



Ankara University Faculty of Educational Sciences Journal of Special Education

Year: 2019, Volume: 20, No: 2, Page No: 291-311

DOI: 10.21565/ozelegitimdergisi.456299

RESEARCH

Received Date: 31.08.18

Accepted Date: 15.04.19

OnlineFirst: 29.04.19

The Effect of Psychological Support Program on Resilience and Life Satisfaction of Adults with Disabilities

Serap NAZLI *
Ankara University

Abstract

The aim of this study is to examine the impact of a positive psychology-based psychological support program on the resilience and life satisfaction of adults with disabilities. 35 adults with disabilities voluntarily participated in the program designed for the International Day of Persons with Disabilities. The program lasted 5 days: a 16-hour psychological support program for the first 4 days and a celebration ceremony on the last day. Psychological support program was designed as a developmental, abstract and closed group in psychoeducation format. Brief Resilience Scale, Satisfaction with Life Scale and Psychoeducation Program Evaluation Form were the instruments used in the study. For the analysis of the data obtained from the scales, t-test for dependent groups and frequencies and percentages of the evaluation form were calculated. Results indicated that the psychological support program significantly increased resilience and life satisfaction of adults with disabilities.

Keywords: December 3rd International Day of Persons with Disabilities, personal development training for adults with disabilities, visual impairment, hearing impairment, physical impairment, positive psychology.

Recommended Citation

Nazlı, S. (2019). The effect of psychological support program on resilience and life satisfaction of adults with disabilities. *Ankara University Faculty of Educational Sciences Journal of Special Education*, 20(2), 291-311. doi: 10.21565/ozelegitimdergisi.456299

*Corresponding Author: Prof., E-mail: serapnazli68@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-8875-7926>

In Turkey, basic policies such as participation in working life and employment of adults with disabilities and making it compulsory by the law began in the 1990s. Research on adults with disabilities who are encouraged to participate in social life and work life with legal support (Aydın, 1991; Buğan, 1999; Böcü, 2000; Demir, 2000; Erdem, 1999; Erkek, 1994; Genç, 2015; İnce, 1996; Karçkay, 2001; Keskin, 2001; Pamuk, 2002; Şahin, 2002; Tufan, Yaman and Arun, 2007; Turkish Statistical Institute [TURKSTAT], 2010) have shown that they have interaction problems with employers and colleagues and experience prejudices in the social and work environments. Research suggests that psychological support for adults with disabilities is required in order to help them fulfill their social roles and responsibilities and strengthen their psychological well-being against life challenges.

Positive psychology explains individuals' self-recovery and their ability to rapidly return to their normal lives with the concept of resilience. When the literature is examined, there are definitions of resilience such as adaptation to stressful situations, being not ill despite negativity, functionalism in spite of stress and difficulties and self-recovery and getting well after stressful life events (Carver and Scheier, 1998; Smith, Dalen, Wiggins, Tooley, Christopher and Bernard, 2008; Tusaie and Dyer, 2004). Resilience can be defined as the ability to quickly recover from negative experiences, psychological problems, stress or diseases. In other words, resilience is an individual's capacity to overcome adverse conditions and adapt to the new situation. In order for adults with disabilities to cope with the living conditions, it is important to increase their level of resilience to be optimally functional.

Positive psychology emphasizes people's functioning optimally (Linley, Joseph, Harrington and Wood, 2006). Optimal functionality is a person's self-acceptance, feeling psychologically good, having good interpersonal relationships, having goals, high control and a high level of life satisfaction (Ryff, 1989). In other words, well-being is not only the absence of psychological disturbances and illnesses but also positive cognitive and affective perception of one's own characteristics, having positive energy, building successful and effective relationships with the outside world and people and improving oneself (Karademas, 2007). The two points of view of well-being literature are hedonia and eudaimonia (Keyes, Shmotkin and Ryff, 2002; Ryan and Deci, 2001). Subjective well-being includes three relevant elements: positive affectivity, negative affectivity and life satisfaction. Positive and negative affectivity dimensions are composed of pleasurable and non-pleasurable emotions while life satisfaction includes individual's cognitive evaluation about life. High positive affectivity and life satisfaction indicates high subjective well-being (Diener and Suh, 1997). Adults with disabilities need to strengthen their positive qualities in order to cope with the challenges in their lives. As Seligman (2002) emphasized, it is important not to improve the negative situations that individuals experience in life but to develop positive characteristics they possess.

In Turkey, descriptive research studies focusing on determining the relationship of adults' living conditions with happiness and life satisfaction started to be conducted in 1990s; and in 2000s, although limited, experimental research studies on positive psychology-based group programs were started. It has been found that resilience is associated with optimism, stress, problem management skills, self-sufficiency, neuroticism (Eryılmaz, 2011; Eryılmaz and Doğan, 2012; İlhan and Özbay, 2010; Karademas, 2007), marital satisfaction (Çağ and Yıldırım, 2013; Hünler and Gençöz, 2003), psychological needs (Eryılmaz, 2011; İlhan and Özbay, 2010) and job satisfaction (Eren and Aşıcı, 2015; Eryılmaz and Doğan, 2012; Yeşilyaprak and Boysan, 2015). This interest in the academic environment has been reflected to the government and the large-scaled studies which have researched the life satisfaction of people in Turkey started in 2003. In 2015, Turkish Statistical Institute (TURKSTAT) conducted Life Satisfaction Survey with 9397 individuals who were above the age 18. It was found that 57% of the participants stated being happy and 75% of participants stated being hopeful for their future life (TURKSTAT, 2016).

In Turkey, not only descriptive research but also experimental studies in this field are considered important and since the year 2000, programs have begun to be designed to support the psychological well-being of individuals (especially children and adolescents). It has been discovered that although not as much as children and

adolescents, the psychological support for adults began to be important and that especially stress management programs for the ability to cope with difficulties in the working environment were common. However, there are still a limited number of programs based on positive psychology-focused approaches in the literature. Özü (2010) carried out a 12-session stress management program with 15 adult participants working in tax office and concluded that there was a decline in general stress and anxiety of the participants and increase in their general well-being. Pehlivan (2011) found that a cognitive behavioral based psycho-education program with 33 females who consulted the female consulting center of municipality increased their communication skills, marriage satisfaction and well-being.

Conducting similar studies for adults with disabilities may strengthen their participation in social life and contribute to their personal and professional development. In adulthood period, individuals make decisions related to life and evaluate what to do, how to use their resources for this and how to change their life (Onur, 2011; Santrock, 2011). As in the other periods, educational life experiences are important to get support while adults review their life. The roles and duties of adults with disabilities have increased in social settings and working life. It is expected that they will cope with the negative experiences they come across, recover and become functional. Genç (2015) notes that economic assistance to people with disabilities people is not sufficient for a healthy and happy life. In order to fulfill their social roles and duties, it is important for them to have a good cognitive and affective attitude toward themselves, not to give up when confronted with problems and to improve their self-healing skills. The Ministry, who felt this necessity in Turkey, designed a weekly program for the International Day of Persons with Disabilities. The purpose of this study is to examine the effectiveness of the positive psychology-based program designed for the International Day of Persons with Disabilities on the resilience and life satisfaction of adults with disabilities.

Method

In order to examine the effect of psychological support program on the resilience and life satisfaction of adults with disabilities participating in the program, a single group experimental design with pre- and post-test was used.

Participants

A total of 35 volunteer adults with disabilities working in different public institutions participated in the program designed for the International Day of Persons with Disabilities in Ankara (the capital of Turkey). Fifteen of the participants had physical impairments, 7 had hearing impairments, 9 had visual impairments and 4 had other disabilities (mental / psychological). Twenty-nine of them were male and 6 of them were female. Three of them were in 21-25 age group (8.5%), 9 in 26-35 age group (25.7%), 10 in 36-45 age group (28.6%) and 13 in 46-55 age group (37.1%). One participant was graduated from secondary school (2.8%), 9 from high school (25.7%), 11 had a two-year university degree (31.4%), 12 had a four-year university degree (34.2%) and 2 had a master's degree (5.7%). Twenty-five (71.4%) of them were married and 10 (28.6%) were single. Twenty-three (65.7%) of them were officers, 5 (14.2%) were technicians, 3 (8.5%) were chiefs, 3 (8.5%) were engineers and 1 (2.8%) was a lawyer. 13 (37.1%) had working experience of 1-5 years, 3 (8.5%) had 6-15 years, 14 (40%) had 16-25 years and 5 (14.2%) had 26-35 years.

Development of the Psychoeducation Program

The program, which was designed for International Day of Persons with Disabilities, lasted five days. At the request of the authorities of the ministry, the author designed a training program for the first four days. The program was designed as a psychoeducation program in a developmental, abstract and closed group format (Brown, 2013). First of all, the purpose of the program was determined taking into account the characteristics of the target group, theoretical foundations and literature were reviewed, environmental factors were considered, teaching strategies and materials were prepared and evaluation tools were determined. Then the psychoeducation

program was presented and expert opinion was gathered and finally it was prepared for implementation (Brown, 2013; Chen and Rybak, 2004; Glass, 2010; Jacobs, Masson, Harvill and Schimmel, 2012).

The psychoeducation program was designed to apply adults in a group of 35 participants for four days and four hours in a day. The developmental features and problems of adulthood period (Onur, 2011; Santrock, 2011), the problems of adults with disabilities (TURKSTAT, 2010) and the factors affecting life satisfaction (Eryilmaz, 2011; Eryilmaz and Doğan, 2012; İlhan and Özbay, 2010; TURKSTAT, 2016) were examined. For the designed psycho-education program the opinions of three academicians working in the field of positive psychology were gathered and the program was revised based on their opinions. The aims and contents of four days are mentioned below and in Table-1:

- The aim of the first day (Monday) was to enable participants to realize the effects of events encountered in micro and macro environments on resilience. The effects of features came from genetics, micro and macro environments, family life, education process, general problems in job, family and social life, the current problems in Turkey (economic situation, immigration from Syria, terror, crime rate and epidemics etc.), TV, the internet and social share on resilience. On the first day of the program, participants were made aware of the adverse conditions in their lives, the fact that psychological wellbeing can be preserved during struggle with negativities and what can be done for psychological resilience were explained with examples.
- The aim of the second day (Tuesday) was to enable participants to realize the role of emotions, the function of positive-negative emotions and the importance of self-organization. This session included ways of strengthening well-being such as fundamental emotions, the functions of emotions, positive-negative emotions, happiness, stress management and humor. This session included the role of work in adult life, the contribution of work to economic and other needs (e.g. belonging, prestige, self-actualization and identity). Participants were provided with examples that being productive in society is important for psychological resilience.
- The aim of the third day (Wednesday) was to emphasize the importance of social relationships for psychological resilience; and also, the acquisition of communication skills. Participants gained awareness of communication barriers in daily life, in the business environment and in the family. The basic skills required for effective communication in the family, the profession and social life and the effective use of body language were explained with examples.
- The aim of the fourth day (Thursday) was to enable participants to realize the effects of family environment on well-being. In the session, family system, the characteristics of functional families, the role and duty of spouse sub-system, satisfying spouses' needs and being a spouse and factors effecting marriage harmony and making family environment functional were mentioned. In the last two sessions, all previous sessions were summarized briefly; and then, reviewing life aims and making new decisions for this, the importance of motivation and effort in the process of change, lifelong learning and the importance of reconfiguration of life were mentioned. Self-development, self-acceptance and general characteristics of functional people were discussed.

Each of the 16 sessions in the program lasted 60 minutes, with 15 minutes break between two sessions. At the beginning of each session, short visuals, caricatures and news were used to attract the attention of participants. Later, the leader gave 8-10-minute short information related to the theme of the session and asked questions to enable participants to think. For example, this program included several questions (e.g., What affects people during developmental processes and how do they affect people?, How do genetic and environmental factors affect you?, What is happiness?, What do you want to have in your life to be happy?, How do positive and negative emotions affect well-being?, How is the expression of self-organization perceived in our country?, What can we do for physical and psychological health?, What can you do to create a more peaceful environment in family?, Do

we have jobs for money?, What does occupational life bring us?, What is the role of friendship and social activities in our psychological health?, How can we control our life? and How can we arrange our life for psychological well-being? etc.). Participants were asked to write the questions, to think about them and if they want, to discuss these questions with their family and friends. At the end of each session, the theme of session was summarized, they were asked to re-think about the questions when they were alone and to discuss them with a loved-person in their families. Also, depending on the motivation of participants, additional materials were designed in each session.

Table 1

Brief Description of Group Sessions

| Days | Session Name | Goal |
|-----------|--|--|
| Monday | Session 1: Life process Session 2: Happiness and Unhappiness Session 3: Resilience Session 4: Life areas and life roles | <ul style="list-style-type: none"> • The micro and macro factors that negatively affect psychological health are recognized. • The living spaces and life tasks that strengthen psychological integrity are recognized. |
| Tuesday | Session 1: Self-regulation Session 2: Stress management Session 3: Professional life Session 4: Productive people in social life | <ul style="list-style-type: none"> • The importance of self-regulation and stress management for resilience are recognized. • The importance of being productive in society on the psychological integrity is recognized. |
| Wednesday | Session 1: Communication obstacles Session 2: Interpersonal communication Session 3: Effective communications skills Session 4: Body language | <ul style="list-style-type: none"> • Communication barriers between people in family, profession and social life are recognized. <ul style="list-style-type: none"> • How to use basic skills of effective communication (empathy, listening, content-emotional reflection, body language) in family, profession and social life is recognized. |
| Thursday | Session 1: Strong family structure Session 2: Functional family Session 3: Change in life transformation Session 4: Learned strength | <ul style="list-style-type: none"> • The effects of making family life functional on psychological wellbeing are recognized. • What to do to be fully functional in family, profession and social life are recognized. |
| Friday | International Day of Persons with disabilities celebration ceremony and cocktail | |

Data Collection Tools

The Life Satisfaction Scale (LSS), the Brief Resilience Scale (BRS), Satisfaction with Life Scale (SWLS) and the Psychoeducation Program Evaluation Form were used as data collection tools in the study. The SWLS was developed by Diener et al in 1985 to assess the cognitive aspect of subjective well-being. It includes five items rated on a 7-point Likert-type scale. The Turkish version of the SWLS was found to have sound psychometric properties with a test-retest reliability (r) of .85 and item-total correlations ranging from .71-.80 (Köker, 1991).

The Brief Resilience Scale (BRS) was developed by Smith and colleagues in 2008 to measure the psychological resilience of individuals and adapted to Turkish by Doğan (2015). BRS is a 5-point Likert-type, self-report measuring tool with 6 items. As a result of the analysis, a one-factor structure that explains 54% of total variance was obtained. The factor strength for the scale items were found to vary between .63 and .79. An item analysis was performed to determine the strength of the scale items in terms of predicting the total score. It can be seen as a result of the item analysis, that the adjusted item-total correlation values varied between .49 and .66. The reliability of the BRS was investigated using internal consistency coefficient, which was found to be .83 (Doğan, 2015).

The evaluation form of psycho-education program was designed to gather participants' opinions about the program (Brown, 2013). This form, which was developed by the researcher, included 19 items related to the structure of the program (item 1-3), the content of the program (item 4-12), instructor (item 13-17) and the program in general (item 16-19). This form was 5-point Likert-type. At the end of the form, participants were prompted "You may write your opinions about the psycho-education program." The researcher recorded the number of participants in the sessions and the duration of the sessions.

Implementation of the Program

International Day of Persons with Disabilities program lasted 5 days. For the first four days, 4-hour psychological support program (16 hours in total) was applied and on the last day, celebration ceremony and cocktail were organized. Because the participants were a special group, a shuttle was arranged; they were taken from their home at the designated routes at 9.00 a.m. and taken back to their homes at 4.30 p.m. The psychological support program was held for 2 hours between 10.00 a.m.-12.15 p.m. in the morning, lunch between 12.00-14.00 p.m. and psychological support program for 2 hours between 2.00-4.15 p.m. There were assistant staff during program application; that is, a sign language translator for participants with hearing impairments and 5 personnel to support saloon entry and exit and other needs of participants with physical impairments and visual impairments.

On the first day (Monday), the purpose of the program was explained and pre-tests were applied. The post-tests and the program evaluation form were administered on the fourth day of the psychological support program (Thursday) after the last session. Data were obtained from 32 volunteer participants due to one participant's being late and two participants' not being volunteer. During the data collection process, 3 assistant personnel supported participants with severe visual impairments. On the last day of the program (Friday), celebration ceremony and cocktail were prepared and ministers, deputies, representatives of the community of individuals with disabilities, participants and their families were invited. The participation certificates were distributed and the program was completed with a cocktail.

Data Analysis

For the data of BRS and SWLS, to test the significance of the differences between pre- and post-tests, t-test for dependent groups was utilized. The frequencies and percentages of the responses given to the items from 1 to 19 of Psychoeducation Program Evaluation Form were calculated and the responses given to the open-ended questions were shared with the readers without being interpreted. The level of significance in the study was taken as .05 (Büyüköztürk, 2016; Field, 2005).

Results

There were significant differences between pre- and post-tests of mean BRS scores ($t=1.809$, $p<.05$) and of SWLS scores ($t=-1.760$, $p<.05$) (see Table 2). The findings showed that the psychoeducation program was an effective intervention tool for increasing the resilience and life satisfaction of adults with disabilities.

Table 2

The Mean Differences of BRS and SWLS Pre- and Post-Test

| Scales | n | \bar{X} | SS | t | p |
|--------|----|-----------|------|-------|-------|
| BRS | 32 | 20.59 | 5.06 | 1.81 | .040* |
| | 32 | 22.06 | 4.62 | | |
| SWLS | 32 | 23.28 | 6.04 | -1.76 | .044* |
| | 32 | 24.88 | 4.99 | | |

* $p<.05$

The data of the Psychoeducation Program Evaluation Form, which was used to obtain the evaluations of participants with disabilities about the program, showed that the program was beneficial (see Table 3). Participants gave responses to items about the structure of the program (the first 3 items) as agree and totally

agree and they found the program's organization (%37.5 agree and 50% totally agree), materials (53.1% agree and 21.9% totally agree) and duration (37.5% agree and 28.1% totally agree) appropriate. It was determined that the structure of the program was satisfactory for participants, but comparing to the other items, participants found duration unsatisfying as it was short.

When the participants' responses to the content of the program (between 4th and 12th items) were examined, participants stated that the program contains information that can be used in their present and future lives (31.3% agree and 53.1% totally agree), that they acquired new information about psychological health (21.9% agree and 56.3% totally agree), that they noticed the impact of the environment on psychological health (46.9% agree and 34.4% totally agree), that they understood stress management (50% agree and 28.1% totally agree), how to implement basic communication skills (40.6% agree and 37.5% totally agree) and the effects of occupation and contribution to society (43.8% agree and 34.4% totally agree) and of family life (53.1% agree and 28.1% totally agree) on psychological resilience, that they understood how to change their life for optimal functionality (50% agree and 21.9% totally agree) and how to make their occupational, family and social living spaces functional (40.6% agree and 25% totally agree). It was found that participants replied to the content of the program as agree and totally agree and that they have gained new knowledge from the program.

It was determined that the participants' perceptions of the educator who carried out the program were positive (items 13-15); that is, educator's being competent in the field (50% agree and 34.4% totally agree) and successful in managing the teaching process (40.6% agree and 40.6% totally agree) and interaction with the participants (46.9% agree and 50% totally agree). Thus, it was found that participants found the educator's performance in the process to be successful.

When the participants' overall evaluation of the program (items 16-19) were examined, it was determined that they were satisfied with being in the program (84.4% totally agree), that they feel precious (81.3% totally agree), that they would suggest the program to their friends (75% totally agree) and that they wanted to participate in similar programs (78.1% totally agree). It was understood that the overall evaluation of the participants about the program was positive. When the data in Table 3 were examined, it was determined that participants responded 'agree' and 'totally agree' related to the structure and content of the program, educator and program in general.

In addition, 18 participants with disabilities participants responded to the open-ended prompt "You may write your opinions about the psycho-education program" on the evaluation form. When the responses were examined, it was found that participants were satisfied with the program and wanted it to repeat and also, they gained new knowledge related to anger control, stress management and effective communication and their awareness was increased. Some of the participants' responses to open-ended questions were as below:

I hope the program will continue in certain periods. (Participant-1)

The program paved the way for communicating with individuals. Organizing these kinds of programs in different holiday destinations increases the motivation of the people. (Participant-2)

I became conscious of knowing oneself and one's psychology, coping with stress in home and work life and controlling anger. I suggest that such programs be repeated within 6 months or 1 year. (Participant-3)

Anger control, the concept of family and effective communication were my favorite subjects. Some training programs last 2 days, but this one was a 4-day-long program with a nice and not boring flow. For the first time after a program, instead of going home and leaning back, I had a writing titled "Who am I?" I realized that I could organize myself and that these were 'free.' (Participant-4)

Table 3
The Results of Psychoeducation Program Evaluation Form (N=32)

| Items | Totally Disagree | | Disagree | | Partially Agree | | Agree | | Totally Agree | |
|---|------------------|-----|----------|-----|-----------------|------|-------|------|---------------|------|
| | f | % | f | % | f | % | f | % | f | % |
| 1. I found the planning and organization of the program successful. | 2 | 6.3 | -- | -- | 2 | 6.3 | 12 | 37.5 | 16 | 50 |
| 2. The presentation and materials were remarkable. | 1 | 3.1 | 2 | 6.3 | 5 | 15.3 | 17 | 53.1 | 7 | 21.9 |
| 3. The duration of the program was sufficient. | 2 | 6.3 | 3 | 9.4 | 6 | 18.8 | 12 | 37.5 | 9 | 28.1 |
| 4. The program had information that I could use for my life now and in the future. | -- | -- | 1 | 3.1 | 4 | 12.5 | 10 | 31.3 | 17 | 53.1 |
| 5. I gained new information about psychological health. | 2 | 6.3 | 2 | 6.3 | 3 | 9.4 | 7 | 21.9 | 18 | 56.3 |
| 6. I realized the role of micro and macro circulation on psychological health. | 1 | 3.1 | 1 | 3.1 | 4 | 12.5 | 15 | 46.9 | 11 | 34.4 |
| 7. I comprehended how to deal with stress. | 1 | 3.1 | 2 | 6.3 | 4 | 12.5 | 16 | 50 | 9 | 28.1 |
| 8. I comprehended how to use basic communication skills. | -- | -- | 1 | 3.1 | 6 | 18.8 | 13 | 40.6 | 12 | 37.5 |
| 9. I realized the effect of the professional life and being productive the society on the psychological resilience. | -- | -- | 2 | 6.3 | 5 | 15.6 | 14 | 43.8 | 11 | 34.4 |
| 10. I realized the effect of family life on the psychological resilience. | 1 | 3.1 | 2 | 6.3 | 3 | 9.4 | 17 | 53.1 | 9 | 28.1 |
| 11. I comprehended how to change my life for optimal functionality. | -- | -- | 2 | 6.3 | 7 | 21.9 | 16 | 50 | 7 | 21.9 |
| 12. I comprehended how to make my professional, family and social life functional. | 1 | 3.1 | 1 | 3.1 | 9 | 28.1 | 13 | 40.6 | 8 | 25 |
| 13. The educator was well informed about psychological health. | 1 | 3.1 | -- | -- | 4 | 12.5 | 16 | 50 | 11 | 34.4 |
| 14. The educator managed the teaching process successfully. | 1 | 3.1 | 1 | 3.1 | 4 | 12.5 | 13 | 40.6 | 13 | 40.6 |
| 15. The educator was successful in managing the group interaction. | 1 | 3.1 | -- | -- | -- | -- | 15 | 46.9 | 16 | 50 |
| 16. I was satisfied to be part of the program designed for disabled people. | -- | -- | 1 | 3.1 | 1 | 3.1 | 3 | 9.4 | 27 | 84.4 |
| 17. I felt very precious because of being involved in this program. | -- | -- | -- | -- | 3 | 9.4 | 3 | 9.4 | 26 | 81.3 |
| 18. I will suggest the program to my disabled friends. | 1 | 3.1 | -- | -- | 2 | 6.3 | 5 | 15.6 | 24 | 75 |
| 19. I would like to participate in programs that will support the psychological development of disabled public personnel. | 1 | 3.1 | 1 | 3.1 | -- | -- | 5 | 15.6 | 25 | 78.1 |

I would like to thank the Ministry for organizing such a seminar. From now on, I would like to participate in other seminars related to disabled people, disability rights and problems faced by people with disabilities and personal development. (Participant-5)

I support such programs because we are constantly interacting in social life and so we have psychological problems just like our body has physical illness. Therefore, we need trainings like this. Thank you. (Participant-6)

I have been informed about how to deal with stress. I have comprehended interpersonal communication skills. Future programs need to also include disability rights. (Participant-7)

The program was most beneficial to my personal development in terms of stress management. I got new information on the topic of communication. I'd like the program to continue. I want to have a program for disabled people every year. (Participant-8)

We got the information we need. The organization and our instructor were experts on the topic. My suggestion would be that the program could be longer. It could have been more colorful, like short videos. I know that some of my friends have never spoken. A friend said, 'I have a lot of ideas, but I do not have the courage to tell.' Me, I could say what I wanted and I am very satisfied with the program. (Participant-9)

Data indicated that resilience and life satisfaction of the adults with disabilities participating in the psychological support program increased significantly. In addition, it was determined that participants with disabilities had positive attitudes toward the structure and content of the program, they had positive overall evaluations of the educator and the program, they learnt a variety of information about developing resilience, stress management, anger control and effective communication, they were satisfied with participating in the program and felt that they were valuable.

Discussion

It is understood that psychoeducational programs such as psychological support programs are effective intervention tools to increase resilience and life satisfaction of adults with disabilities. Psychological resilience includes the ability of individuals to recover, re-heal, return to old functionality and re-adapt. Individuals with psychological resilience can struggle with the difficulties of life, become functional in stressful life events and can recover quickly (Smith et al., 2008; Smith, Tooley, Christopher and Kay, 2010). Life satisfaction includes cognitive judgments and evaluations of the entire life of an individual. According to Pavot and Diener (1993), life satisfaction judgments are based on the comparison between the criterion that the individual imposes on him and his perception of the conditions of life. The data were in line with the findings of studies increasing life satisfaction, resilience and well-being of adults (Bolton et al., 2004; Nazlı, 2017; Özü, 2010; Pehlivan, 2011; Veitch, 2007) and of university students (Cheng, Hasche, Huang and Su 2015; Chinaveh, 2010; Duran Oğuz, 2006; Gülsaçtı, 2009; Kuzucu, 2006; Nazlı, 2014; Tanhan, 2007).

Although no similar work has been done with adults with disabilities in the literature; there are studies showing that group work conducted with adults experiencing difficult life events and traumas is effective. For example, Bolton et al. (2004) found that 12 sessions of cognitive behavioral group therapy were effective in increasing wellbeing levels of Vietnamese and Korean veterans who were diagnosed with posttraumatic stress disorder. Veitch (2007) stated the effectiveness of 12-session programs performed with adult workers to increase participants' well-being. Çoban and Hamamcı (2008) showed that a 10-session education program decreased the exhaustion level of counselors. According to Sezer (2008), the hobby-therapy program integrated with cognitive behavioral approach was effective in decreasing organizational depression of teachers. Although these programs are based on different temporal durations and different institutions, structured group programs are effective intervention methods for the improvement of adults.

Psychoeducation programs provide educational experiences to individuals at all age groups with structured activities (Brown, 2013). It can be understood that group programs with the emphasis of educational aspects like psychoeducation programs are effective to increase adults' resilience and life satisfaction. Participants with disabilities responded to the program evaluation form by indicating that they had acquired information about the psychological health during the program, they were satisfied with the program specifically tailored to the adults with disabilities and that they wanted to participate in similar programs. The increased awareness of stress management, anger control and effective communication, also indicates that adults with disabilities need support for these issues. It is understood that because people with disabilities are more likely to have problems with social interactions, employers, colleagues and building a family (Genç, 2015; TURKSTAT, 2010), they need to cover these issues more than others. It is also understood that programs based on positive psychological approaches are useful for people with disabilities to cope with living conditions and to be optimally functional.

There are several limitations in this study. The study is limited to semi-experimental design, adults with disabilities working in the public institutions, mixed-disability groups, positive psychology-based psychoeducation program and short-term evaluation data. Further studies with adults with disabilities who do not work, those in different institutions, different formats, different experimental designs and with middle and long term evaluation data are required. In conclusion, it has been determined that positive psychology-based psychoeducation program is an effective intervention tool to increase resilience and life satisfaction of adults with disabilities.

References

- Aydın, Y. (1991). *Sakatların istihdamı hakkında tüzük uygulaması açısından sakatların çalışma sorunlarının incelenmesi ve zonguldak örneği [Examination of the working problems of the disabled in terms of the implementation of the statute on the employment of persons with disabilities and Zonguldak example]* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi) [Unpublished master's thesis]. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, Türkiye [Hacettepe University Institute of Social Sciences, Ankara, Turkey].
- Bolton, E. E., Lambert, J. F., Wolf, E. J., Raja, S., Varra, A. A., & Fisher, L. M. (2004). Evaluating a cognitive-behavioral group treatment program for veterans with posttraumatic stress disorder. *Psychological Services, 1*(2), 140-146. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/1541-1559.1.2.140>.
- Böcü, B. B. (2000). *Türkiye'de özürhümlerinin büro hizmetlerinde istihdam edilmesi açısından mesleki eğitimin önemi [Employment of the vocational education in turkey: importance of disability services office]* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi) [Unpublished master's thesis]. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, Türkiye [Gazi University, Institute of Social Sciences, Ankara, Turkey].
- Brown, N. W. (2013). *Psikoeğitsel gruplar hazırlama ve uygulama rehberi [Psychoeducational groups process and practice]*. (V. Yorğun, Çev./Trans.). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Buğan, G. M. (1999). *Yetişkin zihin engelli kadınların günlük yaşam becerilerini gerçekleştirme durumlarının belirlenmesi [Determination of situations of daily living skills of adult mentally retarded women]*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi) [Unpublished master's thesis]. Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir, Türkiye [Anadolu University, Institute of Social Sciences, Eskişehir, Turkey].
- Büyüköztürk, Ş. (2016). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni [Data analysis handbook for social sciences: Statistics, research design]* (22. baskı) (22nd ed.). Ankara: Pegem Akademi.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. New York: Cambridge University Press.
- Chen, M. W., & Rybak, C. J. (2004). *Group leadership skills: Interpersonal process in group counseling and therapy*. Davis Drive, Belmont, USA: Brooks/Cole Cengage Learning.
- Cheng, M., Hasche, L., Huang, H., & Su, X. S. (2015). The effectiveness of a meaning-centered psychoeducational group intervention for Chinese college students. *Social Behavior and Personality, 43*(5), 741-756. doi: 10.2224/sbp.2015.43.5.741
- Chinaveh, M. (2010). Training problem-solving to enhance quality of life: Implication towards diverse learners. *Procedia Social and Behavioral Sciences, 7*, 302-310. doi: 10.1016/j.sbspro.2010.10.042
- Çağ, P., & Yıldırım, İ. (2013). Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler [Relational and personal predictors of marital satisfaction]. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4*(39), 13-23.
- Çoban, A. E., & Hamamcı, Z. (2008). Stresle başa çıkma programının psikolojik danışmanların mesleki tükenmişlik düzeyleri üzerine etkisi [Effect of stress coping program on the level of vocational burnout of counselors]. *İlköğretim Online, 7*(3), 600-613.
- Demir, A. (2000). *Türkiye'de özürhümlerinin mesleğe yöneltilmesi ile istihdamı meselesi [The issue of employment with disabilities to be directed into the profession in Turkey]* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi) [Unpublished master's dissertation]. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya, Türkiye [Sakarya University Institute of Social Sciences, Sakarya, Turkey].
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment, 49*, 71-75. <https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901-13>

- Diener, E., & Suh, E. (1997). Measuring quality of life: Economic, social and subjective indicators. *Social Indicators Research*, 40(1-2), 189-216, <https://psycnet.apa.org/doi/10.1023/A:1006859511756>.
- Doğan, T. (2015). Kısa psikolojik sağlamlık ölçeğinin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması [Adaptation of brief resilience scale into Turkish: A validity and reliability study]. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Duran Oğuz, N. (2006). *Wellness among Turkish university students: Investigating the construct and testing the effectiveness of an art-enriched wellness program*. (Unpublished doctoral dissertation), Middle East Technical University, Institute of Social Sciences, Ankara, Turkey.
- Erdem, B. (1999). *Self-concept and physical self-perception differences between active wheelchair basketball players and non-active disabled male adults*. (Unpublished doctoral dissertation), Institute of Social Sciences, Middle East Technical University, Ankara, Turkey.
- Eren, K. A., & Aşıcı, A. A. (2016). The determinants of happiness in Turkey: Evidence from city-level data. *Journal of Happiness Studies*, 18(3), 647-669. doi: 10.1007/s10902-016-9746-9
- Erkek, A. (1994). *Örgütlerde ortopedik özürümler ve sorunlarının davranışsal yönden incelenmesi [Behavioral examination of orthopedic disability and its problems in organizations]* (Yayınlanmamış doktora tezi) [Unpublished doctoral dissertation]. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, Türkiye [Istanbul University Institute of Social Sciences, İstanbul, Turkey].
- Eryılmaz, A. (2011). Yetişkin öznel iyi oluşu ile pozitif psikoterapi bağlamında birincil ve ikincil yetenekler arasındaki ilişkilerin incelenmesi [The examination of the relationship between primary and secondary skills in the context of positive psychotherapy with adults' subjective well-being]. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 14, 17-28.
- Eryılmaz, A., & Doğan, T. (2012). İş yaşamında öznel iyi oluş: Utrecht işe bağ ölçeğinin psikometrik özelliklerinin incelenmesi [Business life of subjective well-being: Examining the psychometric properties of the scale bond Utrecht work]. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 15(1), 49-55.
- Field, A. (2005). *Discovering statistics using SPSS* (2nd ed.). Madison Avenue, New York, USA: Sage Publications Inc.
- Genç, Y. (2015). Engellilerin sosyal sorunları ve beklentileri [Social problems and expectations of disabled people]. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 35(2), 65-92.
- Glass, S.D. (2010). *The practical handbook of group counseling: Group work with children, adolescents and parents* (2nd ed.). Saddle River, New Jersey, USA: GHP Practical Handbooks.
- Gülsaçtı, F. (2009). *Sosyal beceri eğitime yönelik programın üniversite öğrencilerinin, sosyal beceri, öznel ve psikolojik iyi olma düzeylerine etkisi [The effects of group guidance program based on social skill training on levels of students' social skill, subjective and psychological well-being]* (Yayınlanmamış doktora tezi) [Unpublished doctoral dissertation]. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum, Türkiye [Ataturk University Institute of Social Sciences, Erzurum, Turkey].
- Hünler, O. S., & Gençöz, T. (2003). Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi: Algılanan evlilik problemleri çözümünün rolü [The relationship between submissive behaviors and marital satisfaction: The role of solving perceived marital problem]. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 99-108.
- İlhan, T., & Özbay, Y. (2010). Her amaç sağlığa iyi gelmez: Yaşam amaçlarının ve psikolojik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş üzerindeki yordayıcı rolü [The predictive role of life goals and psychological need satisfaction on subjective well-being]. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 34(2), 109-119.

- İnce, A. (1996). *Avrupa Birliğinde ve Türkiye`de özürlüler [Disabled people in Turkey and the European Union]*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Avrupa Birliği Enstitüsü.
- Jacobs, E. E., Masson, R. L., Harvill, R. L., & Schimmel, C. J. (2012). *Group counseling strategies and skills* (7th ed.). Davis Drive Belmont, USA: Brooks/Cole Cengage Learning.
- Karçkay, U. K. (2001). *Türkiye`de özürlü nüfusa yönelik istihdam politikaları ve etkileri [Employment policies and their implications for disabled population in Turkey]*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü.
- Karademas, E. (2007). Positive and negative aspects of well-being: Common and specific predictors. *Personality and Individual Differences*, 43(2), 277-287. doi:10.1016/j.paid.2006.11.031
- Keskin, M. (2001). *Engellilerin toplumsal yaşama katılımında eğitim-rekreasyon-spor uygulamaları ve etkisi [Impact of disability education on participation in social life]* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi) [Unpublished master's thesis]. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya, Türkiye [Dumlupınar University, Institute of Social Sciences, Kütahya, Turkey].
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality & Social Psychology*, 82(6), 1007-1022. doi: 10.1037//0022-3514.82.6.1007
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeyinin karşılaştırılması [Comparison of the levels of the normal and troubled adolescent life satisfaction]* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi) [Unpublished master's thesis]. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, Türkiye [Ankara University, Institute of Social Sciences, Ankara, Turkey].
- Kuzucu, Y. (2006). *Duyguları fark etmeye ve ifade etmeye yönelik bir psikoeğitim programının, üniversite öğrencilerinin duygusal farkındalık düzeylerine, duygularını ifade etme eğilimlerine, psikolojik ve öznel iyi oluşlarına etkisi [Emotions of a psychoeducation program is intended to express and to realize, emotional awareness of university students, the tendency to express their feelings, the effects of psychological and subjective well-being]* (Yayınlanmamış doktora tezi) [Unpublished doctoral dissertation]. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, Türkiye [Ankara University, Institute of Social Sciences, Ankara, Turkey].
- Linley, P. A., Joseph S., Harrington S., & Wood, A. M. (2006). Positive psychology: Past, present and (possible) future. *The Journal of Positive Psychology*, 1(1), 3-16. doi: 10.1080/17439760500372796
- Nazlı, S. (2014). *Akademide yaşam becerileri [Life skills in academy]*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Nazlı, S. (2017). *The effect of a psycho-education application on life satisfaction of adults*. Paper presented at the Second Eurasian Congress of Positive Psychology, İstanbul Uskudar University, Abstract retrieved from <http://www.ppcongress2017.org/uploads/file/ppcongress-2017-kitapcik.pdf?04>
- Onur, B. (2011). *Gelişim psikolojisi: Yetişkinlik-yaşlılık-ölüm [Developmental psychology: Adult-age and death]*. Ankara: İmge Yayınevi.
- Özü, Ö. (2010). *Bilişsel davranışçı yaklaşıma dayalı stresle başa çıkma eğitim programının işgörenlerin stres, kaygı ve iyilik hali düzeylerine etkisi: Karşıyaka vergi dairesi örneği [The effects of cognitive behavioral approach based stress management education program on the stress, anxiety and well-being level of employees: The case of Karşıyaka tax office]* (Yayınlanmamış doktora tezi) [Unpublished doctoral dissertation]. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir, Türkiye [Ege University, Institute of Social Sciences, İzmir, Turkey].

- Pamuk, S. (2002). *Çalışma yaşamındaki engellilerin iş doyumunu [Job satisfaction of disabled people in working life]* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi) [Unpublished master's thesis]. Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa, Türkiye [Uludağ University, Institute of Social Sciences, Bursa, Turkey].
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological Assessment*, 5(2), 164-172. doi 10.1007/978-90-481-2354-4_5
- Pehlivan, H. (2011). *Bilişsel davranışçı yaklaşım temelli psikoeğitim programının kadın dayanışma merkezine başvuran annelerin iyi oluş düzeyi, evlilik doyumunu, problem çözme ve iletişim becerilerine etkisi [The effects of cognitive behavioral approach based on the psychoeducation program of the women's well-being level, marital satisfaction, problem solving and communication skills]* (Yayınlanmamış doktora tezi) [Unpublished doctoral dissertation]. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir, Türkiye [Ege University, Institute of Social Sciences, Izmir, Turkey].
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. doi/10.1037/0022-3514.57.6.1069
- Ryan, R. M., & Deci, E. L., (2001), Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78. doi.10.1037//0003.066X.55.1.68
- Santrock, J. W. (2011). *Yaşam boyu gelişim [Life-span development]*. (G. Yüksel, Çev/Trans.) Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Seligman, M. E. (2002). Positive psychology, positive prevention and positive therapy. In C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (pp. 3-9). New York: Oxford University Press. [Electronic version]. Retrieved from <http://site.ebrary.com/lib/pamukkale>.
- Sezer, S. (2008). *Bilişsel davranışçı yaklaşımla bütünleştirilen hobiterapi uygulamasının bir eğitim kurumunun örgüt depresyonu üzerindeki etkisi [The effect of hobby therapy practice, which is integrated with cognitive-behavioral approach, on organization depression of an education institution]* (Yayınlanmamış doktora tezi) [Unpublished doctoral dissertation]. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, Türkiye [Ankara University, Institute of Social Sciences, Ankara, Turkey].
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15, 194-200. doi: 10.1080/10705500802222972
- Smith, B. W., Tooley, E. M., Christopher, P., & Kay, V. S. (2010). Resilience as the ability to bounce back: A neglected personal resource? *Journal of Positive Psychology*, 5(3), 166-176. doi: 10.1080/17439760.2010.482186
- Şahin, M. (2002). *Türkiye'de sakatların çalışma hayatındaki sorunları [Problems in the working life of the disabled in Turkey]* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi) [Unpublished master's thesis]. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, Türkiye [Gazi University, Institute of Social Sciences, Ankara, Turkey].
- Tanhan, F. (2007). *Ölüm kaygısıyla baş etme eğitiminin ölüm kaygısı ve psikolojik iyi olma düzeyine etkisi [The effects of coping with death anxiety education programme on death anxieties and psychological well-being]* (Yayınlanmamış doktora tezi) [Unpublished doctoral dissertation]. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, Türkiye [Ankara University, Institute of Social Sciences, Ankara, Turkey].
- Tufan, I., Yaman, H., & Arun, Ö. (2007). Disability in Turkey. Suggestions for overcoming current problems. *International Social Work*, 50(6), 839-846. Doi:10.1177/0020872807077917.
- Turkish Statistical Institute [TURKSTAT] (2010). *Özürlülerin sosyal sorun ve beklentileri araştırması 2010 [Survey on problems of disabled people 2010]*. Retrieved from www.tuik.gov.tr

- TURKSTAT (2016). Yaşam memnuniyet anketi 2015 [Life satisfaction survey 2015]. *Haber Bülteni*, number 21518. Retrieved from www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=21518
- Tusaie, K., & Dyer, J. (2004). Resilience: A historical review of the construct. *Holistic Nursing Practice*, 18(1), 3-8.
- Veitch, H. G. (2007). *The development and evaluation of a psychological wellness programme for adults*. (Unpublished master's thesis), Faculty of Humanities, University of Free State, Bloemfontein, USA.
- Yeşilyaprak, B., & Boysan, M. (2015). Latent class analysis of job and life satisfaction among school counselors: A national survey. *Journal of Happiness Studies*, 16(1), 1-15. Doi:10.1007/s10902-013-9491-2



Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi

Yıl: 2019, Cilt: 20, Sayı: 2, Sayfa No: 291-311

DOI: 10.21565/ozelegitimdergisi.456299

ARAŞTIRMA

Received Date: 31.08.18

Accepted Date: 15.04.19

OnlineFirst: 29.04.19

Psikolojik Destek Programının Engelli Yetişkinlerin Psikolojik Sağlamlık ve Yaşam Doyumuna Etkisi

Serap Nazlı 

Ankara Üniversitesi

Öz

Bu çalışmanın amacı, pozitif psikoloji temelli hazırlanan psikolojik destek programının engelli yetişkinlerin psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumlarına etkisini incelemektir. 3 Aralık Dünya Engelliler haftası dolayısı ile düzenlenen programa gönüllü 35 engelli yetişkin katılmıştır. Program 5 gün sürmüştür, ilk 4 gün 16 saat psikolojik destek programı ve son gün kutlama töreni yapılmıştır. Psikolojik destek programı psikoeğitim formatında, gelişimsel, soyut ve kapalı grup biçiminde tasarlanmıştır. Programı değerlendirmek için Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Psikoeğitim Programını Değerlendirme Formu uygulanmıştır. Ölçeklerden elde edilen verilerin analizinde bağımlı gruplar için t-testi, değerlendirme formunun frekans ve yüzdeleri hesaplanmıştır. Elde edilen bulgular, psikolojik destek programının engelli yetişkinlerin psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumlarını anlamlı düzeyde artırdığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: 3 Aralık Dünya Engelliler Haftası, engelli yetişkinlerin kişisel gelişim eğitimi, işitme engelli, görme engelli, ortopedik engelli, pozitif psikoloji.

Önerilen Atıf Şekli

Nazlı, S. (2019). Psikolojik destek programının engelli yetişkinlerin psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumuna etkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 20(2), 291-311. doi: 10.21565/ozelegitimdergisi.456299

*Sorumlu Yazar: Prof. Dr., E-posta: serapnazli68@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-8875-7926>

Türkiye'de engelli yetişkinlerin çalışma yaşamına katılımı ve istihdamı, bunun yasalarla zorunlu hale getirilmesi gibi temel politikalar 1990'lı yıllarda başlamıştır. Yasal destekler ile sosyal yaşama ve çalışma hayatına katılımı teşvik edilen engelli yetişkinler ile yapılan araştırmalar (Aydın, 1991; Böcü, 2000; Buğan, 1999; Demir, 2000; Erdem, 1999; Erkek, 1994; Genç, 2015; İnce, 1996; Karçkay, 2001; Keskin, 2001; Pamuk, 2002; Şahin, 2002; Tufan, Yaman ve Arun, 2007; TURKSTAT, 2010) engellilerin sosyal ve iş ortamlarında önyargılar ile karşılaştıkları, işverenler ve meslektaşlar ile etkileşim sorunları olduğunu göstermektedir. Araştırmalar engelli yetişkinlerin toplumsal rol ve sorumluluklarını yerine getirmeleri için psikolojik olarak desteklenmesi, yaşam zorluklarına karşı psikolojik sağlıklarının güçlendirilmesi gerekliliğini göstermektedir.

Pozitif psikoloji bireylerin kendini toplama ve hızlı bir şekilde normal yaşantılarına dönebilme gücünü, psikolojik sağlamlık kavramıyla açıklamaktadır. Literatür incelendiğinde, psikolojik sağlamlık kavramının stresli durumlara uyum sağlama, olumsuzluklara rağmen hasta olmama, stres ve zorluklara rağmen işlevsel olma ve stresli yaşantılardan sonra kendini toplama ve iyileşme gibi tanımları bulunmaktadır (Carver ve Scheier, 1998; Smith vd., 2008; Tusaie ve Dyer, 2004). Psikolojik sağlamlık olumsuz yaşantılardan, hastalıklardan, psikolojik sorunlardan ya da stresten hızlı bir şekilde kurtulabilme, iyileşme ve kendini toparlayabilme gücü olarak tanımlanabilir. Bir başka deyişle psikolojik sağlamlık, kişinin olumsuz koşulların üstesinden başarıyla gelebilme ve yeni duruma uyum sağlayabilme yeteneğidir. Engelli yetişkinlerin de yaşam koşulları ile baş edebilmesi için psikolojik sağlamlık düzeylerinin artması ve optimal düzeyde işlevsel olması önemsenmelidir.

Pozitif psikoloji, insanın optimal düzeyde işlev görmesine işaret eder (Linley, Joseph, Harrington ve Wood, 2006). Optimal işlevsellik bir insanın kendisini kabul etmesi, kişilerarası ilişkilerinin iyi olması, kontrol duygusunun yüksek olması, amaçlarının olması, psikolojik olarak kendisini iyi hissetmesi ve yaşam doyumunun yüksek olmasıdır (Ryff, 1989). Diğer bir deyişle, iyi oluş sadece psikolojik rahatsızlıkların ve hastalıkların olmaması değil, kişinin kendi özelliklerine ilişkin bilişsel ve duyuşsal algısının olumlu yönde olması, pozitif enerjiye sahip olması, dış dünyayla ve insanlarla başarılı ve etkili ilişki kurması ve kendini olumlu yönde geliştirmesidir (Karademas, 2007). Engelli yetişkinlerin de yaşamlarındaki zorluklar ile baş etmeleri için olumlu özelliklerinin güçlenmesine ihtiyaçları vardır. Seligman'ın (2002) da vurguladığı gibi, bireyin yaşamda karşılaştığı olumsuz durumları iyileştirmek değil, sahip olduğu olumlu özellikleri geliştirmek önemlidir.

Türkiye'de 1990'lı yıllarda yetişkinlerin yaşam koşulları ile mutluluk ve yaşam doyumunu ilişkisini belirlemeye odaklanan betimsel araştırmalar; sınırlı da olsa 2000'li yıllarda pozitif psikoloji temelli grup programları ile deneysel araştırmalar başlatılmış; özellikle çocuk ve ergenlerin psikolojik sağlamlığını ve iyi oluşunu destekleyen programlar tasarlanmaya başlamıştır. Ancak literatürde hala pozitif psikoloji odaklı yaklaşımları temel alan programlar sınırlıdır (Bolton vd., 2004; Nazlı, 2017; Özü, 2010; Pehlivan, 2011; Veitch 2007). Benzer çalışmaların engelli yetişkinler için de yapılması, onların toplumsal yaşama katılımını güçlendirecek, kişisel ve mesleki gelişimlerine katkı sağlayabilecektir. Toplumsal ortamlarda ve çalışma yaşamında engelli yetişkinlerin rol ve görevleri artmış; karşılaştıkları olumsuz yaşantılarla baş etmesi, kendisini toparlaması ve işlevsel olması beklenmektedir. Genç (2015), engelli bireylere yönelik ekonomik yardımların sağlıklı ve mutlu yaşam sürmeleri için yeterli olmadığını belirtmektedir.

Toplumsal rol ve görevlerini yerine getirebilmeleri için engellilerin kendilerine ilişkin bilişsel ve duyuşsal algılarının yüksek olması, sorunlar karşısında yılmaması ve kendini toplama becerilerinin geliştirilmesi önemlidir. Türkiye'de bunun gerekliliğini hisseden Bakanlık, 3 Aralık'ta yapılan Uluslararası Dünya Engelliler Günü için bir haftalık program tasarlamıştır. Bu çalışmanın amacı, 3 Aralık Dünya Engelliler haftası dolayısı ile pozitif psikoloji temelli tasarlanan programın engelli yetişkinlerin psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumlarına etkisini incelemektir.

Yöntem

Araştırmada psikolojik destek programına katılan engelli yetişkinlerin, psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumlarına etkisini incelemek amacıyla, ön-son test ölçümlü tek gruplu deneysel desen kullanılmıştır.

Katılımcılar

3 Aralık Dünya Engelliler Haftası dolayısı ile düzenlenen programa, Ankara’da farklı kamu kurumlarında çalışan gönüllü 35 engelli yetişkin katılmıştır. Katılımcıların 15’i ortopedik engelli, 7’si işitme engelli, 9’u görme engelli ve 4’ü diğer engelli (zihinsel/psikolojik) grubundadır. Katılımcıların 29’u erkek, 6’sı kadın; yaş ranjı 21-55 yaş ve 21-25 yaş grubunda 3 kişi (%8,5), 26-35 yaş grubunda 9 kişi (%25,7), 36-45 yaş grubunda 10 kişi (%28,6) ve 46-55 yaş grubunda 13 kişi (%37,1) bulunmaktadır. Katılımcılardan bir kişi ortaokul (%2,8), 9’u lise (%25,7), 11’i önlisans (%31,4), 12’si lisans (%34,2), 2’si lisansüstü (%5,7) mezunu; 25 kişi evli (%71,4) ve 10 kişi bekar (%28,6). Katılımcıların 23’ü memur (%65,7), 5’i tekniker (%14,2), 3’ü şef (%8,5), 3’ü mühendis (%8,5) ve 1’i avukat (%2,8) olarak görev yapmakta; çalışma yıllarına göre 1-5 yıl arasında 13 kişi (%37,1), 6-15 yıl arasında 3 kişi (%8,5), 16-25 yıl arasında 14 kişi (%40) ve 26-35 yıl arasında 5 kişi (%14,2) bulunmaktadır.

Psikoeğitim Programının Geliştirilmesi

3 Aralık Dünya Engelliler haftası için tasarlanan program beş gün sürmüştür. Bakanlık yetkilileri yazardan ilk dört gün için eğitim tasarlamasını talep etmişlerdir. Bu talep üzerine dört günlük bir paket program tasarlanmıştır. Program psikoeğitim formatında, gelişimsel, soyut ve kapalı grup biçiminde tasarlanmıştır. Öncelikle programın amacı belirlenmiş, hedef kitlenin özellikleri dikkate alınmış; kuramsal temeller ve literatür taranmış, çevresel faktörler dikkate alınmış, öğretim strateji ve materyalleri hazırlanmış ve değerlendirme araçları belirlenmiştir. Daha sonra psikoeğitim programı uzman görüşüne sunulmuş ve uygulamaya hazır hale getirilmiştir (Brown, 2013; Chen ve Rybak, 2004; Glass, 2010; Jacobs, Masson, Harvill ve Schimmel, 2012).

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ), Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ) ve Psikoeğitim Programını Değerlendirme Formu kullanılmıştır. Araştırmada Yaşam Doyumu Ölçeğinin Türkçe versiyonu kullanılmıştır. Yaşam Doyumu Ölçeği, bireylerin yaşamlarına ilişkin aldıkları doyum ortaya koymak amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek toplam beş maddeden oluşmaktadır ve tek boyutlu bir ölçektir. Ölçek, Köker (1991) tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır. Ölçeğin güvenilirlik çalışmasına göre, test-tekrar test güvenilirliği .85, madde-test korelasyonları ise .71 ile .80 arasında değişmektedir.

Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ), bireylerin psikolojik sağlık düzeylerini ölçmek amacıyla 2008 yılında Smith ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş; Türkçe’ye Doğan (2015) tarafından uyarlanmıştır. KPSÖ, 5’li likert tipinde, 6 maddelik, öz bildirim tarzı bir ölçme aracıdır. Ölçeğin psikometrik özellikleri iç tutarlık, açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi ve ölçüt bağıntılı geçerlik yöntemleri ile incelenmiştir. Açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi sonucunda, ölçeğin tek faktörlü bir yapıya sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. KPSÖ’ye ilişkin iç tutarlık katsayısı .83 olarak bulunmuştur. Ölçüt bağıntılı geçerlik bağlamında ise, KPSÖ ile Oxford Mutluluk Ölçeği, Ego Sağlamlığı Ölçeği ve Connor Davidson Psikolojik Sağlık Ölçeği arasında pozitif yönde ilişkiler bulunmuştur (Doğan, 2015).

Psikoeğitim programının engelli katılımcılar tarafından nasıl algılandığını belirlemek için, araştırmacı tarafından 19 maddelik Psikoeğitim Programını Değerlendirme Formu hazırlanmıştır. Form 5’li likert tipinde hazırlanmış ve ayrıca bir açık uçlu soru ile (“Varsa psikoeğitim programına ilişkin görüşlerinizi yazabilirsiniz?”) katılımcıların görüşleri alınmıştır (Brown, 2013).

Programın Uygulama ve Veri Toplama Süreci

3 Aralık Dünya Engelliler Haftası Programı beş gün sürmüştür; ilk dört gün, günde dört saat (toplamda 16 saat) psikolojik destek programı uygulanmış; son gün kutlama töreni ve kokteyl yapılmıştır. Katılımcılar özel bir grup olduğu için servis ayarlanmış, saat 9.00’da belirlenen güzergahlardan evlerinden alınmış ve saat 16.30’da tekrar evlerine götürülmüştür. Psikolojik destek programı sabah 10.00-12.15 arası 2 saat; 12.00-14.00 arası öğle yemeği, dinlenme ve sohbet; 14.00-16.15 arası 2 saat yapılmıştır. Programın uygulaması esnasında yardımcı

personel ayarlanmış; işitme engelli katılımcılar için bir işaret dili çevirmeni, ortopedik engelli ve görme engelli katılımcılar için salona giriş çıkışlar ve diğer ihtiyaçlarına destek olmak için beş kişi hizmet sunmuştur.

İlk gün (pazartesi) tanışma sonrası programın amacı anlatılmış ve ön testler uygulanmıştır. Son testler ve program değerlendirme formu, psikolojik destek programının dördüncü günü (perşembe) son oturumun ardından uygulanmıştır. Programa ilk gün geç katılan bir katılımcı ve ölçekleri doldurmak istemeyen iki katılımcı nedeni ile veriler gönüllü 32 katılımcıdan elde edilmiştir. Veri toplama sürecinde ileri derece görme engelli katılımcılara (3 kişi) yardımcı personel destek olmuştur. Programın son günü (Cuma günü), kutlama töreni ve kokteyl hazırlanmış; bakan, müsteşar, milletvekilleri, engelli derneği temsilcileri ve katılımcılar ile aileleri davet edilmiştir. Samimi bir ortamda konuşmalar yapılmış, katılım belgeleri dağıtılmış ve kokteyl ile program tamamlanmıştır.

Veri Analizi

Kısa Psikolojik Sağlık ve Yaşam Doymu ön ve son test analizi için bağımlı gruplar t testi yapılmıştır. Psiko eğitim Programı Değerlendirme Formunun 1. ile 19. maddelerine verilen yanıtların frekansları ve yüzdeleri hesaplanmış; açık uçlu soruya yazılanlar yorumlanmadan okuyucu ile paylaşılmıştır. Araştırmada manidarlık düzeyi .05 olarak esas alınmıştır (Büyüköztürk, 2016; Field, 2005).

Bulgular

Psikolojik destek programına katılan engelli bireylerin Kısa Psikolojik Sağlık ölçeğinden aldıkları puanların ön-son test ortalamaları arasında ($t=1.809, p<.05$) ve Yaşam Doymu ölçeğinin ön-son test ortalamaları arasında ($t=-1.760, p<.05$) anlamlı farklılık bulunmuştur (Tablo 2). Elde edilen bulgular, engelli yetişkinlerin psikolojik sağlık ve yaşam doymu düzeylerini artırmada psiko eğitim programının etkili bir müdahale aracı olduğunu göstermektedir.

Engelli katılımcıların programa ilişkin görüşlerini belirlemek için uygulanan Psiko eğitim Programı Değerlendirme Formu verileri de programın yararlı olduğunu göstermektedir (Tablo 3). Katılımcılar programın yapısına ilişkin maddelere (ilk 3 madde) katılıyorum ya da tamamen katılıyorum yönünde yanıt vermişler; programın organizasyonunu (katılıyorum %37,5 ve kesinlikle katılıyorum %50), materyallerini (katılıyorum %53,1 ve kesinlikle katılıyorum %21,9) ve süresini (katılıyorum %37,5 ve kesinlikle katılıyorum %28,1) uygun bulmuşlardır. Katılımcıların programın yapısını yeterli buldukları, ancak diğer iki maddeye oranla süreyi kısa buldukları belirlenmiştir.

Katılımcıların programın içeriğine ilişkin (4.-12. maddeler arası) verdikleri yanıtlar incelendiğinde, çoğunluğunun programın şimdi ve gelecek yaşamları için yararlanabileceği bilgiler içerdiğini görüşünde olduklarını (katılıyorum %31,3 ve kesinlikle katılıyorum %53,1); psikolojik sağlığa yönelik yeni bilgiler kazandıklarını (%21,9 katılıyorum, %56,3 kesinlikle katılıyorum) belirtmişlerdir. Çevrenin psikolojik sağlık üzerindeki etkisini fark ettiklerini (%46,9 katılıyorum, %34,4 kesinlikle katılıyorum); stres yönetimini kavradıklarını (%50 katılıyorum, %28,1 kesinlikle katılıyorum); temel iletişim becerilerini nasıl uygulayacaklarını kavradıklarını (%40,6 katılıyorum, %37,5 kesinlikle katılıyorum); mesleğin ve topluma katkı vermenin (%43,8 katılıyorum, %34,4 kesinlikle katılıyorum) ve aile yaşamının psikolojik sağlamlığa etkisini kavradıklarını (%53,1 katılıyorum, %28,1 kesinlikle katılıyorum) belirtmişlerdir. Katılımcılar optimal işlevsellik için yaşamlarını nasıl değiştireceklerini (%50 katılıyorum, %21,9 kesinlikle katılıyorum) ve meslek-aile-sosyal yaşam alanlarını işlevsel hale getirmeyi kavradıklarını (%40,6 katılıyorum, %25 kesinlikle katılıyorum) belirtmişlerdir. Katılımcılar programın içeriğine yönelik maddelere katılıyorum ya da tamamen katılıyorum yönünde yanıt vermişler ve programda yeni bilgiler kazandıklarını belirtmişlerdir.

Katılımcıların programını yürüten eğitimeciye (araştırmacı/yazar) ilişkin algılarının olumlu olduğu (madde 13.-15.); eğitimeciyi alanında yetkin olarak algıladıkları (%50 katılıyorum, %34,4 kesinlikle katılıyorum); öğretim sürecini (%40,6 katılıyorum, %40,6 kesinlikle katılıyorum) ve katılımcıların etkileşimini yönetmede başarılı (%46,9 katılıyorum, %50 kesinlikle katılıyorum) buldukları belirlenmiştir. Katılımcıların, eğitimecinin süreçteki performansını başarılı buldukları belirlenmiştir.

Katılımcıların programa ilişkin genel değerlendirmelerine bakıldığında (16.-19. maddeler); programda yer almaktan memnun oldukları (%84,4 kesinlikle katılıyorum) ve kendilerini değerli hissettikleri (%81,3 kesinlikle katılıyorum) belirlenmiştir. Katılımcılar programı arkadaşlarına önereceklerini (%75 kesinlikle katılıyorum) ve benzer programlarda katılmak istediklerini (%78,1 kesinlikle katılıyorum) belirtmişlerdir. Katılımcıların programa ilişkin genel değerlendirmelerinin olumlu olduğu anlaşılmaktadır. Tablo 3'teki veriler incelendiğinde katılımcıların programın yapısı ve içeriği, eğitimci ve genel programa ilişkin maddelere çoğunlukla 'katılıyorum' ve 'kesinlikle katılıyorum' yönünde yanıtladıkları belirlenmiştir.

Ayrıca, 18 engelli katılımcı değerlendirme formundaki açık uçlu soruya yanıt vermiştir. Verilen yanıtlar incelendiğinde katılımcıların programda olmaktan memnun oldukları ve tekrarlanmasını istedikleri; özellikle öfke kontrolü, stres yönetimi ve etkili iletişimde yeni bilgiler kazandıkları ve farkındalıklarının arttığı belirlenmiştir. Katılımcıların paylaşımlardan bazıları şunlardır:

Programın belirli periyotlar halinde (dönemlerde) devam etmesini temenni ediyorum. (Katılımcı-1)

İletişimde bireyler ve kişilerle anlaşabilme konusunda yol kat ettim. Bu tür ve benzeri programların farklı tatil yörelerinde yapılması kişilerin motivasyonunu artırır. (Katılımcı-2)

İnsanın kendini ve psikolojisini tanıma, ev ve iş hayatında stresle baş edebilme ve öfke kontrolü yapabilme konusunda bilinçlendim. Bu tür programların 6 ay ya da 1 yıl içinde tekrar edilmesini öneriyorum. (Katılımcı-3)

Öfke kontrolü, aile kavramı ve etkili iletişim en sevdiğim konulardı. Bazı eğitimler iki gün sürüyor, bu dört güne yayılmış ve sıkmayan bir program akışı çok güzeldi. İlk defa bir program sonrasında eve gidip uzanmak yerine "Ben kimim?" başlıklı bir yazım oldu. Kendimi düzenleyebileceğimi ve bunların 'bedava' olduğunu fark ettim. (Katılımcı-4)

Bakanlığımıza böyle bir seminer düzenlediği için teşekkür ederim. Bundan sonra da engelli, engelli hakları ve engellilerin yaşamda karşılaştığı sorunlarla ve kişisel gelişimle ilgili başka seminerlere de katılmak isterim. (Katılımcı-5)

Bu ve buna benzer programları destekliyorum çünkü sosyal hayatta sürekli etkileşimde olduğumuzdan, vücudun maddi hastalıkları olduğu gibi bizimde psikolojik problemlerimiz çıkıyor. Bunun için bu ve benzeri eğitimlere ihtiyaç duyuyoruz. Teşekkürler. (Katılımcı-6)

Stresle nasıl başa çıkabileceğim konusunda bilgilendim. Kişilerarası etkileşim becerilerini kavradım. Bundan sonraki eğitimlerde "engelli hakları" konusuna da yer verilmeli. (Katılımcı-7)

Programda kişisel gelişimimde en çok stresin üstesinden gelinmesinde faydası oldu. İletişim konusunda yeni bilgiler edindim. Programın devamını diliyorum. Engelliler için her yıl program yapılmasını istiyorum. (Katılımcı-8)

İhtiyacımız olan bilgileri aldık. Organizasyon ve hocamız konunun uzmanı. Önerim program daha uzun olabilirdi. Daha renkli olabilirdi, kısa videolar gibi. Bazı arkadaşlarımın hiç sesinin çıkmadığını biliyorum. Bir arkadaşım şöyle dedi 'Pek çok fikrim var ama söyleyecek cesaretim yok'. Ben ise istediklerimi söyleyebildim ve programdan çok memnunum. (Katılımcı-9)

Araştırma bulguları, psikolojik destek programına katılan engelli katılımcıların psikolojik sağlık ve yaşam doyumlarının anlamlı düzeyde arttığı belirlenmiştir. Ayrıca engelli katılımcıların programın yapısı ve içeriği, eğitimci ve programa ilişkin genel değerlendirmelerinin olumlu olduğu; psikolojik sağlık geliştirmeye yönelik çeşitli bilgiler öğrendikleri, özellikle stres yönetimi, öfke kontrolü ve etkili iletişim konularında yeni

bilgiler kazandıkları; programa katılmaktan dolayı memnun oldukları ve kendilerini değerli hissettikleri belirlenmiştir.

Tartışma

Araştırma bulguları psikolojik destek programına katılan engelli yetişkinlerin psikolojik sağlık ve yaşam doyumlarının anlamlı düzeyde arttığını göstermektedir. Psikolojik sağlık bireylerin kendini toparlama, yeniden iyileşme, eski işlevselliğine dönme ve yeniden uyum sağlama özelliklerini içermektedir. Psikolojik sağlıkları olan bireyler yaşamın zorluklarından yılmadan mücadele edebilmekte, stresli yaşantılarda işlevsel olabilmekte ve kendilerini hızla toparlayabilmektedirler (Smith vd., 2008; Smith, Tooley, Christopher ve Kay, 2010). Yaşam doyumu, bireyin yaşamının bütününe yönelik bilişsel yargı ve değerlendirmelerini kapsamaktadır. Pavot ve Diener'a (1993) göre yaşam doyumu yargıları bireyin kendisine yüklediği (selfimposed) kriterler ve yaşam koşullarını algılayışı arasındaki karşılaştırmaları üzerinde temellenmektedir. Psikolojik destek programı gibi eğitsel programların engelli yetişkinlerin psikolojik sağlık ve yaşam doyumlarını artırmada etkili müdahale aracı olduğu anlaşılmaktadır. Araştırmada elde edilen veriler, literatürde yetişkin bireylere (Bolton vd., 2004; Nazlı, 2017; Pehlivan, 2011; Özü, 2010; Veitch 2007) ve üniversite öğrencilerine (Cheng, Hasche, Huang ve Su 2015; Chinaveh, 2010; Duran Oğuz, 2006; Gülsaçtı, 2009; Kuzucu, 2006; Nazlı, 2014; Tanhan, 2007) benzer olduğu; yetişkin engelli bireylerin psikoeğitim programından yararlandıklarını göstermektedir.

Literatürde engelli yetişkinler ile yapılan benzer çalışmaya rastlanmamış olsa da zor yaşantı ve travma geçiren yetişkinler ile yürütülen grup programlarının etkili olduğunu gösteren araştırmalar vardır. Örneğin Bolton ve diğerleri (2004), 12 oturumluk bilişsel davranışçı grup terapisinin, travma sonrası stres bozukluğu tanısı alan Vietnam ve Kore gazilerinin iyilik hali düzeylerini artırmada etkili olduğunu tespit etmişlerdir. Çoban ve Hamamcı (2008), 10 oturumluk psikoeğitim programının psikolojik danışmanların mesleki tükenmişlik düzeylerini azalttığını belirlemiştir. Sezer (2008) hobi terapi programının öğretmenlerin örgüt depresyonunu azaltmada etkili olduğunu saptamıştır. Yetişkin bireyler ile yapılan sınırlı çalışmalar, yapılandırılmış grup yaşantılarının etkili olduğunu göstermektedir.

Engelli katılımcılar program değerlendirme formuna verdikleri yanıtlarda, programda psikolojik sağlığa yönelik bilgiler kazandıklarını, engellilere özel düzenlenen programda olmaktan memnun olduklarını ve benzer programlara katılmak istediklerini belirtmişlerdir. Katılımcıların özellikle stres yönetimi, öfke kontrolü ve etkili iletişim konularında farkındalıklarının arttığını belirlenmesi; aynı zamanda engelli yetişkinlerin bu konularda desteğe ihtiyaçlarının olduğunu da göstermektedir. Yapılan araştırmalarda engellilerin sosyal ortamlarda etkileşim sorunları, işverenle ve meslektaşlarla yaşadıkları sorunlar, aile kurmada yaşadığı sorunlar (Genç, 2015; TURKSTAT, 2010) nedeni ile bu konuların diğerlerine göre daha fazla ihtiyaç duydukları anlaşılmaktadır. Pozitif psikoloji yaklaşımlarını temel alan programların, engelli katılımcıların yaşam şartları ile baş etmeleri ve optimal düzeyde işlevsel olmaları için yararlı olduğu anlaşılmaktadır.

Çalışma yarı deneysel desende, kamu kurumunda çalışan engelli yetişkinler, karma engel gruplarında, pozitif psikoloji temelli psikoeğitim programı ve kısa vadeli değerlendirme verileri ile sınırlıdır. Çalışmayan engelli yetişkin bireyler, farklı kuramsal temeller ve program formatlarıyla, farklı engel gruplarında, farklı deneysel desende, orta ve uzun vadeli değerlendirme verileri ile çalışmaların yapılmasına gereksinim vardır. Sonuç olarak, engelli yetişkinlerin psikolojik sağlık ve yaşam doyumunu artırmak için pozitif psikoloji temelli psikoeğitim programının etkili bir müdahale aracı olduğu belirlenmiştir.