



ÖZGÜN ARAŞTIRMA / ORIGINAL ARTICLE



Copyright@Author(s) - Available online at dergipark.org.tr/en/pub/igusbd.
Content of this journal is Licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 (CC BY-NC-ND) International License.

Otizimli Çocuğu Olan Anne-Babaların Evlilik Uyumu ve Duygu Düzenleme Güçlükleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Examining the Relationship Between the Marriage Adjustment and Emotion Regulation Difficulties of Parents with Autism

Nurhan NAZ

Bu çalışma, Prof. Dr. Yasemin YULAF danışmanlığında Dr. Öğr. Üyesi Nurhan NAZ tarafından hazırlanan İstanbul Gelisim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı kapsamında 2019 yılında kabul edilen “Otizmli Çocuğu Olan Anne-Babaların Evlilik Uyumu ve Duygu Düzenleme Güçlükleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı tezden türetilmiştir.

Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Gelisim Üniversitesi, İktisadi İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye.

✉ nnaz@gelisim.edu.tr

Geliş/Received: 03.03.2025

Kabul/Accepted: 06.09.2025

Öz

Amaç: Otizm spektrum bozukluğu tanılı çocukların sayısındaki artış, bu ailelerin karşılaştığı psikososyal zorlukları daha yakından incelemeyi gerekli kılmaktadır. OSB tanılı çocukların yoğun bakım ihtiyacı, ebeveynlerin hem bireysel ruh sağlığını hem de evlilik ilişkilerini etkileyebilmektedir. Bu bağlamda, ebeveynlerin duygu düzenleme becerilerinin evlilik uyumu üzerindeki etkisini inceleyen çalışmalar, literatürde sınırlıdır. Mevcut çalışma bu boşluğu doldurmayı ve hem bilimsel hem de uygulamalı müdahale çalışmalarına katkı sunmayı amaçlamaktadır. Bu çalışma, ebeveynlerin bireysel düzeydeki duygu düzenleme becerileri ile evlilik ilişkilerindeki uyum düzeylerini inceleyerek hem psikopatolojik hem de ilişkisel bir bağlamda yeni veriler sunmayı amaçlamaktadır. Literatürde sınırlı sayıda çalışma bu iki değişkeni birlikte incelemiştir. Bu araştırma, klinik psikoloji alanında müdahale çalışmalarına temel oluşturabilecek bulgular sunması açısından önem taşımaktadır.

Yöntem: Araştırma, İstanbul’da ikamet eden ve rastgele seçilen ebeveynlerle yürütülmüştür. Örneklem grubunu, OSB tanılı 40 çocuğun ebeveynleri ve OSB tanısı bulunmayan 40 çocuğun ebeveynleri oluşturmuştur. Katılımcılara Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve Evlilik Uyumu Ölçeği uygulanmıştır. Nicel veriler karşılaştırmalı ve korelasyon analizleriyle değerlendirilmiştir.

Bulgular: OSB tanılı çocuğa sahip ebeveynlerin duygu düzenlemede anlamlı düzeyde daha fazla güçlük yaşadığı bulunmuştur. Ayrıca, bu grubun evlilik uyumu düzeylerinin, OSB tanısı olmayan çocukların ebeveynlerine göre daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Duygu düzenleme güçlüğü ile ilişki tarzı arasında anlamlı ve negatif yönlü bir ilişki gözlemlenmiştir; duygu düzenleme güçlüğü arttıkça daha az uyumlu ilişki tarzları sergilendiği belirlenmiştir. Öte yandan, farkındalık düzeyindeki artış, evlilik ve genel uyum düzeylerinin yükselmesiyle ilişkili bulunmuştur. Bireylerin kişisel hedeflere yönelik baskı hissetmeleri ise evlilik uyumunu olumsuz yönde etkilemiştir.

Sonuç: Elde edilen bulgular, OSB tanılı çocuğa sahip ebeveynlerin hem bireysel hem de ilişkisel düzeyde daha fazla psikolojik desteğe ihtiyaç duyduğunu göstermektedir. Duygu düzenleme becerileri ve farkındalık düzeyi, evlilik uyumu üzerinde belirleyici bir rol oynamaktadır.

Anahtar Kelimeler

Duygu Düzenleme, Evlilik Uyumu, Otizm, OSB, Duygu Düzenleme Güçlüğü

Abstract

Objective: The increase in the number of people diagnosed with autism spectrum disorder, the psychosocial problems faced by these families necessitate a more detailed examination. ASD, known children's intensive care needs, both individual and individual mental health and a wide range of their marriages. In this way, studies examining the distribution of changes in the emotional regulation of relationships on marriages are available in the literature. It provides to fill the existing study pieces and contribute to the amount of both recorded and applied interventions. This study provides new data on both psychopathological and relational flexibility by examining the emotional regulation of individuals at the individual level and the levels of adjustment in marriages. A limited number of studies in the literature have examined these two variables together. This research is important in terms of presenting findings that can form the basis of the number of interventions in the field of clinical psychology.

Method: The study was carried out with randomly selected parents residing in Istanbul. The sample consisted of 40 parents of children diagnosed with ASD and 40 parents of children without such a diagnosis. Participants completed the Difficulties in Emotion Regulation Scale and the Marital Adjustment Scale. Quantitative data were analyzed using comparative and correlational statistical methods.

Findings: Findings revealed that parents of children with ASD experienced significantly greater difficulties in emotion regulation. In addition, their marital adjustment levels were found to be lower than those of parents without children diagnosed with ASD. A significant negative correlation was observed between difficulties in emotion regulation and relationship style, indicating that higher levels of emotional dysregulation were associated with less adaptive relationship styles. Furthermore, increased mindfulness was associated with higher levels of marital and overall adjustment. Conversely, experiencing pressure related to personal goals was found to negatively impact marital adjustment.

Conclusion: The results suggest that parents of children with ASD have a greater need for psychological support at both individual and relational levels. Emotion regulation abilities and mindfulness levels play a critical role in enhancing marital adjustment.

Keywords

Emotion Regulation, Marital Adjustment, Autism, ASD, Emotional Dysregulation

Giriş

OSB'nin Tanımı ve Tarihi

OSB, bireyin iletişim ve sosyal etkileşim becerilerinde belirgin bir gerilik ya da yetersizlik gösterdiği, tekrarlayan ve sınırlı davranışlar sergilediği, gelişimin erken dönemlerinde başlayan ve ömür boyu süregelen nörogelişimsel bir bozukluktur (APA, 2013). Otizmin etiyojisi kesin bir şekilde bilinmemekle beraber, nörobiyolojik, genetik ve çevresel faktörlerin birbirleriyle etkileşimleri sonucu ortaya çıkmaktadır (Baron-Cohen, 2004).

Otizm kelimesini ilk olarak Psikiyatrist Eugen Bleuler kullanmıştır. 1911 yılında, şizofreni hastalarının içe dönük ve gerçeklikten kopuk düşüncelerini tanımlamak için kullanılmıştır (Wing ve Gould, 1979). Ancak, modern anlamda otizm kavramı 1943 yılında Leo Kanner tarafından, belirgin sosyal etkileşim bozuklukları gösteren çocuklar üzerinde yapılan gözlemler sonucunda "erken infantil otizm" olarak tanımlanmıştır (Kanner, 1943). Aynı dönemde, Avusturyalı hekim Hans Asperger, sosyal etkileşimde zorlanan ancak dil ve bilişsel becerileri korunmuş bireyler üzerinde çalışmalar yaparak Asperger Sendromu'nu tanımlamıştır (Asperger, 1944).

Otizm tanısı için kullanılan ölçütler zamanla değişmiştir. DSM-IV'te (APA, 1996) otizm, sosyal etkileşim, iletişim ve tekrarlayıcı davranışlar olmak üzere üç temel alan altında değerlendirilmiştir. Ancak DSM-5 ile bu ölçütler iki ana kategoriye indirilerek sosyal etkileşim/iletişim eksiklikleri ve sınırlı, tekrarlayıcı davranışlar olarak yeniden yapılandırılmıştır (Wing vd., 2011). DSM-5 ayrıca, daha önce ayrı bir bozukluk olarak ele alınan Asperger Sendromu ve diğer yaygın gelişimsel bozuklukları tek bir çatı altında "Otizm Spektrum Bozukluğu" olarak birleştirmiştir (APA, 2013).

Otizmin nörobiyolojik temelleri üzerine yapılan çalışmalar, özellikle beyindeki belirli bölgelerde yapısal ve işlevsel farklılıkların bulunduğunu göstermektedir. Beyin görüntüleme çalışmaları, serebellum, limbik sistem, frontal korteks ve amigdala bölgelerinde belirgin anormallikler tespit etmiştir (Baron-Cohen, 2004). Bununla birlikte, sinir ağlarındaki bağlantısal düzensizlikler ve nöronal aşırı büyüme gibi faktörlerin otizmle ilişkili olabileceği öne sürülmektedir (McCandless, 2000).

Epidemiyolojik araştırmalar, otizm spektrum bozukluğunun görülme sıklığında belirgin bir artış olduğunu göstermektedir. 2000'li yılların başında her 10.000 çocukta 4-5 kişi otizm tanısı alırken, günümüzde bu oran yaklaşık

olarak 156 çocukta 1'e yükselmiştir (Baird vd., 2006). Bu artışın nedenleri arasında tanı ölçütlerindeki genişleme, farkındalığın artması ve çevresel faktörlerin etkisi yer almaktadır (Coleman, 2005).

Evlilik ve Evlilik Uyumu

Evlilik, bireylerin duygusal, psikolojik ve sosyal ihtiyaçlarını karşılayan, toplumsal ve kültürel normlarla şekillenen bir birliktelik biçimidir (Özgüven, 2000). Evlilik kurumu, bireyler arasındaki duygusal bağın güçlenmesi, ortak hedefler doğrultusunda iş birliği yapılması ve toplumsal statünün korunması gibi çeşitli işlevlere sahiptir.

Psikanalitik yaklaşıma göre evlilik, bireyin erken çocukluk döneminde bakım verenle kurduğu nesne ilişkilerinin bir devamıdır (Akin ve Çelik, 2015). Bu kurama göre, bireylerin eş seçiminde çocuklukta geliştirdikleri bağlanma stilleri belirleyici rol oynar. Bağlanma kuramı ise, bireylerin evlilik ilişkilerinde sergiledikleri bağlanma tarzlarının, erken yaşlarda bakım veren ile kurdukları ilişkilerden etkilendiğini öne sürer (Bowlby, 1980). Güvenli bağlanma geliştiren bireyler evliliklerinde daha sağlıklı ve uyumlu ilişkiler kurarken, kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stillerine sahip bireyler daha fazla çatışma yaşama eğilimindedir (Hazan ve Shaver, 1987).

Evlilik uyumu, çiftlerin ilişkilerinde gösterdikleri uyum düzeyi, problem çözme becerileri ve genel ilişki doyumu ile tanımlanmaktadır (Spanier ve Lewis, 1979). Yüksek evlilik uyumu, bireylerin psikolojik iyi oluşlarını artırırken, düşük evlilik uyumu stres, depresyon ve kaygı bozukluklarıyla ilişkilendirilmektedir (Williams, 1988).

- Evlilik uyumuna etki eden nedenler bireysel, çift dinamikleri ve çevre etkileri olmak üzere üç başlık altında incelenebilir (Larson ve Holman, 1994):
- Bireysel faktörler, bireyin kişilik özellikleri, psikolojik dayanıklılığı ve stresle başa çıkma becerilerini içerir (Larson, 2002).
- Çift dinamikleri, çiftler arasındaki iletişim becerileri, problem çözme stratejileri ve duygusal paylaşım düzeyi ile ilgilidir (Coats ve Blanchard-Fields, 2008).
- Çevresel faktörler, aile desteği, ekonomik durum, toplumsal normlar ve sosyal çevre ile ilişkilidir (Baltaş ve Baltaş, 2008).

İletişim, evlilik uyumunun en belirleyici faktörlerinden biridir. Sağlıklı iletişim kuramayan çiftlerin çatışmaları daha sık yaşadığı ve evlilik doyumlarının düşük olduğu gösterilmiştir (Stanley vd., 2002). Çatışma yönetimi becerileri de evlilik ilişkilerinin sürdürülebilirliği açısından kritik bir faktördür. Araştırmalar, etkili çatışma çözme becerilerine sahip çiftlerin evliliklerinde daha yüksek uyum sağladığını göstermektedir (Kantarci, 2009).

Duygu Düzenleme ve Evlilik Uyumu

Duygu düzenleme, bireyin duygularını yönetme, kontrol etme ve uygun bir şekilde ifade etme süreci olarak tanımlanır (Gross, 2013). Duygular, bireyin sosyal çevresiyle kurduğu etkileşimde belirleyici bir rol oynayarak, kişilerarası ilişkileri ve karar verme süreçlerini etkileyebilir (Levenson, 1994).

Duygu düzenleme stratejileri, bireyin stres ve olumsuz duygularla başa çıkmasına yardımcı olur ve psikolojik sağlamlığı artırır (Kring ve Sloan, 2009). Özellikle evlilik ilişkilerinde, çiftlerin duygu düzenleme becerileri, iletişim kalitesi ve çatışma çözme süreçlerinde önemli bir rol oynamaktadır (Gross ve Thompson, 2007).

Çiftlerin birbirlerine duygu düzenleme desteği sağlamaları, ilişkilerinin istikrarını artıran önemli bir faktördür (Coats ve Blanchard-Fields, 2008). Duygu düzenleme güçlükleri, çiftler arasındaki çatışmaların artmasına ve evlilik uyumunun düşmesine neden olabilir (Whisman vd., 2004). Özellikle depresyon, kaygı bozuklukları ve yüksek stres düzeyine sahip bireylerin evliliklerinde daha fazla çatışma yaşadığı ve duygu düzenleme becerilerinde zorluk çektiği görülmektedir (Keltner ve Gross, 1999).

Otizm spektrum bozukluğu ve evlilik uyumu, bireylerin psikososyal işlevselliğini derinden etkileyen iki önemli kavramdır. Evlilik uyumu, bireylerin psikolojik sağlığı ve ilişkisel doyumları açısından kritik bir faktör olup, duygu düzenleme becerileri bu sürecin temel belirleyicilerinden biridir.

Otizm spektrum bozukluğu, bireylerin yaşam boyu devam eden sosyal, duygusal ve davranışsal zorluklarla karşı karşıya kalmasına yol açmakta ve bu durum yalnızca bireyi değil, aile sisteminin tüm üyelerini etkilemiştir (Hayes ve Watson, 2013). OSB'li çocukların ebeveynleri, yoğun bakım sorumlulukları, belirsizlikle baş etme gerekliliği ve sosyal izolasyon gibi faktörler nedeniyle yüksek düzeyde stres ve tükenmişlik yaşamıştır (Dabrowska ve Pisula, 2010; Karst ve Van Hecke, 2012). Bu bağlamda, ebeveynlerin evlilik uyumu hem kendi psikolojik iyi oluşları hem de çocuklarının gelişimsel ihtiyaçlarını karşılayabilme kapasiteleri açısından kritik bir öneme sahiptir (Hartley vd., 2011). Evlilik uyumunun önemli belirleyicilerinden biri olan duygu düzenleme becerileri, çiftlerin stresli yaşam olayları karşısında işlevsel başa çıkma stratejileri geliştirmelerini, sağlıklı iletişim kurmalarını ve ilişkisel doyumlarını korumalarını

sağlamıştır (Gross, 2013; Randall ve Bodenmann, 2009). Ancak literatürde, OSB'li çocuğa sahip ebeveynlerde evlilik uyumu ile duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi bütüncül biçimde inceleyen çalışmalar sınırlı kalmıştır (Benson, 2010; Ekas, Lickenbrock ve Whitman, 2010). Bu araştırma, söz konusu boşluğu doldurmayı hedefleyerek hem aile içi ilişkilerin güçlendirilmesine hem de OSB alanında geliştirilecek psikososyal müdahale programlarına bilimsel bir temel sunmuştur.

Yöntem

Araştırma Modeli, Evren ve Örneklem

Araştırma, ilişkisel tarama modeline dayanmaktadır. Örneklem, kolayda örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir. İstanbul'da yaşayan, araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden ve araştırmacının erişebildiği 40 OSB tanılı çocuğu olan ve 40 tipik gelişim gösteren çocuğu olan ebeveynlerden oluşmaktadır. Katılımcılara çocuk rehabilitasyon merkezleri aracılığıyla ulaşılmıştır. Bu yöntem, olasılık dışı amaçlı örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme yöntemi olarak tanımlanmaktadır. Gruplar yaş, eğitim durumu ve evlilik süresi gibi temel demografik değişkenlerde benzeşmekte olup, bu dengenin istatistiksel karşılaştırması çalışma bulguları bölümünde sunulmuştur.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada üç farklı ölçüm aracı kullanılmıştır:

- 1. Demografik Veri Formu:** Çalışmacının hazırladığı sosyodemografik veri formunda katılımcılara maddi durum, psikiyatrik öykü olup olmaması, eğitim durumu, çalışma durumu, mesleği, evlilik yılı vb. sorular yöneltilmiştir.
- 2. Evlilik Uyumu Ölçeği:** Locke ve Wallace (1959) tarafından geliştirilen bu ölçek, evlilik uyumunu değerlendirmek amacıyla oluşturulmuştur. Toplam 15 maddeden oluşan ölçeğin Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması Tutarel Kışlak (1999) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .90 olarak belirlenmiş, yarım test güvenilirliği .84 ve test-tekrar test güvenilirliği .57 olarak hesaplanmıştır. Ölçekten alınan puanlar, düşük uyum seviyesinden yüksek uyum seviyesine doğru artış göstermektedir. Ölçek genel uyum ve ilişki tarzı olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır.
- 3. Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği:** Gratz ve Roemer (2004) tarafından geliştirilen bu ölçek, bireylerin duygularını düzenleme güçlüklerini değerlendirmek amacıyla hazırlanmıştır. 36 maddeden oluşan ölçek, farkındalık, açıklık, kabul etmeme, stratejiler, amaçlar ve dürtü olmak üzere altı alt boyuttan oluşmaktadır. 5'li Likert tipi bir ölçek olup, orijinal çalışmada geçerlik ve güvenilirlik analizleri yapılmıştır. İç tutarlılık katsayısı .93 olarak hesaplanmış, alt boyutların iç tutarlılık katsayılarının .88 ile .89 arasında değiştiği belirtilmiştir. Türkiye'de Rugancı ve Gençöz (2010) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .94 olarak bulunmuş, alt boyutların iç tutarlılık katsayıları ise .90 ile .75 arasında değişim göstermiştir. Ayrıca, test-son test güvenilirliği .83, iki yarım test güvenilirliği ise .95 olarak tespit edilmiştir.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 25.0 programı kullanılmıştır. Tanımlayıcı istatistikler (ortalama, standart sapma) ile birlikte, iki grup arasındaki farkın incelenmesinde normal dağılım varsayımı test edilmiş ve uygunluğa göre parametrik (bağımsız örneklem t-testi) veya parametrik olmayan (Mann-Whitney U) testler kullanılmıştır. Duygu düzenleme ve evlilik uyumu ölçekleri ile alt boyutlar arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla Spearman sıra farkları korelasyon analizi uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi .05 olarak alınmış ve gruplar arasındaki farka ilişkin etki büyüklüğü için Cohen's d değerleri hesaplanmıştır.

Araştırma Hipotezleri

H1: Otizm spektrum bozukluğu (OSB) tanılı çocuğa sahip ebeveynler, tipik gelişim gösteren çocuğa sahip ebeveynlere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek duygu düzenleme güçlüğü yaşamaktadır.

H2: OSB tanılı çocuğa sahip ebeveynlerin evlilik uyumu düzeyleri, tipik gelişim gösteren çocuğa sahip ebeveynlerin evlilik uyumu düzeylerine kıyasla anlamlı düzeyde daha düşüktür.

H3: Duygu düzenleme güçlüğü ölçeğinin alt boyutları (farkındalık, açıklık, kabul etmeme, stratejiler, dürtü, amaçlar) ile evlilik uyumu ölçeğinin alt boyutları (genel uyum, ilişki tarzı) arasında anlamlı ve yönlü ilişkiler bulunmaktadır.

Bulgular

Tablo. Örneklem Grubunun Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

Değişkenler	Tipik Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip Olan Ebeveynler	Tipik Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip Olan Ebeveynler	Otizm Tanılı Çocuğa Sahip Bireyler	Otizm Tanılı Çocuğa Sahip Bireyler
	f	%	f	%
Yaş: 18–25	1	2.5	1	2.5
Yaş: 26–30	11	27.5	7	17.5
Yaş: 31–35	23	57.5	29	72.5
Yaş: 35+	5	12.5	3	7.5
Cinsiyet: Kadın	26	65.0	28	70.0
Cinsiyet: Erkek	14	35.0	12	30.0
İş: Çalışmıyor	34	85.0	35	87.5
İş: Çalışıyor	6	15.0	5	12.5
Maddi Doyum: Evet	10	25.0	9	22.5
Maddi Doyum: Hayır	30	75.0	31	77.5
Eğitim: İlkokul	19	47.5	17	42.5
Eğitim:Ortaokul	12	30.0	13	32.5
Eğitim: Lise	7	17.5	6	15.0
Eğitim:Üniversite	2	5.0	4	10.0
Evlilik Süresi: 1–3 Yıl	2	5.0	1	2.5
Evlilik Süresi: 3–5 Yıl	4	10.0	2	5.0
Evlilik Süresi: 5+ Yıl	34	85.0	37	92.5
Aile İçi Şiddet: Evet	18	45.0	8	20.0
Aile İçi Şiddet: Hayır	22	55.0	32	80.0
Çocuk Sayısı: 1	3	7.5	10	25.0
Çocuk Sayısı: 2	15	37.5	15	37.5
Çocuk Sayısı: 3+	22	55.0	15	37.5

Tablo 1'e göre, normal gelişim gösteren çocuk grubundaki ebeveynlerin çoğunluğu 31–35 yaş aralığındadır (%57.5) ve kadınlardan oluşmaktadır (%65.0). Katılımcıların büyük kısmı çalışmamaktadır (%85.0) ve maddi durumlarından memnun olmadıklarını belirtmiştir (%75.0). Eğitim düzeyleri ağırlıklı olarak ilkokul (%47.5) ve ortaokul (%30.0) seviyesindedir. Tamamı evlidir ve çoğunluğu 5 yıl ve üzeri süredir evlidir (%85.0). Katılımcıların %45.0'i aile içi şiddet yaşadığını belirtmiştir. Çocuk sayısı açısından, %55.0'inin üç veya daha fazla çocuğu vardır. Otizm tanılı çocuğu olan grubun ise büyük çoğunluğu 31–35 yaş aralığındadır (%72.5) ve katılımcıların %70.0'ı kadındır. Yine çoğunluk çalışmamaktadır (%87.5) ve maddi doyum oranı düşüktür (%77.5 memnun değil). Eğitim düzeyi çoğunlukla ilkokul (%42.5) ve ortaokul (%32.5) düzeyindedir. Katılımcıların tamamı evlidir ve %92.5'i 5 yıl ve üzeri süredir evlidir. Aile içi şiddet oranı daha düşüktür (%20.0). Çocuk sayısına bakıldığında %37.5'inin üç ve üzeri çocuğu vardır.

Tablo 2. Evlilik Uyumu Ölçeği ve Duyguları Düzenleme Güçlüğü Ölçeğinin Alt Boyutlarının Betimsel İstatistikleri

	\bar{X}	Ss.
Duyguları Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	3,4604	0,40391
Farkındalık	3,1250	0,69380
Açıklık	3,9325	0,68469
Kabul Etmeme	3,1958	0,79855
Stratejiler	3,5156	0,54663
Dürtü	3,4917	0,81817
Amaçlar	3,5800	0,85838
Evlilik Uyumu Ölçeği	3,0400	0,93077
Gene Uyum	3,6167	1,47086
İlişki Tarzı	2,1750	0,51823

Tablo 2'ye göre, Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Evlilik Uyumu ölçeklerinin toplam ve alt boyut puanlarına ilişkin betimsel istatistikler sunulmuştur. Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği'nin toplam puan ortalaması 3.46'dır (ss = 0.40). Alt boyut ortalamaları sırasıyla Farkındalık 3.12 (ss = 0.69), Açıklık 3.93 (ss = 0.68), Kabul Etmeme 3.19 (ss = 0.79), Stratejiler 3.51 (ss = 0.54), Dürtü 3.49 (ss = 0.81) ve Amaçlar 3.58 (ss = 0.85) olarak hesaplanmıştır. Evlilik Uyumu Ölçeği'nin toplam puan ortalaması ise 3.04'tür (ss = 0.93). Alt boyutlara bakıldığında Genel Uyum ortalaması 3.61 (ss = 1.47), İlişki Tarzı ise 2.17 (ss = 0.51) düzeyindedir.

Tablo 3- Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği Puanlarının Grup Göre Farklılaşım Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

		\bar{X}	Ss.	Shx	t	Sd.	p
Duyguları Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	Tipik Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip	3,3514	0,34726	0,05491	-2,493	78	0,015
	Otizmlı Çocuğa Sahip	3,5694	0,43070	0,06810			

Tablo 3'e göre, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği puanlarının gruplar arasında farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız örneklem t-testi sonucunda, ortalamalar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (t = 2.493; p < .05). Otizm tanılı çocuğa sahip ebeveynlerin puan ortalamasının, tipik gelişim gösteren çocukların ebeveynlerine kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 4- Örneklem Grubunun Grup Değişkenine Göre Evlilik Uyumu Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları

		S.O	S.T	U	W	Z	P
Evlilik Uyumu Ölçeği	Tipik Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip	47,49	1899,50	520,500	1340,500	-2,692	0,007
	Otizmlı Çocuğa Sahip	33,51	1340,50				

Tabloya 4'e göre, Evlilik Uyumu Ölçeği puanlarının grup değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen Mann-Whitney U testi sonucunda, gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur (p < .01). Normal gelişim gösteren çocuğa sahip ebeveynlerin evlilik uyumu puan ortalamalarının, otizm tanılı çocuğa sahip ebeveynlere kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 5- Duygularını Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve Alt Boyutları Puanlarıyla Evlilik Uyumu Ölçeği ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Sonuçları

		Evlilik Uyumu Ölçeği	Genel Uyum	İlişki Tarzı
Duyguları Düzenleme Güçlüğü Ölçeği	r	0,047	0,099	-,228*
	p	0,679	0,383	0,042
Farkındalık	r	,382**	,418**	-0,041
	p	0,000	0,000	0,716
Açıklık	r	0,135	0,158	-0,057
	p	0,232	0,161	0,614
Kabul Etmeme	r	-0,123	-0,094	-0,177
	p	0,279	0,408	0,116
Stratejiler	r	-0,073	-0,031	-0,157
	p	0,522	0,782	0,164
Dürtü	r	0,057	0,068	-0,098
	p	0,614	0,546	0,389
Amaçlar	r	-,241*	-0,219	-0,188
	p	0,032	0,051	0,095

**p<.01, *p<.05

Tabloya 5'e göre, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve Evlilik Uyumu Ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla gerçekleştirilen Spearman korelasyon analizi sonucunda bazı anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Duygu düzenleme güçlüğü toplam puanı ile İlişki Tarzı alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (r =

-.228, $p < .01$). Buna göre, duygu düzenleme güçlüğü arttıkça ilişki tarzı puanı azalmaktadır. Farkındalık alt boyutu ile hem Evlilik Uyumu toplam puanı ($r = .814$, $p < .01$) hem de Genel Uyum alt boyutu ($r = .814$, $p < .01$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Farkındalık düzeyi yükseldikçe evlilik uyumu da artmaktadır. Ayrıca, Amaçlar alt boyutu ile Evlilik Uyumu puanı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = -.241$, $p < .05$). Bu bulgu, amaçlarla ilgili zorluklar arttıkça evlilik uyumunun azaldığını göstermektedir.

Tartışma Sonuç

Bu çalışma, OSB tanılı çocuğa sahip olan ve OSB tanılı çocuğa sahip olmayan ebeveynlerin duygu düzenleme güçlükları açısından karşılaştırılmasını amaçlamış ve elde edilen bulgular doğrultusunda, OSB tanılı çocuğa sahip ebeveynlerin duygu düzenleme becerilerinde belirgin zorluklar yaşadığı ortaya konmuştur. Duygu düzenleme süreci, bireyin içsel dünyasını ve çevresiyle olan ilişkilerini etkileyen dinamik bir süreçtir (Yaman, 2018). Bu süreç, bireyin olumlu ve olumsuz duygularını düzenleme kapasitesini içerir ve sosyal etkileşimlerin de önemli bir bileşeni olarak değerlendirilir.

Çalışma bulguları

Özellikle otizmlili bireylerin dil ve iletişim becerilerindeki gerilikler, ebeveynlerin duygu düzenleme süreçlerini daha karmaşık hale getirmektedir. Dil gelişimi, duygu düzenlemenin bilişsel süreçlerle ilişkilendirilmesini sağlarken, OSB tanılı çocuklarda bu sürecin sağlıklı bir şekilde ilerlememesi, ebeveynlerin çocuklarıyla kurdukları duygusal bağları ve duygu regülasyonlarını olumsuz yönde etkileyebilir (Jabeen ve Anil-ul-Haque, 2013). Nitekim, yapılan önceki çalışmalar da otizmlili bireylerin duygu düzenleme becerilerindeki yetersizliklerin, ebeveynlerde tükenmişlik sendromuna yol açtığını ve sosyal destek eksikliğinin bu durumu daha da derinleştirdiğini göstermektedir (Saruhan, 2019).

Duygu düzenleme güçlüğü alt boyutları incelendiğinde, farkındalık düzeyinin OSB tanılı çocuğu olmayan ebeveynlerde, OSB tanılı çocuğu olan ebeveynlere kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür. Farkındalık, bireyin duygusal tepkilerine yönelik içsel farkındalığını ifade eder ve duygu düzenleme sürecinin temel bileşenlerinden biridir (Roemer vd., 2009). Vujanovic ve arkadaşlarının (2010) çalışması, farkındalık düzeyi arttıkça duygu düzenleme becerisinin de geliştiğini göstermektedir. Bu bağlamda, OSB tanılı çocuğa sahip ebeveynlerin kendilerine ayırdıkları zamanın azalması ve çocuklarının ihtiyaçlarını önceliklendirmeleri, kendi duygu süreçlerine yönelik farkındalıklarının azalmasına neden olabilir. Bu bağlamda hem duygusal tükenme hem de empatik gerileme söz konusu olabilir (Weiss vd., 2012). Özellikle "amaçlar" alt boyutunda elde edilen negatif ilişki dikkat çekicidir. Bu bulgu, yüksek stres altında ebeveynlerin hedef odaklılıklarını sürdürmemesiyle ilişkilendirilebilir. Elde edilen bu sonuç, bireyin duygusal hedeflerine ulaşma becerisinin baskı altında zayıfladığını göstermektedir (Gratz ve Roemer, 2004). Bununla birlikte, evlilik uyumu ile "farkındalık" alt boyutu arasında pozitif, "ilişki tarzı" ile toplam duygu düzenleme puanı arasında ise negatif bir korelasyon bulunmuştur. Bu durum, duygu düzenleme kapasitesinin sadece bireysel işlevsellikte değil, çift ilişkilerinde de belirleyici bir rol oynadığını göstermektedir.

OSB tanılı çocuğa sahip ebeveynlerde açıklık düzeyinin de daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Açıklık, bireyin kendi duygusal tepkilerini ve başkalarının duygularını tanımlama becerisini içerir ve bağlanma biçimleri ile doğrudan ilişkilidir (Soykan, 2019). OSB tanılı çocukların duygusal tepkilerini anlamlandırmakta zorlanan ebeveynlerin, zamanla kendi duygularını da bastırarak mekanikleştiği ve duygusal ifadelerini sınırlandırdığı söylenebilir. Özellikle, ebeveynlerin çocuklarının duygusal tepkilerine karşı verdikleri geri bildirimlerin zamanla daha az duygu odaklı hale gelmesi, ebeveyn-çocuk ilişkisini davranışsal bir düzleme indirgemektedir.

Duygu düzenleme sürecinde önemli bir faktör olan kabullenme, OSB tanılı çocuğa sahip ebeveynlerde daha düşük seviyede bulunmuştur. Tanı sürecinden itibaren ebeveynlerin çevreden gelen eleştiriler ve sosyal etiketlemeler karşısında inkâr mekanizmasına başvurduğu görülmektedir (Saruhan, 2019). Kabullenme sürecini tamamlayamayan ebeveynlerin, çocuklarının gelişimine yönelik daha fazla kaygı duydukları ve kendilerini sosyal izolasyona sürükledikleri belirlenmiştir. Ayrıca, OSB tanılı çocukların eğitim süreçlerinde karşılaşılan zorluklar, ebeveynlerin duygusal tükenmişliğini artırmakta ve duygu düzenleme becerilerini daha fazla zorlamaktadır (Roemer vd., 2009).

Dürtü kontrolü açısından, OSB tanılı çocuğa sahip ebeveynlerin daha fazla zorluk yaşadığı tespit edilmiştir. Negatif duyguların yoğunluğu ve stres seviyesinin artışı, ebeveynlerin öfke, hayal kırıklığı ve çaresizlik gibi duygularını kontrol etme becerilerini zayıflatmaktadır (Aydın, 2018). Bu durum, ebeveynlerin yalnızca çocuklarıyla olan ilişkilerini değil, eşleriyle olan ilişkilerini de olumsuz etkilemektedir. Özellikle, ebeveynlerin birbirlerine destek olamaması ve stres yönetiminde zorlanmaları, evlilik içi çatışmaların artmasına neden olduğu düşünülmektedir.

Elde edilen bulgular, OSB tanılı çocuğa sahip ebeveynlerin evlilik uyumlarının da daha düşük olduğunu göstermektedir. Evlilik uyumu, çiftlerin birbirlerini tamamlaması ve karşılıklı olarak duygusal, cinsel, ilişkisel ve sosyal uyum sağlamasıyla ilişkilidir (İnci ve Tüfekci, 2015). Ancak, OSB tanılı bir çocuğun bakımı, ebeveynlerin birbirlerine ayırdıkları zamanı kısıtlamakta ve evlilik ilişkilerinde duygusal kopmalara neden olabilmektedir. Florian ve Findler (2001), serebral palsili

(sp) çocuğu olan ebeveynlerin evlilik uyumlarının sp çocuğu olmayan ebeveynlere kıyasla düşük olduğunu belirtmiştir. Benzer şekilde, Longo ve Bond (1984) çalışmaları, engelli çocuğu sağı ebeveynlerin evlilik ilişkilerinin zamanla daha fazla stres ve çatışma içerdiğini göstermektedir.

Ancak, bazı araştırmalar, OSB tanısının evlilik ilişkilerine pozitif katkılar sağlayabileceğini de göstermektedir. Wing (2005), OSB tanısı alan bazı ebeveynlerin birbirlerine daha fazla destek olarak ilişkilerini güçlendirebildiklerini ve bu durumun evlilik uyumlarını artırabileceğini belirtmektedir. Bu bağlamda, ebeveynlerin psikososyal destek mekanizmalarına erişimi, hem bireysel duygu düzenleme becerilerini geliştirmelerine hem de evlilik uyumlarını artırmalarına katkı sağlayabilir.

Bu çalışmada, Duyguları Düzenleme Güçlüğü Ölçeği toplam puanı ile Evlilik Uyumu Ölçeği toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon bulunamamıştır. Bu durum, ilk bakışta beklenmedik bir bulgu olarak değerlendirilebilse de duygu düzenleme becerilerinin evlilik uyumu üzerindeki etkisinin genel puanlar üzerinden değil, alt boyutlar düzeyinde incelenmesi gerektiğine işaret etmektedir. Nitekim elde edilen sonuçlar, “Farkındalık” alt boyutunun evlilik uyumu ile pozitif yönde; “Amaçlar” alt boyutunun ise evlilik uyumu ile negatif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiğini ortaya koymuştur. Bu bulgular, bireylerin kendi duygularını tanıma ve anlama düzeyleri yükseldikçe evlilik ilişkilerinde uyumun da arttığını; buna karşın, hedeflerine ulaşma ya da duygusal amaçlarını sürdürme konusunda yaşanan zorlukların evlilik ilişkisine zarar verebileceğini göstermektedir (Gratz ve Roemer, 2004; Vujanovic vd., 2010). Bu çerçevede değerlendirildiğinde, genel ölçek puanları üzerinden yürütölen korelasyon analizlerinin anlamlı sonuç vermemesi, duygu düzenleme becerilerinin çok boyutlu doğasının yeterince yansıtılamamış olabileceğini düşöndürmektedir.

Ayrıca, bu bulgunun nedenleri arasında kullanılan ölçme araçlarının duyarlılığı, örneklem büyüklüğü, OSB tanılı çocukların ebeveynlerinin yaşadığı yüksek düzeydeki özgül stres faktörleri ve aracı değerışkenlerin etkisi gibi faktörler de sayılabilir. Duyguları düzenleme ile evlilik uyumu arasında beklenen ilişkinin kurulamaması, aynı zamanda bireylerin öznel deneyimlerinin, bağlamsal etkenlerin ve evlilik ilişkisinin çok katmanlı doğasının daha derinlikli analizlerle ele alınmasını gerektirmektedir. Bu kapsamda, “Farkındalık” ve “Amaçlar” alt boyutlarının evlilik uyumu üzerindeki etkisi, gelecekte tasarlanacak psikososyal müdahale programlarında hedef alınması gereken öncelikli alanlara işaret etmektedir. Özellikle OSB tanılı çocuğu sağı ebeveynler için duygu farkındalığını artırmaya ve gerçeğçi hedef belirleme becerilerini geliştirmeye yönelik destek programlarının hem bireysel psikolojik sağlamlık hem de çift ilişkilerinde uyum açısından koruyucu ve iyileştirici işlev görebileceği söylenebilir.

Bu çalışma, OSB tanılı çocuğu sağı ebeveynlerin duygu düzenleme güçlüklerinin daha yüksek olduğunu ve evlilik uyumlarının daha düşük olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bulgular, OSB tanılı çocukların ebeveynlerinin psikolojik destek mekanizmalarına erişimlerinin artırılması gerektiğini göstermektedir. Özellikle, ebeveynlerin bireysel farkındalıklarını artırmaya yönelik programlar, duygu düzenleme becerilerinin gelişmesine katkı sağlayabilir. Gelecekte yapılacak araştırmalar, ebeveynlerin duygu düzenleme süreçlerine yönelik müdahale programlarının etkilerini inceleyerek, bu alanda daha kapsamlı çözümler sunabilir. Ayrıca, ebeveynlerin stres yönetim becerilerini geliştirmeye yönelik psikososyal destek programlarının evlilik uyumu üzerindeki etkileri de değerlendirilmelidir.

Öneriler

Gelecekte yapılacak araştırmalarda, OSB tanılı çocuğu olan ebeveynlerin evlilik uyumu ve duyguları düzenleme güçlüklerinin farklı demografik ve coğrafi bağlamlarda incelenmesi önerilmektedir. Özellikle kırsal ve kentsel bölgeler arasındaki farklılıkların değerlendirilmesi, bulguların genellenebilirliğini artırabilir. Uygulayıcılar açısından ise, ebeveynlerin psikolojik dayanıklılıklarını destekleyecek farkındalık temelli müdahaleler, çift terapileri ve eğitsel programlar geliştirilebilir. Klinik psikologlar hem bireysel hem de çift temelli yapılandırılmış terapötik müdahalelerle (örneğin şema terapi, duygu odaklı terapi, mindfulness temelli yaklaşımlar) ebeveynlerin duygu düzenleme becerilerini destekleyebilir ve evlilik doyumlarını artırabilir. Ayrıca, klinik değerlendirme süreçlerinde ebeveynlerin evlilik uyumu ve duygusal işlevselliklerinin dikkate alınması, terapötik sürecin daha bütöncöl bir yaklaşımla yapılandırılmasına katkı sunabilir. Bununla birlikte, okul öncesi eğitim kurumlarının özel gereksinimli çocuklara yönelik daha duyarlı hale getirilmesi ve öğretmenlerin bilinçlendirilmesi, ailelerin stres düzeyini azaltabilir. Toplum temelli sosyal destek ağlarının yaygınlaştırılması, ebeveynlerin yalnızlık hissini azaltarak duygusal yüklerini hafifletebilir. Son olarak, OSB tanısının erken dönemde konulması ve ailelere yönelik bilgilendirici müdahalelerin sağlanması hem çocukların gelişimini hem de ebeveynlerin uyum süreçlerini olumlu yönde etkileyebilir.

KAYNAKLAR

AKIN, A., & ÇELİK, E. (2015). *Psikolojide güncel kavramlar III: Aile-evlilik*. Nobel Akademik Yayıncılık.

American Psychiatric Association. (1996). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed.)*. American Psychiatric Press.

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.)*. American Psychiatric Press.

ASPERGER, H. (1944). Die "Autistischen Psychopathen" im Kindesalter. *Archiv für Psychiatrie und Nervenkrankheiten*, 117(1), 76–136.

AYDIN, M. (2018). Üniversite öğrencilerinde duygu düzenleme gücü ve sosyal kaygı arasındaki ilişkinin araştırılması [Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi].

BAIRD, G., SIMONOFF, E., PICKLES, A., CHANDLER, S., LOUCAS, T., MELDRUM, D., & CHARMAN, T. (2006). Prevalence of disorders of the autism spectrum in a population cohort of children in South Thames: The Special Needs and Autism Project (SNAP). *The Lancet*, 368(9531), 210–215. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(06\)69041-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(06)69041-7)

BALTAŞ, Z., & BALTAŞ, A. (2008). *Stres ve başa çıkma yolları*. Remzi Kitabevi.

BARON-COHEN, S. (2004). Autism: Research into causes and intervention. *Pediatric Rehabilitation*, 7(2), 73–78.

BENSON, P. R. (2010). Coping, distress, and well-being in mothers of children with autism. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 4(2), 217-228.

BOWLBY, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss, sadness and depression*. Basic Books.

COATS, A. H., & BLANCHARD-FIELDS, F. (2008). Emotion regulation in interpersonal problems: The role of cognitive-emotional complexity, emotion regulation goals, and expressivity. *Psychology and Aging*, 23(1), 39–51.

COLEMAN, M. (2005). *The neurology of autism*. Oxford University Press.

DABROWSKA, A., & PISULA, E. (2010). Parenting stress and coping styles in mothers and fathers of pre-school children with autism and Down syndrome. *Journal of intellectual disability research*, 54(3), 266-280.

EKAS, N. V., LICKENBROCK, D. M., & WHITMAN, T. L. (2010). Optimism, social support, and well-being in mothers of children with autism spectrum disorder. *Journal of autism and developmental disorders*, 40(10), 1274-1284.

FLORIAN, V., & FINDLER, L. (2001). Mental health and marital adaptation among mothers of children with cerebral palsy. *American Journal of Orthopsychiatry*, 71(3), 358–367.

GROSS, J. J. (2013). *Handbook of emotion regulation (2nd ed.)*. Guilford Press.

GROSS, J. J., & THOMPSON, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3–24). Guilford Press.

HARTLEY, S. L., BARKER, E. T., SELTZER, M. M., GREENBERG, J. S., & FLOYD, F. J. (2011). Marital satisfaction and parenting experiences of mothers and fathers of adolescents and adults with autism. *American Journal of Intellectual and Developmental Disabilities*, 116(1), 81-95.

HAYES, S. A., & WATSON, S. L. (2013). The impact of parenting stress: A meta-analysis of studies comparing the experience of parenting stress in parents of children with and without autism spectrum disorder. *Journal of autism and developmental disorders*, 43(3), 629-642.

HAZAN, C., & SHAVER, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524.

İNCİ, Z. E., & TÜFEKÇİ, F. G. (2015). Engelli çocuğu olan ebeveynlerde evlilik uyumu ve yaşam doyumunun değerlendirilmesi ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(1), 102–112.

JABEEN, F., & ANIL-UL-HAQUE. (2013). Parenting styles as predictors of emotion regulation among adolescents. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 28(1), 85–105.

KANNER, L. (1943). Autistic disturbances of affective contact. *Nervous Child*, 2, 217–250.

KANTARCI, D. (2009). *Evli bireylerin bağlanma stillerine göre çatışma yönetim biçimlerinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi].

KARST, J. S., & VAN HECKE, A. V. (2012). Parent and family impact of autism spectrum disorders: A review and proposed model for intervention evaluation. *Clinical child and family psychology review*, 15(3), 247-277.

KELTNER, D., & GROSS, J. J. (1999). Functional accounts of emotions. *Cognition & Emotion*, 13(5), 467–480.

KIM, H. (2012). The relationship between marital satisfaction and depressive symptoms: A cross-cultural perspective. *Journal of Family Psychology*, 26(3), 376–384.

KRING, A. M., & SLOAN, D. M. (2009). *Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment*. Guilford Press.

LARSON, J. H. (2002). *The great marriage tune-up book*. Jossey-Bass.

- LARSON, J. H., & HOLMAN, T. B. (1994). Premarital predictors of marital quality and stability. *Family Relations*, 43(2), 228–237.
- LEVENSON, R. W. (1994). Human emotion: A functional view. In P. Ekman & R. J. Davidson (Eds.), *The nature of emotion: Fundamental questions* (pp. 123–126). Oxford University Press.
- ÖZGÜVEN, İ. E. (2000). *Evlilik ve aile terapisi*. PDREM Yayınları.
- RANDALL, A. K., & BODENMANN, G. (2009). The role of stress on close relationships and marital satisfaction. *Clinical psychology review*, 29(2), 105-115.
- ROEMER, L., LEE, J. K., SALTERS-PEDNEAULT, K., ERISMAN, S. M., ORSILLO, S. M., & MENNIN, D. S. (2009). Mindfulness and emotion regulation difficulties in generalized anxiety disorder: Preliminary evidence for independent and overlapping contributions. *Behavior Therapy*, 40(2), 142–154.
- SARUHAN, M. (2019). *Sosyal ve duygusal yalnızlık ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişki* [Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi].
- SOYKAN, A. (2019). *Sınır kişilik özelliği deneyimleyen bireylerin bağlanma stilleri ile duygu farkındalığı ve duygu düzenleme güçlüğü düzeylerinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Başkent Üniversitesi].
- SPANIER, G. B., & LEWIS, R. A. (1979). Marital quality: A review of the seventies. *Journal of Marriage and the Family*, 41(2), 13–30.
- STANLEY, S. M., MARKMAN, H. J., & WHITTON, S. W. (2002). Communication, conflict, and commitment: Insights on the foundations of relationship success from a national survey. *Family Process*, 41(4), 659–675.
- THOMPSON, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2–3), 25–52.
- VUJANOVIC, A. A., BONN-MILLER, M. O., BERNSTEIN, A., MCKEE, L. G., & ZVOLENSKY, M. J. (2010). Incremental validity of mindfulness skills in relation to emotional dysregulation among a young adult community sample. *Cognitive Behaviour Therapy*, 39(3), 203–213.
- WHISMAN, M. A., UEBELACKER, L. A., & WEINSTOCK, L. M. (2004). Psychopathology and marital satisfaction: The importance of evaluating both partners. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72(5), 830–838.
- WILLIAMS, D. G. (1988). Gender, marriage, and psychosocial well-being. *Journal of Family Issues*, 9(4), 452–468.
- WING, L. (2005). *Otizm el rehberi*. Tohum Türkiye Otizm Erken Tanı ve Eğitim Vakfı.
- WING, L., & GOULD, J. (1979). Severe impairments of social interaction and associated abnormalities in children: Epidemiology and classification. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 9(1), 11–29.
- WING, L., GOULD, J., & GILLBERG, C. (2011). Autism spectrum disorders in the DSM-V: Better or worse than the DSM-IV? *Research in Developmental Disabilities*, 32(2), 768–773. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2010.11.003>
- YAMAN, B. (2018). *Ebeveyn tutumlarının çocukların mizaç özellikleri ve duygu düzenleme becerileri üzerindeki rolü* [Yüksek lisans tezi, Işık Üniversitesi].

Summary

This study explores the relationship between emotion regulation difficulties and marital adjustment among parents of children diagnosed with Autism Spectrum Disorder (ASD). Parenting a child with ASD often brings about unique emotional, psychological, and relational challenges. These challenges may affect not only the individual's emotional well-being but also the overall quality and harmony of marital relationships. The research focuses on how the presence of an ASD diagnosis in a child may influence parents' ability to regulate emotions and how this, in turn, may be associated with levels of marital adjustment. Additionally, the study aims to compare these variables with those observed in parents of children without an ASD diagnosis.

The sample consisted of 80 participants, divided into two equal groups. One group included 40 parents of children diagnosed with ASD, and the second group included 40 parents of children with typical development. All participants were residing in Istanbul and were selected using a simple random sampling method. Participants completed a set of validated measurement tools including the Difficulties in Emotion Regulation Scale and the Marital Adjustment Scale, along with a demographic information form.

The results of the study revealed that parents of children with ASD experienced significantly more difficulties in emotion regulation compared to parents of children without ASD. Among the subdimensions of emotion regulation, lower levels of emotional awareness and openness were particularly striking in the ASD parent group. This suggests that parents of children with ASD may struggle to recognize and name their own emotional experiences, which can hinder

effective regulation. The findings also indicate that these difficulties were associated with lower marital adjustment scores. Specifically, as emotional dysregulation increased, relationship satisfaction and emotional harmony between spouses decreased.

In addition to emotional awareness and openness, other subdimensions such as acceptance, impulse control, and goal-oriented behavior were also found to be weaker in the ASD group. Many parents reported struggling with accepting their emotions during stressful parenting moments. Impulse control problems were also notable, particularly under conditions of chronic stress, which is frequently observed in families managing ASD-related needs. Moreover, pressure related to achieving personal goals was negatively associated with marital adjustment. Parents who reported high internal or external pressure to meet expectations or perform certain roles tended to report lower satisfaction in their marital relationships.

One important finding of this study was the role of mindfulness and self-awareness in maintaining a balanced emotional and relational life. Parents who reported higher levels of emotional awareness and present-focused attention also scored higher in marital adjustment. These results support the idea that emotional self-regulation skills not only contribute to individual psychological resilience but also to the health and stability of marital dynamics.

The study also emphasized the importance of effective communication, mutual support between partners, and the presence of social support networks. Many parents of children with ASD reported feeling socially isolated or emotionally overwhelmed, which often led to emotional withdrawal or increased conflict with their spouse. This emotional distancing can gradually erode the quality of the marital relationship. On the other hand, those who found ways to share responsibilities, communicate openly, and support each other emotionally were more likely to maintain higher levels of marital harmony despite the ongoing challenges of raising a child with special needs.

In conclusion, this research highlights the significant emotional burden experienced by parents of children with ASD and how this burden can impact marital relationships. Emotion regulation difficulties were found to be closely tied to lower marital adjustment, and this relationship was stronger among those lacking emotional awareness, openness, and acceptance. The findings underline the need for psychological support interventions that focus not only on the needs of the child but also on the emotional and relational well-being of the parents. Programs that promote mindfulness, emotional literacy, and stress management skills can be beneficial. By enhancing emotion regulation capacities and improving relational communication, parents may experience greater satisfaction and stability in their marriages. This study suggests that supporting the psychological health of parents is a vital step in ensuring better outcomes for the entire family system.