with autism spectrum disorders, in *a Comprehensive Book on Autism Spectrum Disorders*, ed M. R. Mohammadi (Rijeka: InTech), 87-106.
- Richman, D. M., Belmont, J. M., Kim, M., Slavin, C. B., & Hayner, A. K. (2009). Parenting stress in families of children with Cornelia de Lange syndrome and Down syndrome. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 21(6), 537-553.
- Scorgie, K., Wilgosh, L., & Sobsey, D. (2004). The Experience of Transformation in Parents of Children with Disabilities: Theoretical Considerations. *Developmental Disabilities Bulletin*, 32(1),

84-110.

- Temel, M. (2015). *Engelli çocuğa sahip aileler ile engelsiz çocuğa sahip ailelerin tükenmişlik ve psikolojik dayanıklılıklarının incelenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Beykent Üniversitesi.
- Tura, G. (2017). Engelli çocuğu olan ve çocuğu engelli olmayan annelerin anksiyete, depresyon ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (9),18,30-36.
- Turan, Z. (2012). Early intervention with children who have a hearing loss: Role of the professional and parent participation. In S. Naz (Ed.), *Hearing loss* (pp. 117- 133) Croatia: InTech
- Uçar, M. (2021). *Serebral palsi tanısı almış çocuğa sahip olan annelerin ve tipik gelişim gösteren çocuğa sahip annelerin psikolojik dayanıklılık ve ebeveyn yeterlilik düzeylerinin karşılaştırılması* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Ülgüt, Ö. (2019). *Otizmlili ve normal çocukların ana babalarında benlik algısı evlilik uyumu ve psikolojik sağlamlık ilişkisi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Nişantaşı Üniversitesi.
-